

# Die Verhütung der Nervosität

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes**

Band (Jahr): **20 (1912)**

Heft 8

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-546525>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

für Hilfstätigkeit in Aktion treten wird oder erst ins Leben gerufen werden kann, wenn die Zentralstelle endlich besteht, wird die Entwicklung der Dinge zeigen müssen. Das eine aber ist gewiß, daß die Zentralstelle für soziale und wohlthätige Fürsorge in Verbindung mit einer guten Wohlfahrtspolizei Großes zu leisten imstande sein wird, Größeres als eine Unzahl hilfsbereiter Einzelvereine, die nach Gutdünken ihre Kräfte vergeuden und dennoch nicht den Erfolg haben, der ihren guten Absichten zu wünschen wäre.

Wir geben obiger Einsendung gerne Raum, ohne indes mit den darin enthaltenen Ausführungen ganz einverstanden zu sein.

Zunächst vermögen wir nicht einzusehen, daß die bisherigen, aus vielen verschiedenen Bedürfnissen entstandenen Wohlfahrtsorganisationen eine Desorganisation bedeuten sollen, die sogar unzweckmäßig arbeitet. Im Gegenteil scheint es uns, daß eine Zentralisierung aller dieser Organisationen, die so viele, in ihrer Mannigfaltigkeit verschiedene Bestrebungen umfassen, notwendigerweise zu einer schablonenhaften Geschäftsführung führen müßte. Und wollte man sie gar über größere Bezirke ausbreiten, so müßte sie, bei der in unserm Lande so stark ausgeprägten Verschiedenheit der lokalen Verhältnisse zu schwerfällig werden und so erst recht dem Einzelfall zu wenig Rechnung tragen.

Mag die vorgeschlagene Einrichtung, die auf den ersten Blick gewiß etwas Einnehmendes hat, vielleicht für große Städte passen, so würde sie sicher für kleinere Verhältnisse unnötig, ja vielfach undurchführbar sein. Da gerade würden die Samaritervereine bei den schon bestehenden Wohlfahrtsvereinen sicher auf berechtigten Widerstand stoßen, denn diese Gesellschaften, die doch beinahe überall festen Fuß gefaßt haben, würden das Monopol den Samaritervereinen nicht ohne weiteres überlassen. Auch glauben wir nicht, daß die Samaritervereine der kleineren Ortschaften, die denn doch die große Mehrzahl bilden, eine solche Mission übernehmen könnten und wollten.

Dann aber sehen wir in der Uebernahme dieser neuen Aufgaben eine gefährliche Zersplitterung der Samariterthätigkeit, die sich jetzt, dank der gesunden Entwicklung und der regen Tätigkeit, die fast überall herrscht, immer mehr der Sympathie von seiten des Publikums und der Ärzte zu erfreuen hat. Gerade dadurch, daß die Samariter sich streng auf die von Anfang an übernommenen Aufgaben beschränkt haben, sind sie so stark geworden und wenn sie nebenbei als glückliche Vermittler zwischen Arzt und Publikum zur Förderung der Hygiene im Volk wesentlich beigetragen haben, so liegt darin noch lange kein Grund, daß sie wegen Uebernahme neuer und sehr schwieriger Aufgaben das alte Fundament, dem sie ihr Dasein verdanken, vernachlässigen oder gar verlassen sollen. Die Redaktion.

## Die Verhütung der Nervosität.

Ueber das wohl zu jeder Zeit aktuelle Thema von Nervosität und Erziehung äußerte sich im Jahre 1905 Professor Strümpell zu Breslau in einem interessanten Vortrag.

Zunächst beleuchtete Professor Strümpell den Begriff der Nervosität, dieses Wortes, das heute bereits zum „Schlager“ geworden

ist und den Ärzten oft als willkommene Helferin bei leichtern Krankheitsymptomen, deren Diagnose gleichwohl in Verlegenheit setzt, wie dem Publikum als Beruhigungsmittel dient. Die Nervenstränge des Lebewesens stellen an sich nur gewissermaßen die Leitungsdrähte des Organismus dar, die die

Vermittlung der Eindrücke der Außenwelt in unser Inneres besorgen; sie sind nur passive Werkzeuge, deren sich unser Empfinden zur Umsetzung des Willens in die Tat bedient, und es ist daher falsch, den Sitz der Nervosität in den Nerven selbst zu suchen. Er befindet sich vielmehr in dem, was der Mensch in der Gesamtheit mit „Bewußtsein“ bezeichnet; die Nervosität fußt in einem krankhaft erregten Gehirn, ohne aber eine gröbere Erkrankung des Hirnes zu bedeuten.

Die Nervosität selbst äußert sich in den bekannten Erscheinungen der Unruhe und der Aufgeregtheit, die nicht im richtigen Verhältnis zu ihrer Ursache steht. Die Nervösen stehen unter dem Bann allzu großer Lebhaftigkeit ihrer Vorstellungen, und ihre leicht erregbare Phantasie spiegelt ihnen bei ganz harmlosen Vorgängen unangenehme Folgeerscheinungen vor, wobei sie sich nicht die Mühe geben, sich durch beruhigende Vorstellungen des Verstandes von der Unwahrscheinlichkeit der ausgemalten beängstigenden Folgen zu überzeugen. Ein auffallendes Beispiel aus der praktischen Erfahrung ist die nervöse Mutter, deren Kind am Ufer eines Baches sich fröhlich tummelt und die sich nun sofort angstvoll zitternd und mit Herzklopfen in ihrer Phantasie ausmalt, wie das Kind in das Wasser fallen und ertrinken könne, und die in dieser Vorstellung mit heftigen Worten das erschreckende Kind zu sich heranruft; ferner die nervöse Hausfrau, die die ganze Nacht vor allerlei beunruhigenden Gedanken darüber, wie das neuaufgenommene Dienstmädchen seinen Dienst versehen wird, nicht schlafen kann, usw. Neben der unangebrachten Aufgeregtheit sind ferner als Symptome der Nervosität das Springende und Unstete im Gedankenfluge und der häufige Wechsel in der Stimmung zu nennen. Das Goethe'sche Wort über das Wesen des Verliebten „himmelhoch jauchzend, zu Tode betrübt, gilt auch für die Nervösen und namentlich für denjenigen, bei denen beides, „verliebt und nervös,“ zutrifft. Zum Lobe der Ner-

vösen kann man indessen anführen, daß sie sich meist durch lebhaften, feinen Geist auszeichnen; daher werden Künstler, Gelehrte und sonstige geistige Arbeiter am ehesten von der Nervosität befallen, während geistig träge Personen die Krankheit kaum kennen lernen.

Leider ist auch die Nervosität schon zur Mode geworden, und gewisse hypermoderne Kulturmenschen gefallen sich darin, die Allüren der Nervosität geflüchtig zur Schau zu tragen. Ein besonderes Moment der Nervosität ist ferner die Furcht vor Krankheiten und dem Tode, und in diesem Falle stellt die Nervosität nichts anderes dar als das, was die älteren Ärzte unter dem freilich unmodern gewordenen Ausdruck „Hypochondrie“ bezeichnen; diese Krankheitsfurcht entspringt nicht selten dem allgemein verbreiteten Brauch, über Krankheiten, Leiden usw. öffentlich in Gesellschaft oder auch in Zeitungen zu sprechen und die Einzelheiten breit darzulegen. Die krankhafte Einbildungskraft der Nervösen spinnt dann solche Unterhaltungen weiter aus und überträgt sie auf die eigene Person. Die angstvolle Vorstellung von der Krankheit und auch die Erregung kann dann sehr wohl auch rein körperliche Symptome hervorrufen, die die Kranken in Autosuggestion deutlich wahrzunehmen glauben. Verdauungsbeschwerden, vorübergehendes Herzklopfen, Stiche in der Brust und im Rücken werden von den Nervösen als Erscheinungen schwererer Erkrankungen angesehen, und solche Personen verdienen nicht so sehr den Spott, mit dem sie oft bedacht werden, als vielmehr Mitleid und Belehrung. Andererseits ist es selbstverständlich, daß jeder seelische Affekt, wie Schreck, Zorn, Angst und dergleichen, wovon Nervöse am ehesten und heftigsten befallen werden, mit wirklichen körperlichen Folgen verbunden sein kann und ohne daß der Nervöse merkt, daß er selbst der Erreger seines körperlichen Unbefindens ist, klagt er über solches. Die nervöse Schlaflosigkeit ist eine sehr häufige Folgeerscheinung der Ner-

nosität; sie ist leicht dadurch zu erklären, daß dem Nervösen der Ruhestand der Seele, die Vorstufe des Schlafes, fehlt und daß seine fortgesetzten Angstvorstellungen ihm den Schlaf rauben. Schwieriger ist es für den Arzt, den Fällen nervöser Autojugestion auf den Grund zu gehen, da diese nicht selten scheinbar ganz objektive Symptome zeitigen, die selbst dem erfahrenen Arzt bedenkliche Fragen in der Diagnose stellen.

Die wichtigste Frage ist wohl die richtige Bekämpfung der Nervosität.

Sie muß unbedingt schon im Kindesalter einsetzen, haben doch auch schon die Kinder vielfach unter diesem Uebel zu leiden. Ein wirksames Mittel ist da aber nur in der Erziehung zu finden. Die erzieherische Tätigkeit ist darauf zu richten, die guten Eigenschaften zu entwickeln und die ungehörigen zu hindern, wobei ein intimes Eingehen auf die Eigenart des Kindes zu beobachten ist, da die Furcht der Erziehung von beiden Faktoren, sowohl von der Eigenart der Kindesseele, die selbst unter Geschwistern oft sehr verschieden ist, als auch von der erzieherischen Tätigkeit selbst abhängt. Bei Kindern zeigen sich als Symptome der Nervosität oft schon in recht jugendlichem Alter Neigung zu Affekten, zu Hypochondrie, Zittern, Angstschreie und angstvolles Aufschluchzen, Weinkrampf und dergleichen. Derartige Erscheinungen äußern sich auch hier oft bei ganz unbedeutenden Veranlassungen. So hatte beispielsweise ein Kind gehört, daß irgendwo ein Ofen eingestürzt sei und es konnte nun nächtelang nicht schlafen aus Furcht, der Ofen im Zimmer könnte ebenfalls einstürzen und es begraben. Schuld an der Nervosität der Kinder ist vielfach die Erzählung törichter Geister- und Gespenstergeschichten, die das leicht empfängliche, phantasiebegabte Kindergemüt unnötig aufregen, erschrecken und in Unruhe versetzen: schuld ist aber auch recht oft die Nervosität

der Eltern selbst, deren Erscheinungen sich Kinder aus bloßem Nachahmungstrieb angewöhnen. Die Eltern sollten daher bei der Erziehung der Kinder und namentlich nervöser Kinder zunächst auf sich selbst achten und vor den Kindern besonders nicht von ihren Leiden erzählen, außerdem aber die Kindesseele vor Aufregungen möglichst bewahren. Selbstverständlich ist übertriebene Angstlichkeit falsch; denn das Kind soll sich eben stählen für das Leben und sich an Mißheiligkeiten und dergleichen gewöhnen; nur so kann ein fester, entschlossener Charakter entstehen, der sich im Leben bewährt. Die Erziehung selbst ist mit Ruhe und Milde zu lenken, nicht mit Härte oder Spott. Man suche in die Kindesseele hineinzuschauen und ermahne das Kind mit freundlichem Ernst; nur wo der gute Wille dem Kinde fehlt, ist pädagogische Strenge zu empfehlen. Gegen diese Regeln verstoßen aber am meisten nervöse Eltern, die von einem Extrem in das andere fallen, und sich dann wundern, daß ihre Kinder frühzeitig nervös werden. Wohl zu achten ist auf das richtige Maß der geistigen Arbeit; gerade diese sogenannten frühreifen, intelligenten Kinder mit lebhaftem Geist übernehmen sich in dieser Hinsicht vielfach und die Folge davon ist, wenn die Eltern nicht rechtzeitig eingreifen, Nervosität; ein Eingreifen ist in diesem Falle stets geboten, sobald sich ein Anzeichen von Ueberarbeitung geltend macht. Aber auch die richtige körperliche Pflege spielt eine große Rolle in der Erziehung und der Nervosität; gesunde Bewegung im Freien und kräftige Kost ohne jede Künsteleien sind hier die Vorbedingungen für eine ruhige, gedeihliche Entwicklung des Kindes und seines Geistes nach dem Worte, daß in einem gesunden Körper auch ein gesunder Geist wohne. Sehr zu warnen ist schließlich vor dem zu frühen Genuß alkoholartiger Getränke durch die Kinder.