

Zeitschrift: Pro Senectute : schweizerische Zeitschrift für Altersfürsorge, Alterspflege und Altersversicherung
Herausgeber: Schweizerische Stiftung Für das Alter
Band: 38 (1960)
Heft: 1

Artikel: Merkblatt für das Jahr der geistigen Gesundheit 1960
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-721956>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Merkblatt für das Jahr der geistigen Gesundheit 1960

Herausgegeben von der Schweizerischen Vereinigung zum Schutz der geistigen Gesundheit, Zürich

Der Weltbund für Geistige Hygiene (World Federation for Mental Health) wird 1960 ein Weltjahr für geistige Gesundheit durchführen. In diesem Jahr sollen die Bestrebungen zur Pflege der geistigen Gesundheit und zum Vorbeugen geistiger Erkrankungen belebt und koordiniert werden. Auch unser Land ist zur Beteiligung aufgerufen. Das vorliegende Merkblatt wendet sich an die schweizerischen Körperschaften, die für die Pflege der geistigen Gesundheit etwas tun können.

Was versteht man allgemein unter geistiger Gesundheit?

Unter geistiger oder auch seelischer Gesundheit fasst man zusammen, was den Menschen befähigt, seine geistigen und religiösen Bestrebungen, seine zuweilen widersprüchlichen seelischen Bedürfnisse und Kräfte so zu befriedigen und ins Gleichgewicht zu bringen, dass er harmonische Beziehungen zu anderen Menschen herstellen und seine Lebensaufgaben verwirklichen kann. Manchmal ist die Umwelt allerdings so gestaltet, dass sich ihr der Mensch nicht oder nicht ganz anzupassen vermag, weshalb zuweilen auch eine Aenderung der sozialen Verhältnisse versucht werden muss. Die geistige Gesundheit ist daher nicht nur von geistigen, religiösen und psychologisch-biologischen, sondern auch von sozialen Faktoren abhängig.

Wir müssen uns bemühen, unsere eigene geistige Gesundheit und diejenige unserer Mitmenschen zu bewahren und zu fördern. Dies ergibt sich aus unserer Verantwortung gegenüber dem Leben und aus der Liebe zum Nächsten.

Beispiele und Voraussetzungen zur Pflege der geistigen Gesundheit

Wir müssen zum Beispiel einer *werdenden Mutter* in ihren Nöten und Schwierigkeiten helfen. Dies können wir aber nur, wenn wir Bescheid wissen über die Physiologie der Schwangerschaft und der Geburt, über die damit verbundenen seelisch-leiblichen Umstellungen und Wechselwirkungen sowie über die körperliche und geistige Vorbereitung auf die Geburt.

Auffällige Reaktionen von Kindern können wir nur verstehen und beeinflussen, wenn wir darüber orientiert sind, wie ihre Entwicklung normalerweise verläuft, zum Beispiel wann die Kinder Trotzphasen durchmachen usw.

Auch im Bereich der *Schulbildung* bis hinauf zum akademischen Studium braucht es sowohl bei den Lehrern wie bei den Eltern solide Kenntnisse der seelischen Vorgänge, damit sie die Bedürfnisse und Reaktionen der jungen Menschen verstehen und in gesunde Bahnen lenken können. Ebenso wichtig für die erfolgreiche Bildungsarbeit in der Schule ist die persönliche Psychohygiene des Lehrers. Sein Beruf stellt zweifellos erhöhte seelisch-geistige Anforderungen; daher soll er durch eine bewusste Lebensführung seine seelischen Kräfte und seine geistige Frische besonders pflegen.

Bei *Kindern und Jugendlichen mit körperlichen und seelischen Gebrechen* bedürfen wir besonderer Kenntnisse darüber, dass diese Kinder sich anders entwickeln als unbehinderte Menschen. Auch müssen wir wissen, dass solche Kinder bei richtiger Führung ebenfalls brauchbare Glieder der Gesellschaft werden können.

Die Nöte der Pubertierenden begreifen wir nur dann und nur richtig, wenn wir die in der Pubertätszeit stattfindenden seelischen Erschütterungen und Wandlungen kennen.

Jungen Leuten, denen die Lehre oder das Studium schwer wird, können wir nur helfen, wenn wir genau wissen, was vom Beruf aus gefordert werden muss und was von ihnen verlangt werden darf.

Auf die *Ehe* sollten wir unsere jungen Leute auch seelisch-geistig gründlich vorbereiten, damit sie die Voraussetzungen für ein gutes Zusammenleben mitbringen.

Und schliesslich müssen wir uns auch um die *Betagten* kümmern und ihr Los erleichtern helfen — ein dringliches Gebot, vor allem in städtischen Verhältnissen, wo die Familienbande immer lockerer werden. Namentlich sollten wir Jüngern für das Alter Verständnis besitzen, um so den alten Menschen mit Rat und Tat beistehen und sie auch führen zu können, eine Aufgabe, der wir nur bei gutem Wissen um die Altersvorgänge gerecht werden. Ferner hätten wir alle uns selbst beizeiten auf das Alter vorzubereiten.

Was können und sollen wir in erster Linie tun?

Mit diesen Beispielen wurde zu zeigen versucht, dass die geistige Gesundheit und deren Pflege uns alle angeht. Der Wille zu helfen genügt nicht, sondern die an dieser Aufgabe beteiligten müssen auch wissen, was seelische Gesundheit ist und wo und wie sie erhalten und gefördert werden kann. Dieses Wissen, auf das es in erster Linie ankommt, könnte auf folgende Weise vermittelt werden:

1. *Vorträge und Diskussionen* an Mitgliederversammlungen und Mitarbeiter-tagungen. Die Mitglieder des Schweizerischen Nationalkomitees für geistige Hygiene werden Ihnen bei der Auswahl geeigneter Referenten gerne behilflich sein. Das Sekretariat der Schweizerischen Vereinigung zum Schutz der geistigen Gesundheit, Stadtärztlicher Dienst, Walchestrasse 33, Zürich 6, schickt Ihnen auf Wunsch gerne eine Liste empfehlenswerter, zum Thema gehöriger Filme.

2. *Bildung von Studiengruppen* innerhalb einzelner Verbände, Vereine und anderer Körperschaften. Diese hätten die in den jeweiligen Tätigkeitsbereich fallenden Aufgaben der Pflege der geistigen Gesundheit (Psychohygiene) herauszuarbeiten und darüber Richtlinien zuhanden der betreffenden Institutionen aufzustellen. Es empfiehlt sich auch, zur Leitung solcher Studiengruppen eine vom Schweizerischen Nationalkomitee für geistige Hygiene vorgeschlagene Persönlichkeit beizuziehen.

3. *Bildung von Arbeitsgemeinschaften* zur Pflege der geistigen Gesundheit innerhalb von Kantonen, Regionen und grösseren Ortschaften. Diese Arbeitsgemeinschaften würden geeignete Persönlichkeiten und mehrere, bereits bestehende Körperschaften vereinigen. Ueber das Vorgehen bei ihrer Bildung erteilt das Sekretariat der Schweizerischen Vereinigung zum Schutz der geistigen Gesundheit ebenfalls gerne Auskunft.