Zeitschrift: Fachblatt für schweizerisches Heimwesen = Revue suisse des établissements hospitaliers

Herausgeber: Verein für Schweizerisches Heimwesen

Band: 51 (1980)

Heft: 3

Artikel: Angst und Sorge in psychologischer Sicht

Autor: Furrer, Heinrich

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-809783

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: 12.07.2025

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

Dr. Heinrich Furrer, Zürich

Angst und Sorge in psychologischer Sicht

In der Vortragsfolge der Jahresversammlung 1979 in Interlaken, die dem Tagungsthema «Leben mit der Angst» unterstellt war, setzten die Ausführungen des Psychologen Dr. Heinrich Furrer einen markanten Akzent. Mitarbeiter des Instituts für Angewandte Psychologie in Zürich, ist Dr. H. Furrer vielen Lesern und Vereinsmitgliedern, die den VSA-Grundkurs für Heimleitung oder den Kurs Einführung in die Arbeit mit Betagten im Heim besucht haben, bekannt. Er schloss sein Studium ab mit einer beeindruckenden Dissertation über «Das Lächeln», auf welche im Zusammenhang mit dem Abdruck des Vortragstexts hingewiesen werden darf.

Als ich vor einiger Zeit angefragt wurde, an der Jahresversammlung des VSA in Interlaken zum Thema «Angst» zu sprechen, habe ich gerne zugesagt. Angst ist ja etwas, das uns alle berührt, das wir alle kennen: eine allgemeinmenschliche Erfahrung, die gewiss auch einer gedanklichen Durchdringung wert ist.

Als mir dann etwas später — im Sinne einer inhaltlichen Präzisierung — das Vortragsthema «Angst und Sorge» vorgeschlagen wurde, habe ich auch diese Akzentsetzung durchaus bejaht.

Aber ich bin dann im nachhinein doch etwas nachdenklich geworden. Ihr Tagungsthema heisst «Mit der Angst leben» und spricht in dieser weiten Fassung sicher jedermann an: Angst interessiert allgemein.

Können wir dasselbe von der «Sorge» sagen?

Oder ist die Sorge zwar der Angst irgendwie verwandt — aber viel spezifischer? Zum Beispiel: berufsspezifisch?

Ist es vielleicht nicht ganz unbedeutend, sondern eben gerade charakteristisch für diesen Kreis hier, dass im Zusammenhang mit dem Begriff der Angst auch die Sorge auftaucht? Sorgen sich im Heim Tätige mehr als andere — mehr als Leute in Wirtschaft, Industrie, Verwaltung? Oder ist ihre Sorge anders — ängstlicher?

Oder sind das nun wiederum alles Spekulationen, die für etwas ganz anderes typisch sind? Typisch für den Psychologen, der sie vorträgt?

Möglicherweise kommen wir der Beantwortung dieser Fragen näher, wenn wir im folgenden systematisch zunächst die Angst, dann die Sorge und schliesslich deren gegenseitige Beziehung in den Blick nehmen. Wenn Sie am Ende meiner Ausführungen sagen können, dass Sie zusätzliche Anhaltspunkte gewonnen haben, um Ihr eigenes Verhältnis zu Angst und Sorge zu überdenken, dann ist ein wesentliches Ziel meines Vortrages erreicht.

Wir gliedern also unsere Betrachtungen zu «Angst und Sorge in psychologischer Sicht» in:

- Was ist Angst? Wie gehen wir damit um?
- Was ist Sorge?
- Wie stehen Angst und Sorge zueinander?

Die Ueberlegungen zur Angst werden dabei den Hauptteil unseres Referates ausmachen.

Was ist Angst?

Angst ist eine Erlebensform, die vom Charakter der Bedrohung und Beengung geprägt ist und vielfach auch eine mehr oder minder stark empfundene Hilflosigkeit mit sich zieht. In ihren konkreten Erscheinungsformen zeigt sie viele Gesichter, unsere Sprache hat dafür auch verschiedene Bezeichnungen geschaffen: Furcht, Entsetzen, Schande, Bangigkeit, Schreck sind gleichsam Ausprägung der einen Grundform unseres Erlebens. In ihnen kann sich Angst zeitigen — aber sie sind deswegen nicht mit ihr identisch.

Wir fassen also Angst übergreifend als eine grundlegende Möglichkeit unseres Befindens, die zu unserem Mensch-sein gehört. So betrachtet verliert sie ihren zunächst scheinbar ausschliesslich negativen Charakter — ja, sie kann umgekehrt als Wesensmerkmal geradezu zum Gradmesser echter Menschlichkeit werden.

In diesem Sinne jedenfalls können wir Kierkegaard verstehen, den grossen dänischen Denker, der in seinem Werk «Der Begriff Angst» im Jahre 1844 den Zusammenhängen von Angst mit Sünde und Schuld nachgegangen ist.

Angst beweist danach gewissermassen die Sittlichkeit des Menschen, der sich mit der Frage der Verantwortung für sein Tun auseinandersetzt. Wir sind frei und zugleich auch unvollkommen. Aus dieser Unvollkommenheit in Freiheit sind wir dauernd in

Gefahr, Schuld auf uns zu laden. Der gewissenhafte, sittliche — oder in moderner Ausdrucksweise etwa: der sensible — Mensch, ist dieser Angst stärker ausgesetzt als der oberflächlich geistlose, der seiner Verantwortung vermeintlich ausweicht, indem er sie zumindest scheinbar nicht wahrnimmt.

Angst ist damit nicht Feigheit; Angstlosigkeit nicht Heldentum: Angst ist Offenheit für die Verantwortung, Zeichen für die Anerkennung seines Menschseins — das Fehlen oder die schwache Ausprägung der Angst zeugen von geistiger Unfähigkeit oder Verleugnung dessen, was Menschsein in seiner vollen Bedeutung heisst.

Angst ist in diesem Zusammenhang nun aber nicht gleichzusetzen mit Furcht. Wenn auch die Umgangssprache nicht scharf zwischen diesen Begriffen trennt, an dieser Stelle unseres Gedankenganges wollen wir sie auseinanderhalten.

Angst ist ein Urphänomen, das den Menschen auf sein Wesen (in letzter Konsequenz beim Theologen Kierkegaard auf die Begegnung mit Gott) zurückführt. Sie ist eine Befindlichkeit des Menschen und in dem Sinne ohne Objekt, als sie nicht einfach durch äussere Umstände entsteht. Angst ist vielmehr im Wesen des Menschen begründet und entspringt — pointiert gesagt — der Auseinandersetzung des Menschen mit sich selbst.

Die **Furcht** hingegen ist eine Reaktion auf ein Ereignis, das relativ klar erkennbar ist und dem der Charakter des Bedrohenden anhaftet.

In ähnlicher Weise unterscheidet Martin Heidegger: Angst ist das ursprüngliche, gegenstandslose Phänomen, in dem die Welt gleichsam wegrückt, das Seiende entgleitet, der Mensch mit dem Nichts konfrontiert und gerade dadurch auf sich selbst geführt, «vor sich selbst gebracht», wird. Angst verhindert das Verfallen in die Uneigentlichkeit — sie bringt den Menschen zur Besinnung auf sein eigentliches Sein.

Die Furcht hingegen, als Furcht vor . . ., lenkt den Menschen auf dieses wovor. Er setzt sich mit dieser äusseren Bedrohung auseinander, und «wird in bezug auf anderes unsicher, das heisst im ganzen kopflos».

Halten wir hier einen Moment inne und vergegenwärtigen wir uns noch einmal kurz, was wir von diesen philosophisch-anthropologischen Gedanken für unsere Ueberlegungen aus psychologischer Sicht nutzbar machen können.

Drei Aspekte sind wohl hervorzuheben

1. Angst ist zunächst ein Grundbegriff, der eine Vielzahl von Ausprägungen mit je eigenen Bezeichnungen in sich schliesst.
2. Angst ist als Grundbefindlichkeit des Menschen verbunden mit Begriffen wie Freiheit, Verantwortung, Schuld, und gehört darum wesentlich mit zu unserem Mensch-Sein.
3. Angst kann den Menschen durch ihre Unmittelbarkeit zum Wesentlichen führen — in ihrer abgeleiteten Form der Furcht als objektbezogener «Furcht vor . . .» führt sie dagegen primär zur Auseinandersetzung mit Aeusserlichkeiten.

Versuchen wir nun auf dem Hintergrund dieser grundsätzlichen Ueberlegungen das Phänomen Angst so zu fassen, wie es uns in der Wirklichkeit entgegentritt.

Haben wir dann bisher ein realistisches Bild gezeichnet? Oder sind wir aus der Distanz des denkenden Betrachters so weit von unserem Gegenstand abgerückt, dass er bereits in einer gewissen philosophischen Verklärung zu leuchten scheint, wo doch im Erleben selbst vor allem das Quälende, Beengende, Unsichere, Ausweglose im Vordergrund steht?

Das Kind, das in der Nacht aufschreckt und regungslos mit weitgeöffneten Augen in qualvoller Angst verharrt; der Herzkranke, der zu seinem körperlichen Leiden hinzu von Todesangst gepeinigt wird; der Einsame, den die sinnlose Leere des heraufziehenden Abends ängstigt; der Fehlbare, der unaufhörlich heimgesucht wird von seinem übermächtigen Gewissen; der Neurotiker, dem die Begegnung mit einem für unser Empfinden harmlosen Anlass schon in der Vorstellung zur Höllenqual wird — wie können wir hier das Phänomen Angst fassen?

Fügen wir hier zunächst einige Gedanken zu den möglichen Ursachenbereichen der menschlichen Angst ein: Je nachdem, ob die Angst mehr von der Umwelt oder von unserem leiblichen bzw. seelischen Befinden ausgeht, können wir unterscheiden in Realangst, Leibangst und Seelenangst.

Realangst wäre dann beispielsweise die Furcht vor einem heranrasenden Auto, die Angst bei der Begegnung mit einem gewalttägigen Menschen, die Furcht vor einem Löwen, die Angst vor dem Fall beim Ueberqueren einer unsicheren Brücke. Immer haben wir eine reale, das heisst ausser uns liegende, gleichsam objektiv allgemein erkennbare Bedrohung als Ursache unseres Befindens.

Leibangst zeigt sich etwa bei Atemnot, extremen Schwächezuständen, Herzstichen: der eigene Leib bzw. dessen Funktionsstörung wird zur Gefahr für unser Leben. Diese Angst kann etwa in der angina pectoris einen Grad annehmen, der den eigentlichen körperlichen Schmerz weit übersteigt und das Leiden ins schier Unerträgliche erhöht. Auch hier haben wir aber wie in der Realangst einen Anlass, der von unserem Tun und Wollen weitgehend unabhängig ist: Realangst wie Vitalangst überfallen uns gleichsam ohne unser Zu-Tun.

Bei der **Seelenangst** nun liegt die Bedrohung in der eigenen Psyche, insbesondere in der Diskrepanz zwischen urtümlicheren, primitiveren Tendenzen, und den anders gerichteten, gleichsam höher entwickelten moralischen Strebungen.

Zur Erklärungen dieser Seelenangst hat die Tiefenpsychologie, vor allem die Psychoanalyse, entschei-

dende Impulse gesetzt. Möglicherweise liegt hier auch der Schlüssel zum tieferen Verständnis jener Erscheinungen im Bereich der Realangst und der Leibangst, die sonst für unser Empfinden wegen ihrer scheinbaren Unverhältnismässigkeit kaum nachvollziehbar sind.

Sehen wir uns deshalb dieses von Freud begründete Gedankenmodell etwas näher an:

Unsere Psyche lässt sich danach als dynamisches Zusammenwirken von drei Instanzen verstehen, die sich im Verlauf unserer individuellen Entwicklung ausbilden: Es, Ich und Ueber-Ich.

Das Es ist gleichsam die Natur in uns, in ihm drängen ohne Tabu, nur dem Lustprinzip verpflichtet, unsere urtümlichen Triebe.

Das Ueber-Ich repräsentiert gewissermassen die Gesellschaft in uns; in ihm wirken die von Eltern und Kultur übernommenen Normen, Werte und Forderungen.

Das Ich schliesslich hat eine Art Doppelrolle. Es stellt einerseits die Verbindung zur Aussenwelt dar; dem Realitätsprinzip unterworfen ist es der Ort der Orientierung, des Denkens, Ordnens, Abwägens. Anderseits ist es gewissermassen der Kristallisationspunkt der Spannungen zwischen dem Drängen des Es und den Forderungen des Ueber-Ich.

Angst entsteht nun dann, wenn das Ich Gefahr läuft, seiner Rolle als Vermittler und Stabilisator nicht gerecht werden zu können. In Freud's Worten: «. . . so vom Es getrieben, vom Ueber-Ich eingeengt, von der Realität zurückgestossen, ringt das Ich um die Bewältigung seiner ökonomischen Aufgabe, die Harmonie unter den Kräften und Einflüssen herzustellen, die in ihm und auf es wirken, und wir verstehen, warum wir so oft den Ausruf nicht unterdrücken können: Das Leben ist nicht leicht! Wenn das Ich seine Schwäche einbekennen muss, bricht es in Angst aus, Realangst vor der Aussenwelt, Gewissensangst vor dem Ueber-Ich, neurotische Angst vor der Stärke der Leidenschaften im Es.»

Die Angst hat also als innere Angst oder Seelenangst ebenso Signalcharakter wie als Realangst oder Leibangst. Insofern, als sie auf eine Gefahr aufmerksam macht, kann sie also auch die Grundlage zur Abwehr dieser Gefahr sein und erfüllt damit potentiell innerpsychisch eine wichtige Funktion.

Nun wird aber dieses Angstsignal ja wiederum als bedrohend, unangenehm erlebt, so dass auch es bei starker Ausprägung übermächtig zu werden droht — und damit selbst vom Ich auch wieder bekämpft werden muss. Unsere Psyche richtet deshalb ihre Abwehr auch auf die Angst und dämmt damit oft jenes Signal zurück, das ja im Grunde selbst der Abwehr verpflichtet ist.

Als Abwehrmittel kennen wir hier etwa die von Anna Freud beschriebenen sogenannten **Abwehrmechanismen:** die Vermeidung, die Verleugnung, die Verdrängung, die Projektion, die Verschiebung, die Verdichtung, die Somatisierung, die Reaktionsbildung, die Verkehrung ins Gegenteil, die Zwangshandlungen und die Ablenkungsmöglichkeiten des täglichen Lebens.

Ich möchte im folgenden aus unseren Möglichkeiten zur Angstabwehr jene vier Tendenzen näher beschreiben, die die Psychonanalytikerin Karen Horney als Hauptwege zur Flucht vor der Angst hervorhebt: Rationalisierung, Verleugnung, Betäubung, Vermeidung

Die **Rationalisierung** besteht allgemein gesagt im Versuch, für eigene Handlungen oder Gefühle vernunftmässige Erklärungen zu finden. Diese Erklärungen sind für den Betreffenden überzeugend, einem Aussenstehenden scheinen sie vielfach nur auf den ersten Blick plausibel, bald aber weit hergeholt, spitzfindig, in keinem Verhältnis zu den effektiven realen Gegebenheiten, und oft schon allein verdächtig durch die Vehemenz und Beharrlichkeit, mit der sie vorgetragen und verteidigt werden.

Nehmen wir als Beispiel jene überängstliche Mutter, die ihr Kind vor tausend Gefahren beschützen zu müssen glaubt. Durch immer neue Vorkehrungen, Gebote, Verbote und ihre Ueberwachung wird sie ständig in Atem gehalten. Versucht man dieser Mutter

Im September 1980

VSA-Veteranen-Treffen

Das erste Treffen der VSA-Veteranen im September des letzten Jahres hat bei allen Beteiligten ein positives Echo ausgelöst. Das wunderbare Herbswetter hat wesentlich zum guten Gelingen beigetragen. Man freute sich, altvertraute Gesichter wieder zu sehen und regen Gedankenaustausch pflegen zu können.

Auf Wunsch vieler Teilnehmer möchten wir auch in diesem Jahr eine solche Veranstaltung organisieren. Das OK vom letzten Jahr ist bereits einmal zusammengetreten und hat über einige Vorschläge beraten. Der Ort ist noch nicht definitiv bestimmt. Wir werden uns aber sicher an einem schönen Plätzchen unserer Heimat zusammenfinden. Als Datum sind der 17. oder 18. September vorgesehen.

Liebe Veteranen,
Machen Sie mit! Reservieren Sie sich jetzt schon die beiden Daten. Sie erhalten rechtzeitig das definitive Datum, wie auch das Programm mit Anmeldetalon zugestellt. Diese Mitteilung gilt als Voranzeige. Es wäre nett, wenn sich auch in diesem Jahr eine stattliche Zahl von «Ehemaligen» zusammenfinden könnte.

Das Organisationskomitee

die Unverhältnismässigkeit ihres Verhaltens aufzuzeigen, indem man etwa auf die geringe Wahrscheinlichkeit dieser oder jener Gefährdung hinweist, wird sie mit grosser Hartnäckigkeit und Beredsamkeit einen Grund nach dem anderen aufzählen: War nicht gerade gestern in der Zeitung zu lesen, dass wieder ein Kind von einem Auto erfasst wurde? Hat nicht der Nachbarsbub letzten Winter beim Skifahren das Bein gebrochen? Treten in Schulen nicht immer wieder ansteckende Krankheiten auf, die sogar eine vorübergehende Schliessung nötig machen? — Der wohlmeinende Ratgeber wird vor der Vielzahl und Energie dieser Argumente in der Regel bald einmal die Aussichtslosigkeit seines Unterfangens einsehen.

Wie können wir das Verhalten dieser Mutter erklären?

Die für unser Empfinden übermässige Furcht vor konkreten Gefahren können wir dann verstehen, wenn wir sie auf dem Hintergrund einer weit unbestimmteren Angst sehen: Diese Mutter hat — aus Gründen, die wir hier nicht zu untersuchen brauchen — eine tiefsitzende, überdauernde Angst vor dem Verlust ihres Kindes. Diese Angst ist eben gerade wegen ihrer weitgehenden Unbestimmtheit vom Gefühl des Ausgeliefertseins, der Hilflosigkeit begleitet.

Aufgrund ihrer individuellen Lebensgeschichte und Persönlichkeitsstruktur ist es der Mutter nicht möglich, ihre Angst auszuhalten, zu ihr zu stehen und in diesem Sinne auch die Verantwortung für ihr Gefühl zu übernehmen.

Ein Ausweg bietet sich nun darin an, dass die nicht genau definierbare Angst zwar nicht einfach aus der Welt geschafft werden kann, aber doch immerhin das Gefühl der Hilflosigkeit und Eigenverantwortung weitgehend beseitigt wird. Für die Angst werden Gründe gesucht, die in der Aussenwelt gefunden werden. Die unbestimmte, dauernde Bedrohung wird aufgelöst in eine Vielzahl einzelner Gefahrenquellen, die quälende und unangreifbare Angst verwandelt sich in objektbezogene Furcht.

Damit ist vieles gewonnen

— die Angst hat ein gewissermassen salonfähiges Kleid angezogen, das heisst, sie kann in dieser Form akzeptiert werden

— die Furcht ist durch ihre Objektbezogenheit aktiv bekämpfbar, das heisst, das Gefühl der Ohnmacht schwindet

— an die Stelle des Mangels (irrationale Schwäche) ist eine Tugend getreten (Vorsicht, Hilfsbereitschaft, mütterliche Liebe)

Also — eine geglückte Lösung? Wir meinen: nein. Ein Ausweg ist zwar gefunden worden — aber um welchen Preis?

Dadurch, dass die Angst nicht als solche angenommen wurde, ist jede Möglichkeit einer grundlegenden Aenderung dahingefallen. Die Auseinandersetzung hat sich von der möglichen, nötigen und fruchtbaren Beschäftigung mit sich selbst auf den Kampf mit der Aussenwelt verschoben, und dieser Kampf gegen tausend Gefahren wird kein Ende haben.

Wenden wir uns dem zweiten Weg, der Angst zu entfliehen zu: der **Verleugnung.** Dies ist der Versuch, die Angst als Gefühl einfach nicht zur Kenntnis zu nehmen. Es ist dabei so, als würde dieser Teil des Bewusstseins vom Seelenleben ausgeschlossen: Was allenfalls betrachtet wird, sind allfällige physische Erscheinungsformen der Angst, wie Frösteln, Schwitzen, Herzklopfen, Erstickungsgefühle, häufiger Drang zum Urinieren, Durchfall, Brechreiz, oder dann auch seelische Begleiterscheinungen, wie Schlaflosigkeit, Gefühle des Getriebenseins oder der Lähmung. Zusammenhänge dieser Erscheinungen werden dann meist mit eher oberflächlichen, äusseren Anlässen gesehen, wie etwa, dass der Brechreiz häufig beim Autofahren auftritt, wobei in der Regel keine physische Ursache angebbar ist.

Bewusst oder unbewusst kann die Verleugnung der Angst noch unterstützt werden durch Versuche zu ihrer Ueberwindung: Angst vor Höhe wird dadurch verleugnet, dass gerade wie zum Trotz ein Viertausender bestiegen wird; die Angst eines Schüchternen im Umgang mit den Mitmenschen wird überspielt durch betont aggressives Verhalten in einer Art Flucht nach vorn.

Auch hier führt die Unfähigkeit, Angst zu ertragen, zu einer nur scheinbaren Erleichterung, die mit einer entsprechenden Erstarrung zu bezahlen ist.

Ein dritter Weg im Umgang mit der Angst ist die **Betäubung.** Zum Teil kann diese sehr bewusst und oft mit geradezu erschreckender Systematik erfolgen; Hingabe an Alkohol und Drogen sind Beispiele dafür. Doch kennen wir auch andere Arten der Angstbetäubung, deren eigentlicher Zweck vielfach nicht so offensichtlich ist: das Ueberspielen der Angst vor dem Alleinsein durch die Flucht in die Betriebsamkeit gesellschaftlicher Anlässe; die ständige Arbeitsüberlastung als Mittel zum Zweck, was sich etwa in der aufbrechenden Unruhe an Sonn- und Feiertagen zeigt. Umgekehrt kann auch ein übergrosses Schlafbedürfnis dasselbe Ziel verfolgen, auch sexuelle Betätigung vermag für den Moment eine tiefliegende Angst übertönen.

Als vierte Möglichkeit bleibt uns noch die **Vermeidung.** Hier versucht der Mensch, alle äusseren Gegebenheiten, Begegnungen, Handlungen, Gedanken und Gefühle zu vermeiden, die zum Entstehen von Angst führen könnten.

Dies kann ganz bewusst geschehen und oft auch durchaus sinnvoll sein: Wer etwa im Flugzeug Angst empfindet, benutzt die Bahn; wer sich in der Dunkelheit ängstigt, sorgt für Licht.

Oft weiss der Betreffende aber auch gar nicht oder nur unklar von seiner Angst, ebenso verborgen bleibt vielfach, dass und wie er ihr aus dem Weg geht. Wir

schieben beispielsweise wichtige Dinge, zum Beispiel einen Arztbesuch, auf; oder wir sind subjektiv davon überzeugt, dass gewisse Aufgaben gar nicht so wichtig sind und deshalb zurückgestellt oder gar abgeblasen werden können; oder wir reden uns gleichsam ein, dass wir etwas gar nicht gerne tun und deshalb auch unterlassen, was wir im Grunde aus Angst nicht zu tun wagen.

Wenn die Gegenstände unserer Vermeidung nur Randgebiete unseres Lebens betreffen, wirkt sich dies natürlich weit weniger gravierend aus, als wenn zentrale Gebiete des Gemeinschaftslebens, der Ehe, des Berufes davon betroffen sind.

In ihrer sozusagen automatisierten Form wird die Vermeidung zur Hemmung, das heisst zur starr festgelegten Unfähigkeit, bestimmte Dinge zu tun, zu denken, zu empfinden. In dramatischer Form zeigen sich solche Hemmungen etwa in der Hysterie im Verlust bestimmter Funktionen, beispielsweise in hysterischer Blindheit, Sprachverlust oder Lähmung. Im sexuellen Bereich finden wir Gefühlsverlust und Impotenz, auf der geistig-seelischen Ebene etwa die Unfähigkeit, Kontakte herzustellen, eine Ansicht zu äussern oder auch sich zu konzentrieren. Die Angstabwehr ist auch hier nur möglich auf Kosten wichtiger Güter: verloren geht ein Teil der Freiheit in bezug auf Handeln, Fühlen oder Denken.

Wir haben nun schon verschiedentlich gesehen, dass einzelne Reaktionen auf angstauslösende Anlässe in ihrer Heftigkeit vom Charakter des Anlasses her allein nicht zureichend erklärt werden können. Sie scheinen aus einer zweiten, subjektiven Quelle zu schöpfen: gewissermassen aus einem je individuell zugrundeliegenden **Angstpotential,** das unbewältigt im Menschen vorhanden ist und die blosse Reaktionsangst gewaltig verstärkt.

Wenn dies so ist — wie ist dann das Zustandekommen dieses Angstpotentials zu erklären? Hier müssen wir wohl auf die frühe Kindheit zurückgehen: Der Mangel an Liebe und Wärme und die Unmöglichkeit, durch Frustration hervorgerufene Aggressionen auch ausleben zu können, erzeugen jenes Grundgefühl der Ungeborgenheit, an welcher das Kind auch in Zukunft tragen wird. Wo die echte Geborgenheit durch liebende Zuwendung fehlt, kann sich nicht jenes «Urvertrauen» (Erikson) entwickeln, das auch später eine offene und selbstbewusste Auseinandersetzung mit sich, mit Um- und Mitwelt ermöglicht.

Vielmehr lebt ein solcher Mensch in der ständigen Bedrohung durch emotionelle Isolierung, seine Lage wird erschwert durch sein im Tiefsten geschwächtes Selbstbewusstsein. Dieses Gefühl des eigenen Unvermögens und des gleichzeitigen Misstrauens gegen andere schaffen einen Grundkonflikt: Einerseits fühlt sich der Betreffende unfähig, echte Verantwortung zu tragen, und möchte diese auf andere übertragen. Anderseits aber empfindet er gegenüber diesen eine Feindseligkeit und emotionelle Unsicherheit, die ihm gerade das wieder verunmöglicht.

Was kochen wir heute?

Menüsammlung aus 100 Altersheimen

Die Altersheimkommission VSA hat im Frühjahr 1979 eine Erhebung der Betriebskosten von 100 Altersheimen durchgeführt. Im Rahmen dieser Erhebung wurden auch Angaben zu Küchenstruktur und Menügestaltung eingeholt. Die Angaben wurden vom Schaffhauser Küchenchef Franz Binz gesichtet und zu einer Sammlung von 100 Mittag- und Nachtessen zusammengestellt. Die Menüvorschläge können als bewährt und beliebt gelten und verursachen einen durchschnittlichen Aufwand. Die Menüsammlung, die auf Diätangaben und Darstellungen von Menüfolgen mit Absicht verzichtet, will als Anregung dienen und soll mithelfen, den Menüzettel abwechslungsreicher zu machen. In erster Linie bringt sie Anregungen für die Altersheimküche. Aber es ist keine Frage, dass auch die Köchin eines Jugendheims aus dem kleinen Büchlein Nutzen ziehen kann. Die Broschüre ist zum Preis von Fr. 5.50 (inkl. Porto) beim Verlag VSA zu beziehen.

Bestellschein

Wir bestellen hiermit

..... Exemplar(e) der Menüsammlung von Franz Binz zum Preis von Fr. 5.50 (inkl. Porto).

Name und Adresse

.....

.....

.....

Einsenden an
Sekretariat VSA, Seegartenstr. 2, 8008 Zürich.

In diesem Dilemma wird der Mensch die Tendenz haben, sich gegen seine «Grundangst» abzusichern. Dazu stehen ihm nach Karen Horney vier hauptsächliche Möglichkeiten offen, die als Grundhaltung sein ganzes Streben und Verhalten bestimmen: Liebe, Unterwürfigkeit, Macht, Distanzierung.

1. Der Versuch, sich **liebende Zuwendung** in irgendeiner Form zu verschaffen, steht gleichsam unter dem Motto «Wenn du mich liebst, kannst du mir nicht weh tun.» Selbst im Grunde unfähig zu echter Liebe, rennt der Mensch hier gleichsam um jeden Preis ständig jener Geborgenheit nach, die er seit seiner frühesten Kindheit nie erleben durfte. Ein solcher Mensch ist begierig auf Lob und Anerkennung, verlangt immer neue Beweise der Zuneigung — und übersieht dabei, dass Geborgenheit in der Liebe nicht nur Nehmen, sondern auch Geben heisst.

2. **Unterwürfigkeit** als Sicherung gegen die Grundangst zeigt sich in zwei Formen. Einerseits als Unterordnung unter bestimmte Menschen, Institutionen oder Ideologieen. So werden etwa vorgeschriebene Riten strikte befolgt, festgelegte traditionelle Ansichten kritiklos übernommen, die Forderungen eines Mächtigen peinlich genau erfüllt.

   In allgemeiner Form begegnet uns diese Unterwürfigkeit anderseits etwa als Versuch, gegen alle Seiten möglichst keinen Anstoss zu erregen. Solche Menschen unterdrücken oft alle eigenen Ansprüche, Kritik gegen andere wagen sie nicht zu äussern. Sie wissen oft nicht um ihre zugrundeliegende Angst und sind vielmehr davon überzeugt, positiv von einem Ideal der Selbstlosigkeit oder Selbstopferung zu ihrem Verhalten bewogen zu sein.

   In der bestimmten wie in der allgemeinen Form der Unterwürfigkeit liest man das Motto heraus: «Wenn ich nachgebe, wird man mich nicht verletzen.»

3. Schutz vor der Grundangst kann auch durch das Anstreben von **Macht** gesucht werden: Gewalt über andere, Erfolg, Besitz, Bewunderung oder auch geistige Ueberlegenheit sind gleichsam Offensiv-Strategien unter dem Leitgedanken «Wenn ich mächtig bin, kann mir keiner etwas antun.»

4. Haben Liebe, Unterwürfigkeit, Macht zumindest die Bereitwilligkeit gemein, auf irgendeine Weise mit der Welt fertig zu werden, so versucht die **Distanzierung,** Sicherheit durch Rückzug zu erreichen.

   Das muss sich nicht unbedingt räumlich — konkret etwa durch Einsiedlerei — ausdrücken, es bedeutet einfach den Versuch, sich von anderen unabhängig zu machen. Aeussere Unabhängigkeit wird etwa durch materielle Sicherung oder weitgehende Bedürfnisreduktion angestrebt. Unabhängigkeit in bezug auf innere Bedürfnisse soll erreicht werden, indem man einen gefühlsmässigen Abstand von allen Menschen aufrecht erhält, so dass einen nichts wirklich verletzen oder enttäuschen kann. Vor allem in intellektuellen Kreisen etwa finden wir hier auch jene Grundhaltung, die nichts — inklusive der eigenen Person — ernst zu nehmen scheint. Mit Ironie, Zynismus, Spott hält man die Dinge auf Distanz, nach dem Grundsatz «Wenn ich mich zurückziehe, kann mich nichts verletzen.»

Machen wir hier einmal einen kleinen Marschhalt

und besinnen wir uns auf den bisherigen Gang unserer Ueberlegungen:

Wir haben zunächst aufgrund unserer Ueberlegungen gesehen, dass Angst als Grundbefindlichkeit des Menschen begriffen werden kann und dem Menschen durch das Zurückwerfen auf sich selbst gleichsam einen Weg öffnet, zum Wesentlichen zu gelangen, das Uneigentliche vom Eigentlichen zu trennen.

Dann haben wir versucht, die Angst so zu beschreiben, wie wir sie in der Wirklichkeit vorfinden, und die Art, wie wir mit der Angst umgehen, aus psychologischer Sicht darzustellen. Dabei haben wir gesehen, dass der Mensch offenbar die Tendenz hat, der Angst irgendwie auszuweichen, und dass er dazu viele Wege kennt: In der Auseinandersetzung mit seiner in frühester Kindheit erworbenen Grundangst entwickelt er mit der Suche nach Zuneigung, der Unterwürfigkeit, dem Streben nach Macht und der Distanzierung Grundhaltungen, die sein ganzes Leben prägen. Ebenso verfügt er über eine Vielzahl weiterer Abwehrmechanismen für die Aengste des Alltags, die oft in raffiniertester Weise miteinander kombiniert werden. Wir haben uns näher mit den Abwehrmitteln der Rationalisierung, der Verleugnung, der Betäubung und der Vermeidung befasst.

Wie stimmen diese beiden Ereignisse nun überein? Wenn die Angst so etwas Grossartiges ist, das uns auf uns selbst bringen kann, weshalb bekämpfen und fliehen wir sie dann mit allen Mitteln? Oder umgekehrt: Wenn uns die Erfahrung zeigt, dass wir die Angst als Bedrohung empfinden, wie können wir dann annehmen, dass sie zu unserer Selbstfindung führen kann?

Ist die Angst nun eine Chance oder eine Bedrohung, ist sie Anzeichen für Erhöhung oder Verderben?

Möglicherweise kann uns hier eine weitere Erscheinungsform der Angst einen Hinweis geben, in welcher Richtung wir die Antwort vermuten können.

Wir haben in unseren bisherigen psychologischen Betrachtungen nur von jenen Situationen gesprochen, in denen die Angst als Bedrohung bekämpft oder gemieden wird. Gibt es nicht auch Momente, in denen wir Angst nicht so eindeutig auf unserer Gefühlsskala einstufen können? Situationen, in denen wir in eigentümlicher Weise ambivalent

empfinden, in denen wir gleichermassen angezogen und zurückgeschreckt werden?

Zu verschiedenen Zeiten haben Menschen berichtet, dass sie in der Begegnung mit einer übermächtigen Gewalt von einem merkwürdigen Gefühl übermannt wurden, das vielleicht am besten mit den Elementen des Staunens, des Entzückens und des Schreckens beschrieben werden kann. Rudolf Otto spricht in seinem Werk «Das Heilige» sehr treffend vom tremendum fascinosum, vom erschreckenden Faszinierenden. In ähnlicher Weise kennen wir ja auch den Begriff der Ehrfurcht. Möglicherweise ist des weiteren die Anziehungskraft, die auch heute noch von schrecklichen Ereignissen auf viele Leute ausgeht, mit dieser Ambivalenz zu erklären: Die Tragik eines Ereignisses lässt erschaudern und zieht doch gleichzeitig durch ihre unmittelbare Echtheit an.

In spielerischer Form werden ja eigens Gelegenheiten geschaffen und auch gerne benutzt, um diese Ambivalenz der Bedrohung zu empfinden: Geisterbahn und Achterbahn sorgen etwa auf dem Jahrmarkt für jenen Nervenkitzel, der nur im Ansatz, in der Andeutung und eben im Un-Ernst demonstriert, was wir im Ernst kaum zu ertragen vermögen.

Zeigt sich in diesen Formen der Angst nicht an, dass die Frage nach ihrem Charakter und Sinn vielleicht nicht so alternativ gestellt werden kann? Dass das Phänomen der Angst selber vielmehr durch eine Ambivalenz gekennzeichnet ist, die nur in seltenen Fällen voll offenbar wird, manchmal leicht durchschimmert, zumeist aber verdeckt bleibt, höchstens dunkel geahnt und dem Denken erst aus einem gewissen Abstand heraus deutlich wird?

Mit dieser Angabe einer möglichen Richtung zur Antwort schliesst sich der Kreis unserer Ueberlegungen zur Frage «Was ist Angst?» und wir wenden uns den nächsten zu:

Was ist Sorge?

Wenn wir unsere Gefühle im grossen und ganzen um die zwei Pole des Heiteren und des Trüben gruppieren, dann ordnen wir die Sorge wohl alle wie die Angst auf die Seite des Trüben ein.

Als Besorgnis, Beklemmung, innere Unruhe hat sie viel mit der Angst gemeinsam, wir verbinden damit aber in der Regel eher den Charakter des Bedrückenden als den der Bedrohung: Verdruss, Leid, Last, Bürde, Mühsal, Not, Kummer, Gram und Jammer sind entsprechende sinnverwandte Ausdrücke.

Aber haben wir damit den Begriff in seiner vollen Bedeutung erfasst? Kennen wir die Sorge nicht auch im Sinn von Sorgfalt, Besorgtheit, Bedacht, Umsicht, Vorsorge, Fürsorge? Hier steht doch jeweils nicht ein bestimmter Gefühlswert im Vordergrund, kein passives Erleiden und Erdulden als blosse innere Reaktion auf einen bestimmten Anlass. In diesen Bedeutungen finden wir vielmehr einen aktiven Weltbezug, ein gedankliches oder handelndes Gestalten, gerichtet auf und bestimmt für die Zukunft.

Im April in Luzern

Verantwortung und deren Grenzen im Heimalltag

Kurs für Leiter und Mitarbeiter von Erziehungs- und Altersheimen sowie für Personen, die in der offenen Fürsorge tätig sind.

Der Kurs bildet eine Fortsetzung mit Ausweitung und Vertiefung der beiden dreitägigen Kurse «Der Schwierige» im vergangenen Jahr und richtet sich zunächst an die Absolventen dieser Kurse. Er ist aber darüber hinaus auch einem weiteren Kreis von interessierten Leuten zugänglich, denen die Frage der Verantwortung des Betreuers zu schaffen macht.

Kursort: Priesterseminar Luzern, Adligenswilerstrasse

Kurstag: Mittwoch, 23. April 1980, 9.30 Uhr bis zirka 16.30 Uhr

Leitung: Dr. Imelda Abbt

Kosten: Fr. 90.— für VSA-Mitglieder und Mitarbeiter von VSA-Heimen (inkl. Mittagessen)
Fr. 110.— für Nichtmitglieder (inkl. Mittagessen)

Anmeldung «Der Schwierige» II

bis 31. März 1980 senden an das Sekretariat VSA, Seegartenstrasse 2, 8008 Zürich

Name, Vorname

Arbeitsort (Name des Heims)

Adresse und Telefon

Persönliche VSA-Mitgliedschaft oder Mitgliedschaft des Heims

Ja ☐ Nein ☐

Unterschrift und Datum

Insofern, als der Mensch als in der Welt-Seiender ja immer schon im Sinne des Seins-bei . . . sich mit der Welt auseinanderzusetzen hat, ist die Sorge ein Grundphänomen. In den Ueberlegungen Martin Heideggers, die wir ja auch im Zusammenhang mit der Angst beigezogen haben, wird gar in diesem grundsätzlichen Sinne die «Sorge als Sein des Daseins» gesehen.

Mensch und Sorge sind damit also untrennbar miteinander verbunden. **Sorge** gehört zu unserem Leben, und zwar in ihrem zweifachen Aspekt: als **Umsicht** in ihrer gleichsam philosophisch geläuterten Bedeutung ebenso wie als **Kümmernis** in ihrer Verwandtschaft zur Grundbefindlichkeit der Angst.

«Wem sagen Sie das?» werden Sie jetzt vielleicht innerlich seufzen. Nun, wir werden noch auf die Beziehung von Angst und Sorge näher eingehen und damit vielleicht zum Schluss einen anderen Akzent setzen — vorher möchte ich Ihnen aber noch eine kurze Fabel vortragen, die insofern Trost spenden mag, als sie deutlich macht, dass diese Erkenntnis nicht erst in unserer Zeit gemacht wurde.

Aus der römischen Fabelwelt berichtet die 220. Fabel des Hyginus:

«Als einst die ‚Sorge' über einen Fluss ging, sah sie tonhaltiges Erdreich: sinnend nahm sie davon ein Stück und begann es zu formen. Während sie bei sich darüber nachdenkt, was sie geschaffen, tritt Jupiter hinzu. Ihn bittet die ‚Sorge', dass er dem geformten Stück Ton Geist verleihe. Das gewährt ihr Jupiter gern. Als sie aber ihrem Gebilde nun ihren Namen beilegen wollte, verbot das Jupiter und verlangte, dass ihm sein Name gegeben werden müsse. Während über den Namen die ‚Sorge' und Jupiter stritten, erhob sich auch die Erde (Tellus) und begehrte, dass dem Gebilde ihr Name beigelegt werde, da sie ja doch ihm ein Stück ihres Leibes dargeboten habe. Die Streitenden nahmen Saturn (den Gott der Zeit) zum Richter. Und ihnen erteilte Saturn folgende anscheinend gerechte Entscheidung: ‚Du, Jupiter, weil du den Geist gegeben hast, sollst bei seinem Tode den Geist, du, Erde, weil du den Körper geschenkt hast, sollst den Körper empfangen. Weil aber die ‚Sorge' dieses Wesen zuerst gebildet, so möge, solange es lebt, die ‚Sorge' es besitzen. Weil aber über den Namen Streit besteht, so möge es ‚homo' (Mensch) heissen, da es aus humus (Boden) gemacht ist.»

Soweit die Fabel aus früherer Zeit.

Gehen wir nun von unserem vorgängig skizzierten Verständnis der Sorge über zu unserer dritten und letzten Frage:

Wie stehen Angst und Sorge zueinander?

Wir haben in unseren Ausführungen schon zwei Gemeinsamkeiten erwähnt:

— Angst wie Sorge sind in ihrer grundlegenden Bedeutung Urphänomene unseres Daseins,
— Sorge kann verschiedene Charakterzüge der Angst tragen.

Darüber hinaus können wir nun aber noch zwei Thesen formulieren und erläutern, die das Verhältnis dieser beiden Phänomene unter anderen Aspekten pointiert zum Ausdruck bringen:

1. Angst ist oft gerade nicht begleitet von Sorge,
2. Sorge ist oft zu stark verbunden mit Angst.

Zu These 1:

Angst ist oft eben gerade nicht begleitet von Sorge

Verstehen wir Sorge als aktiven Weltbezug, als umsichtiges und tätiges Angehen der Gegenwart im Blick auf die Zukunft, dann wird offensichtlich, wie sehr die Angst mit all ihren Abwehrmechanismen die Sorge erst gar nicht aufkommen lässt. Angst kann weder als Grundbefindlichkeit noch in ihren möglichen Ursachen bewältigt werden, solange wir sie mit allen verfügbaren Mitteln abwehren. Durch Bekämpfungs- und Fluchtmassnahmen, wie Rationalisierung, Verleugnung, Betäubung und Vermeidung, nehmen wir der Sorge als Möglichkeit zur zukunftsbezogenen Veränderung gleichsam den Wind aus den Segeln, oder aber unsere Sorge richtet sich aus Furcht vor der Beschäftigung mit der eigenen, inneren Angst nach aussen: Wir sorgen dann zwar, aber eben nicht um oder für uns, sondern wir ziehen als Objekte unserer Sorge gewissermassen stellvertretend andere hinzu. Der «hilflose Helfer» (nach einem Ausdruck von Wolfgang Schmidbauer) kann so entstehen: jener Mensch, der, unfähig sich selbst zu helfen, anderen hilft, sich dabei mehr und mehr auf seine «Opfer» stützen muss und sie sozusagen «zwangsweise» betreut, ob sie wollen oder nicht, ob sinnvoll oder überflüssig: er braucht sie gleichermassen zur Bestätigung seiner selbst wie zum Ueberspielen seiner eigenen Unzulänglichkeit im Umgang mit der Angst.

Zu These 2:

Sorge ist oft zu stark verbunden mit Angst

Sorge im Sinne des Sorgens für . . . kann — muss aber nicht — durch Angst um den Mitmenschen angeregt werden. Wo aber die Angst in der Sorge überhand nimmt, entsteht leicht einmal jene überängstliche Bevormundung, welche weder für den Helfer noch für den Betreuten volle Befriedigung bringt. Sorgen für . . . kann nicht heissen, dem Mitmenschen jede Gefahr, jede Unannehmlichkeit, jede Angst zu ersparen. Die Verantwortung des Für-Sorgers liegt nicht hier; sie liegt unter diesem Aspekt vielmehr darin, den Betreuten als Menschen voll zu nehmen, und das heisst auch: ihm unter den möglichen Erlebnisformen auch jene der Angst offen zu lassen.

Ich will damit — Sie verstehen mich richtig — keinesfalls einem versteckten Sadismus das Wort reden. Aber ich meine, dass wir einem Menschen aufgrund unserer vorgängigen Ueberlegungen (und natürlich immer unter Wahrung seiner Würde und Belastbarkeit) auch in jenen Erlebnisbereichen sein volles Menschsein — und das bedeutet hier: seinen Anspruch auf die umfassende Palette möglicher

Gefühle — zugestehen müssen, wo das Gefühl wie im Falle der Angst auf den ersten Blick nur unangenehm, bedrohend, ja schädlich scheinen mag.

Gerade hier wird deutlich, wie sehr auch der unvoreingenommene Umgang mit der Angst anderer vom Grad der eigenen Angstbewältigung abhängt. Nur wenn wir selbst der Angst begegnen können, vermögen wir sie in unserer Sorge für . . . auch dem Mitmenschen angemessen zuzumuten.

Wenn ich so zum Schluss dieser Ausführungen mir vergegenwärtige, was wir zur Angst, was zur Sorge, was zu ihrem gegenseitigen Verhältnis überlegt haben, dann scheint mir noch eine Anmerkung wesentlich:

Wir haben die Sorge hier vor allem im Zusammenhang mit unseren Gedanken zur Angst betrachtet. Gerade bei der Sorge in ihrer Bedeutung als Für-Sorge liegt mir aber noch daran, zu betonen: Die Sorge für andere kann aus Angst entstehen, auch aus nicht eingestandener Angst um sich selbst; aber Für-Sorge kann ihre Kraft auch aus anderen Quellen schöpfen, deren wichtigste und ergiebigste wohl die Liebe ist.

Aber so, wie es neben der Angst um sich auch die Angst um andere gibt, so gibt es neben der Sorge für andere auch die Sorge für sich selbst. Liebe kennt Nächstenliebe und Selbstliebe.

In diesem Sinne komme ich zurück auf eine unserer Ausgangsfragen «Sorgen sich im Heim Tätige mehr, anders — ängstlicher?» und schliesse mit der besorgten, aber keineswegs angstvollen Aufforderung:

«Vergessen Sie in Ihrer anspruchsvollen Tätigkeit im Heim nicht aus Angst um die anderen die Sorge für sich selbst.»

Benützte und weiterführende Literatur

Von Bayer, Walter und Wanda: Angst. Suhrkamp-Verlag, Frankfurt am Main 1971.

Erikson, Eric: Identität und Lebenszyklus. Frankfurt 1967.

Freud, Anna: Das Ich und die Abwehrmechanismen. Kindler-Taschenbücher, München 1977, 9. Auflage.

Freud, Sigmund: Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse. Gesammelte Werke, Bank XV, Imago Publishing Co., Ltd., London 1949, 3. Auflage.

Horney, Karen: Der neurotische Mensch unserer Zeit. Kindler-Taschenbücher, München o. J.

Heidegger, Martin: Sein und Zeit. Max-Niemeyer-Verlag, Tübingen 1979, 15. Auflage.

Heidegger, Martin: Was ist Metaphysik? Vittorio-Klostermann-Verlag, Frankfurt am Main, o. J., 7. Auflage.

Kierkegaard, Soren: Der Begriff der Angst. Eine simple psychologisch-wegweisende Untersuchung in der Richtung auf das Problem der Erbsünde. 1844, zit. nach O. Pfister.

Otto, Rudolf: Das Heilige. 1922, 7. Auflage, zit. O. Pfister.

Pfister, Otto: Das Christentum und die Angst. Eine religionspsychologische, historische und religionshygienische Untersuchung, Artemis-Verlag, Zürich 1944.

Riemann, Fritz: Grundformen der Angst. Eine tiefenpsychologische Studie, Ernst-Reinhardt-Verlag, München 1975, 5. Auflage.

Schmidbauer, Wolfgang: Die hilflosen Helfer, 1977, Rowohlt-Verlag, Hamburg.

SHL-Bildung: Kurse 1980

Die Fortbildungskurse der Schule für Heimerziehung Luzern (SHL) sind ein Angebot fachspezifischer Fortbildung für in der Praxis tätige Erzieherinnen und Erzieher aus Kinder- und Jugendheimen. Die Veranstaltungen möchten in der Grundausbildung Gelerntes vertiefen und ergänzen, Erfahrungen aus der Praxis verarbeiten und neue Impulse vermitteln.

Kurs Nr. 1: 28. Februar bis 1. März (3 Tage/Luzern)

Pädagogische Interventionstechniken im Heim

Der methodische Ansatz von Thomas Gordon («Familienkonferenz») in der Erziehungsarbeit mit verhaltensgestörten und geistig behinderten Kindern.

Leitung: André Walzer, Schulpsychologe, Willisau.

Kurs Nr. 2: 29.—31. März (3 Tage/Wilen b. Sarnen)

Förderung ganzheitlicher Kreativität bei Kindern und Jugendlichen

Eigenes Arbeiten und Gestalten mit Bewegung, Wort, Märchen, Malen, Musik.

Leitung: Johanna Borner, Solothurn.

Kurs Nr. 3: 14.—19. Mai (5 Tage/Obernau LU)

Psychohygiene

Ich möchte arbeiten können, ohne mich ganz darin zu verlieren. Ich möchte meine Freizeit geniessen lernen, ohne ständig an die Arbeit denken zu müssen.

Leitung: Bettina Egger, Maltherapeutin, Zürich; Franz Biedermann, lic. phil. Dozent SHL, Zürich; Robi Wirz, Dozent SHL, Hitzkirch.

Kurs Nr. 4: Ab August 1980 3 x 2 Tage/Luzern

Mit den Eltern Gespräche führen

Gesprächsführungskurs für Erzieher im Hinblick auf die Elternarbeit.

Kurs Nr. 5: September 1980 (3 Tage/Werthenstein)

Erzieher und Lehrer im Gespräch

Von der Zusammenarbeit zwischen (Heim-) Lehrkräften und Erziehern.

Kurs Nr. 6: November (3 Tage/Werthenstein)

Christliche Erziehung im Heim

Voraussetzungen und Verwirklichung — Erfahrungen und Modelle.

Leitung: Benno Fux, Jugendseelsorger, Baar; Franz Rogger, lic. theol., Dozent SHL, Zürich.

Programme, Auskünfte und Anmeldung:

Schule für Heimerziehung Luzern (SHL), Zähringerstrasse 19, 6003 Luzern, Tel. 041 23 95 57.