

Heisse Eisen : sich Zeit nehmen, auch wenn man keine Zeit hat

Autor(en): **Brun, Herbert**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA**

Band (Jahr): **54 (1983)**

Heft 7

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-811945>

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.

fältigen Einführung neuer Mitarbeiter und der Mitarbeiter-schulung versuchen, die Identifikation mit dem Leitbild zu erreichen.

**Wie erarbeite ich ein Leitbild,
was gehört in ein Leitbild, wie setze ich es
in die Praxis um?**

Zu diesen Fragen wurde wieder in den fünf Gruppen intensiv diskutiert und Erfahrungen ausgetauscht.

Abschluss der Tagung bildete ein zweites Referat von Frau Dr. Imelda Abbt über das Menschenbild, das hinter einem Leitbild steht. Im Alten Testament werden bereits zwei Grundaussagen über den Menschen gemacht: Der Mensch ist Ebenbild Gottes und verwirklicht Göttliches, das heisst ist schöpferisch-gestaltend. Und der Mensch hat die Fähig-

keit, Natur, Leben zu ermöglichen, zu fördern und zu schützen. Damit sind die Verantwortung, die Veränderungen und Beziehungen des Menschen bereits angesprochen, ein dynamisches Menschenbild bereits formuliert. Basierend auf diesem Fundament wird «Fördern durch Fordern» auch bezogen auf Werte und Sinn des Lebens. Mit diesen Gedanken gelang es Frau Dr. Abbt, die Themen der recht praxisnahen Tagung auch in einen tieferen Sinnzusammenhang zu stellen, wofür ihr die Teilnehmer herzlich dankten.

Dieses erste Praxis-Seminar in Dulliken darf als Erfolg bezeichnet werden, es brachte persönliche und fachliche Bereicherung und die Möglichkeit zur Begegnung. Im nächsten Jahr (7./8. Juni 1984) soll anhand des Themas «Die Würde des Menschen beim Betagten» die Umsetzung des Leitbildes an einem konkreten Bereich erarbeitet werden. A.G.

Heisse Eisen:

Sich Zeit nehmen, auch wenn man keine Zeit hat

Die Zeit ist ein «heisses Eisen»; immer haben wir zu wenig Zeit! Stets sind wir Menschen von der Zeit gejagt, gehetzt, im Stress. Es ist modern, gestresst zu sein! Ein Mensch, der ohne Zeitdruck ist, schient nicht in der Realität zu leben. Von früh bis spät sind wir doch durch die Zeit programmiert. Eisenbahn und Tram fahren zu bestimmten Zeiten – meistens für uns zu früh, und deshalb können wir nicht in Ruhe aufstehen und frühstücken. Besprechung reiht sich an Besprechung, so dass wir kaum Zeit finden, uns wirklich und vertieft auszusprechen. Es gilt so vieles auf einmal, möglichst gleichzeitig zu erledigen. Der Business-Brunch ist typisch für unsere Zeitgestaltung: Während wir essen, planen wir die nächste Besprechung, während dieser wir den nächsten Tagesablauf skizzieren und programmieren... wehe, wenn etwas dazwischenkommt! Der Zeitsalat ist perfekt!

Nimm Dir Zeit zum Planen!

Wenn ich gut vorbereitet in die Schule gehe, kann kommen, was mag, ich bin gewappnet für alle Eventualitäten. Wir alle haben sicher schon diese Erfahrung gemacht: Je besser wir vorbereitet einen Tagesablauf in Angriff nehmen, desto weniger «Gschtürm» und Zwischenfälle gibt es! Wir fühlen uns sicher; wir haben den Tag «im Griff», und eventuelle Zwischenfälle können uns nicht so rasch aus der Ruhe des «Gut-Vorbereitet-Seins» herausbringen.

«Nimm Dir Zeit zum Planen – dann hast Du auch Zeit für die ersten neun Dinge,» so stand es kürzlich in einem Aphorismus über die Zeit in der Schweizerischen Lehrzeitung. Auch wenn Mitarbeiter in den Heimen kaum Zeit

haben für die Zeitplanung, ja, wenn das Planen sowieso nicht so beliebt ist, weil – so sagen wir wenigstens – in der Heimarbeit kaum etwas planbar ist, wollen wir uns ein wenig Zeit nehmen für die Zeit, die wir kaum haben, die wir so dringend nötig hätten. Welches sind nun die neun anderen Dinge, für die wir Zeit haben müssten, auch wenn wir schon für das Nötigste kaum genügend Zeit haben?

«Nimm Dir Zeit zum Lachen –

das ist die Erleichterung, welche die Bürden des Lebens tragen hilft.»

Fröhliche, lachende Menschen sind zum Leben positiv eingestellt. Diese Zuwendung zum Leben erleichtert die Arbeit, erhellt den Alltag, denn «Lachen und Lächeln sind Tor und Pforte, durch die viel Gutes in den Menschen hineinhuschen kann», sagt Christian Morgenstern, und Heinrich Pestalozzi sagt:

«Lachen ist gesund –
Freude ist Balsam,
Seelenruhe ist des Lachens Quelle und
der Freude Balsambüchse.»

Wenn wir richtig planen, bekommen wir diese Seelenruhe geschenkt. Wir sind unserer Aufgabe sicher. Wir stehen über den alltäglichen Kleinigkeiten. Wir sind gesund, wir können lachen. Lachende Menschen sind tatkräftige, Leben schenkende Menschen! Und die Freude, das Lachen, das wir schenken, kehrt ins eigene Herz zurück. Lachen ist ein wichtiger Punkt der Psychohygiene, eines der besten Stimulansmittel!

Neu im VSA-Verlag erschienen:

«Begrenztes Menschsein»

Zur Forderung der Menschlichkeit in der Betreuung

Im Verlag des VSA ist eben der dritte Band der Reihe «Schriften zur Anthropologie des Behinderten» erschienen, der die 1980 eröffnete Schriftenreihe in beeindruckender Weise fortsetzt. Es handelt sich um Texte von fünf Autoren, die sich direkt oder indirekt mit der Forderung der Menschlichkeit in der Betreuung beschäftigen.

Dieser vom Zürcher Heilpädagogen Hermann Siegenthaler herausgegebene Band ist eine geradezu aufregende Neuerscheinung, die sowohl Betroffenheit auslösen, aber auch als echte Ermutigung empfunden werden kann. Sie richtet sich an Fachleute und an Laien, welche sich als Betreuer in Pflege und Erziehung mit dem Schicksal des kranken, geschädigten und behinderten Menschen auseinandersetzen müssen. Es vereinigt Aufsätze von Otto Friedrich Bollnow, Theodor Bucher, Urs Haeblerlin, Hermann Siegenthaler und Werner Weber.

Alle Autoren stimmen darin überein, dass nicht allein die Gesundheit, die Stärke, die Unabhängigkeit und die sogenannte Autonomie die Menschlichkeit des Menschen ausmachen. Die Menschlichkeit, die Würde des Menschen ist letztlich ein Geheimnis, welches sich dem rationalen Begreifen, der Klugheit des Kopfes, immer wieder entzieht. Es öffnet sich hingegen der Weisheit des Herzens. Und in dieser Öffnung werden wir inne, dass Kranksein und Behinderung ebenso zum Menschsein gehören wie der gesunde Egoismus des auf Selbstbestimmung erpichten Unabhängigkeitsstrebens. Gerade im Behinderten, im Kranken, im Betagten und Sterbenden wird offenbar, dass der Mensch ein zutiefst auf mitmenschliche Hilfe und Zuwendung angewiesenes Wesen ist, das diese Zuwendung auch wieder beantworten will und beantworten kann.

Die beiden ersten zwei Bände der Schriftenreihe sind im VSA-Verlag noch vorrätig und können ebenfalls bezogen werden.

Bestellung

Wir bestellen hiermit

- Exemplar(e) «Begrenztes Menschsein/Zur Forderung der Menschlichkeit in der Betreuung», Band III der anthropologischen Schriftenreihe, herausgegeben von Hermann Siegenthaler, zum Preis von Fr. 18.60.
- Exemplar(e) «Erziehung aus der Kraft des Glaubens?» Band II der anthropologischen Schriftenreihe, zum Preis von Fr. 14.70.
- Exemplar(e) «Geistigbehinderte – Eltern – Betreuer», Band I der anthropologischen Schriftenreihe, zum Preis von Fr. 10.60.

In diesen Preisen sind die Versandkosten nicht inbegriffen.

Name, Vorname _____

Name des Heims _____

PLZ, Ort, Adresse _____

Bitte senden an Sekretariat VSA, Verlagsabteilung, Seegartenstrasse 2, 8008 Zürich.

«Nimm Dir Zeit zum Träumen –

das zieht die Seele zu den Sternen hinauf.»

Die Heimarbeit ist oft schwer, oft trostlos und verlangt doch immer wieder ein volles Engagement. Die Schicksale, die an uns vorüberziehen, belasten und nehmen uns die Freude, bedrücken unseren Schlaf und beunruhigen unsere Träume. Versuchen wir einmal, das Rad herumzuwerfen. Schauen wir einmal abends zu den Sternen hinauf, lassen wir uns – einmal nur! – beeindruckt von ihrer Majestät, von ihrer Ruhe, von ihrer Weite, von ihrer Helligkeit, die zu uns strahlt, über tausende von Kilometern hinweg. Wie werden wir da klein und beruhigt – wir beginnen etwas zu spüren von der Grösse des Weltalls, und all unsere kleinlichen Sorgen und Zweifel verblassen. Unsere Seelen erheben sich wohlthuend zu den Sternen und erhalten Weit- und Überblick, Trost, Kraft und Mut, so dass wir dann nach wenigen Minuten schon gestärkt den «bösen Buben» anlächeln, die traurige, verzweifelte Kranke ermutigen oder den aggressiven Jugendlichen besänftigen können.

«Nimm Dir Zeit zum Lieben –

das ist das einzige Sakrament des Lebens.»

Sich selber lieben wie den Nächsten – den Nächsten lieben wie sich selber – dieses urchristliche Gebot ignorieren wir beständig. Wir haben gar keine Zeit für die Liebe. Liebe ist uns sowieso suspekt; wir sollen den Nächsten annehmen, so wie er ist! Wir wollen ihn aufnehmen mit all seinen Sorgen. Wir wollen auf ihn hören, mit ihm reden, bevor es zu spät, bevor er uns zu schwierig geworden ist – dann müssen wir viel mehr Zeit investieren. Dann müssen wir viel Zeit opfern, um Fehlendes und Fehlgeleitetes zu verbessern. Wieviel zeitgünstiger, psychohygienischer und positiver ist es, uns Zeit zum Lieben zu nehmen: Ein fröhliches Gesicht, ein gutes Wort, eine freundliche Geste, eine liebende Handreichung, ein aufmunterndes Lächeln tut jedem von uns gut! Wieso gehen wir so sparsam mit diesen kleinen Freuden um? «Freude und Liebe sind die starken Federn in der ewigen Natur, Freude und Liebe treiben die Räder in der grossen Weltenuhr,» heisst es bei Schiller. Wir alle lernten einst diese Worte, doch beherzigen wir sie viel zu wenig!

«Nimm Dir Zeit für Deine Freunde –

das ist die Quelle des Glücks.»

Wir haben keine Zeit für Freunde. Heimmitarbeiter haben eine unregelmässige Arbeitszeit. Die Pflege der Freundschaft ist erschwert. Eben gerade darum wollen wir uns Zeit nehmen für unsere Freunde. Oft genügen ein paar Worte, ein Lächeln, ein Brief, ein Telefonanruf. Freunde sind ja Menschen, die uns annehmen, so wie wir sind, die keine langen Einleitungen benötigen, um mit uns in enger Zwiesprache zu sein, die uns verstehen, auch wenn wir uns nur mangelhaft ausgedrückt haben, die uns durch ihr blosses Dasein Ruhe einflössen und unsere Erregung beschwichtigen. «Ohne Freund ist unser Leben kein Leben», sagte Dante, und Cicero ergänzt: «Der Freund ist ein anderes stärkeres Ich». Pflegen wir unsere Freundschaft. Sie hilft uns leben. Sie vertieft, erhöht und stärkt unser Leben.

«Nimm Dir Zeit für die Andacht –

das wäscht den irdischen Staub von Deinen Augen.»

Wie können wir auch nur noch Zeit für die Andacht erübrigen, wenn wir schon für das Nötigste, Dringendste keine Zeit finden? So denken wir und eilen davon, dort motivierend, dort mahnend, dort helfend, dort hinweisend, dort bettend – nur für's Beten, für die Stille, für die Besinnung, für's Atemschöpfen, für's An-uns-und-die Nächsten-Denken finden wir keine Zeit. Für das Wesentliche und Menschlichste haben wir keine Zeit und unterlassen deshalb gerade das wahrhaft Menschliche: die Besinnung auf uns, den Nächsten und die zwischenmenschliche Arbeit. – In der Andacht erheben wir uns über unsere Alltäglichkeit, in der Stille finden wir uns selbst, in der Besinnung finden wir den Sinn unseres Lebens und für unsere Arbeit. Wer keine Zeit für die Andacht zu haben glaubt, steckt stets im irdischen Staub, im Dreck des Alltages und kann sich kaum darüber und daraus erheben. Ein Moment der Stille, der Meditation würde genügen, um neue Impulse aufzunehmen, um unsere oft erloschene, tote Kerze wieder zum Leuchten zu bringen.

«Nimm Dir Zeit zum Lesen –

das ist das Fundament des Wissens.»

Wir haben ja kaum Zeit für einen Blick in den «Blick»! Dass wir die Lektüre wissenschaftlicher Fachliteratur in die Ferienzeit verlegen, ist begreiflich; der Alltag hält uns in seinen unwissenschaftlichen Klauen. Trotzdem brauchen wir jeden Tag neu eine Aufmunterung, die wir leider zu wenig von unseren nächsten Mitmenschen bekommen. Es gibt ein wunderbares Buch: «Wörterbuch des Lebens» von Martin Gray, einem vielgeprüften Mann. Es gibt viele Besinnungsbücher, Meditationsschriften, die uns jeden Tag einen Denkanstoss oder Weckruf vermitteln. Zeitaufwand: 5 Minuten bloss – und wir sind vieler Sorgen los! Vielleicht versuchen wir sogar diese Worte für den Tag gemeinsam mit Mitarbeitern oder Schützlingen zu bedenken – Worte sind nie nur Schall und Rauch, sondern können motivieren und mögliche Wege im oft unmöglichen Alltagstrubel aufweisen. «Probiere gaht über Schtudiere!»

«Nimm Dir Zeit zum Spielen –

das ist das Geheimnis der Jugend.»

Der Mensch ist nur dort Mensch, wo er spielt – wir kennen diesen Satz, ignorieren jedoch seine Verwirklichung. Spielen bringt kein Geld ein! Spielen ist Zeitvertreib, Zeitverschwendung. Wir spielen nur, wenn es unbedingt sein muss. Wir organisieren vielleicht Spiele, um die Zeit tot zu schlagen. Schade! Wir verzichten freiwillig, willentlich auf die immensen wertvollen Auswirkungen des Spielens. Nur wenige erfassen und verwirklichen die Idee vom «spielend Lernen». Arbeit, die mir Freude und Genugtuung bereitet, Arbeit, bei der ich singen oder schwatzen oder pfeifen darf, Arbeiten, bei denen gelacht werden kann, gehen uns leichter von der Hand, befriedigen uns tiefer, erledigen wir spielend! Machen wir uns doch diese Tatsache zunutze, und verzichten wir einmal auf den so gern demonstrierten «tierischen Ernst der Situation». Lachen, singen, schwatzen, pfeifen wir zu unserer Arbeit, und siehe, sie wird spielend erledigt und verrichtet sein.

«Nimm Dir Zeit zum Nachdenken –

das ist die Quelle der Kraft.»

Wir reden, organisieren, pressieren, handeln und agieren fortwährend. Unser Leben ist voller Aktivitäten, die schliesslich unsere Kräfte erschöpfen lassen. Eines Tages sind wir «fertig», ohne eigentlich fertig sein zu dürfen. Wir sind erschöpft, ohne unsere Aufgaben und unsere Möglichkeiten erschöpfend ausgeschöpft zu haben. Wir füllen unsere Aufgaben nicht mit sinnvollem Tun, sondern entleeren sie zu einem sinnlosen Leerlauf. Wortspiele-reien? Wir wollen darüber nachdenken!

«Nachdenken! Am meisten über das, woran am meisten gelegen. Weil sie nicht denken, gehen alle Dumköpfe zugrunde: sie sehen in den Dingen nie auch nur die Hälfte von dem, was da ist; und da sie sich so wenig

anstrengen, dass sie nicht einmal ihren eigenen Schaden oder Vorteil begreifen, legen sie grossen Wert auf das, woran wenig, und geringen auf das, woran viel gelegen, stets verkehrt abwägend. Viele verlieren den Verstand nur deshalb nicht, weil sie keinen haben.» (Gracián)

«Nimm Dir Zeit zum Arbeiten –

das ist der Preis für den Erfolg.»

Erfolg in der Arbeit wollen wir alle haben, und wenn wir nur einige der skizzierten Schritte beherzigen und nachvollziehen, werden Befriedigung und Erfolg nicht ausbleiben. Plötzlich werden wir Zeit haben. Das Planen und Mitdenken wird Freude bereiten – darum lasst uns jetzt arbeiten gehen – es ist Zeit für die Arbeit!

Herbert Brun

Heinz Bollinger

Notizen im Juli

«*Kai lacht wieder*», heisst es im Klappentext, sei ein Erlebnisbericht, geschrieben für Leute, die ein spannendes, heiteres, ergreifendes und zutiefst menschliches Buch lesen wollen. Im Juni-Heft hat Claude Bollier das bei Walter erschienene Buch angezeigt und besprochen. In dieser Nummer werden ein paar Leseproben daraus abgedruckt. Es ist wirklich spannend geschrieben, wirklich ergreifend. Es geht wirklich ans Herz und – ich geniere mich nicht, es zu sagen – rührt zu Tränen, Tränen der Freude und Tränen der Trauer.

Kai – ein zehnjähriges autistisches Kind, dem der Ruf vorhergeht, derart schwierig zu sein, dass die Betreuer sich vor ihm fürchten. Von Kais Mutter wird der Verfasser des Berichts, Hartmut Gagelmann, einmal «Zauberer» genannt. In der Tat muss dieser junge Mann im Umgang mit Behinderten ein Zauberer gewesen sein – oder ein Naturtalent. Bisher habe ich nie ganz verstanden, weshalb in den helfenden Berufen die geschulten Fachleute den Naturtalenten (die es zum Glück immer noch gibt) in der Regel mit misstrauischer Reserve begegnen. Es scheinen dieselben Gründe vorzuliegen wie bei jenem Papst des Mittelalters, welcher erklärt hat, die Laien seien die ärgsten Feinde der Kirche und ihrer rechtmässigen Diener.

Gagelmann sagt von Kai: «Du hast mir gezeigt, dass *ich* der Behinderte war». Das Buch hat *mir* geholfen, meine eigene Behinderung deutlicher zu sehen. Sie liegt darin, dass ich voll bin von Vorurteilen. Gegen die Vorurteile der Normalen haben die Behinderten fast keine Chance. Sie können sich nur dadurch zur Wehr setzen, dass sie

«schwierig» sind. Den «Fall Kai» gibt es, wie man weiss, auch im Altersheim.

*

Nachdem während vieler Jahre vor und nach dem letzten Weltkrieg sozusagen jeder Architekten-Furz als Zeichen der Originalität und als Zeichen des Muts zum Bruch mit dem Herkömmlichen hochgejubelt worden ist, ist nunmehr die Gegenbewegung im Gang. Das grosse Wort führt jetzt der Heimatschutz, Heimatschutz-Fürze sind Trumpf. Im Magazin der «Weltwoche» war letzthin spaltenlang vom «Versagen der modernen Architektur» die Rede. In dem Aufsatz kommen Le Corbusier und seinesgleichen nicht gut weg. Angesichts der von ihnen weltweit angerichteten Verwüstungen und angesichts der Unwirtlichkeit des modernen Wohnungsbaus bieten sich die Architekten ja leicht genug als Sündenböcke an. Doch was soll's, sie in die Wüste zu schicken? Die pauschale Verurteilung dünkt mich kurzatmig und allzu simpel. Denn wie hätte man jahrzehntelang den «unbehausten Menschen» zur stilprägenden Figur des Mondflug-Zeitalters deklarieren und von der Architektur trotzdem fordern dürfen, dass sie menschengemässe Wohnlichkeit produziere?

«... dichterisch wohnt der Mensch auf dieser Erde», sagt Hölderlin. Nie sind wir von der Wahrheit dieses Hölderlin-Verses weiter entfernt gewesen als in den Jahren der wirtschaftlichen Euphorie und der Fortschrittsgläubigkeit, die in Kennedys «New Frontier»-Parole den zügigsten Ausdruck gefunden hat. Aber auch als eine in die Ferne gerückte Wahrheit hat sie Wirkung gehabt: Der Dichter im