

Tips fürs neue Jahr - Tips für jeden Tag - Tips fürs zwischenmenschliche Sein!

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

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Schweizer Heimwesen : Fachblatt VSA**

Band (Jahr): **60 (1989)**

Heft 1

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-811065>

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.

*Hier bin ich Mensch,
hier darf ich's sein.*

Johann Wolfgang von Goethe

Tips fürs neue Jahr – Tips für jeden Tag – Tips fürs zwischenmenschliche Sein!

Die Schweizer (und Schweizerinnen!) sind ein Tip-freundliches, Tip-eifriges und Tip-gläubiges Volk: Sowohl die Sporttoto-Gesellschaft mit ihren immer differenzierteren Tip-Möglichkeiten, wie aber auch die vielen Zeitschriften-Ratschlag-Tips und erst recht die vielen soziopsychophysiometopseudo- und andere Therapiepraxen florieren, ebenso wie die psychopädaseximedizinischen Bestseller, die seit Wochen die Hitparaden anführen . . . ob diese Bücher alle auch gelesen . . . und nicht nur weil auf der Bestsellerliste stehend – gekauft und archiviert werden, bleibe dahingestellt!! Hauptsache ist, dass wir alle froh sind um jeden Tip!: Wie wird die Wäsche weisser als weiss, Hansli bräver als Werni, Vreneli weniger eigensinniger als Vroni und Frau Meiers Einstellung zum Leben positiver, obwohl eben die Vergangenheit und Gegenwart (und Zukunft) so hart und bedrückend sind. Tips zum Abnehmen, Tips zum Reinwaschen, Tips zum Bravwerden, Tips, um das Rauchen, den Alkohol, die Drogen und Frauen zu lassen oder mehr zu ehren, Tips sind gefragt, jetzt zum neuen Jahr . . . vielleicht können wir neu beginnen!? und jeden Tag, denn tagtäglich stehen wir doch alle immer wieder vor Rätseln . . . ein kleiner Tip, und schon läuft alles besser, «ringer». Probieren geht über Studieren . . . und «Nützt's nüt, so schadet's nüt!»

Tip 1 Witz statt Wut – Humor statt Hammer

Swift schrieb: «. . . Wie der Witz die edelste und nützlichste Gabe der menschlichen Natur, so der Humor die angenehmste ist. Und wo diese beiden eng in das Gewebe eines Werkes verflochten sind, werden sie es der Welt stets annehmbar machen.»

Humor und Witz sind aber nicht in erster Linie Gaben des Geistes, sondern Gaben des Herzens und sind wohl gerade deshalb so begehrt und so wirksam, denn «sie tragen die Seelen über Abgründe hinweg und lehren sie mit ihrem eigenen Leid spielen. Sie sind echte Tröstungen, die dem Menschen treu bleiben bis an das Ende.» (Feuerbach)

Ohne Witz kann man nicht auf die Menschheit wirken! Denn er wirkt von Menschenherz zu Menschenherz. (Börne)

Wieso auch ist Frau Müller so wütend über ihre Schützlinge (oder nur über sich?), weil diese lieber weiter «sändelen» und nicht heimgehen wollen? Sie schimpft. Sie ruft lauter und schärfer! Sie zieht ihre Kleinen an Haaren und Ohren vom Sandhaufen weg. Die zwei erwischten Kinder schreien. Die anderen bleiben im Sandhaufen zurück.

Tip 1: Witz statt Wut: Welches «Sandmännchen» ist wohl am schnellsten, vor mir zuhause? . . . das erhält den grössten Apfel, das grösste Sugus (. . . dabei sind ja alle Sugus gleich gross . . . zulässiger Witz?)!

Tip 2 Ruhe bewahren, nicht rasen!

Ruhe bewahren – tief durchatmen – bis 10 zählen . . . und eventuell sogar zurück – das macht den Gegenüber, den rasenden, aufbegehrenden, krachenden, fluchenden Partner . . . wütend, meistens aber baff. Konsterniert wird er innehalten, aufhorchen, vielleicht auch tief einatmen, Luft holen. Er hat ein Donnerwetter erwartet. Er hat vielleicht sogar eine Strafe herausgefordert . . ., und jetzt darf er vielleicht weiter zetern, weiter fluchen, weiter alles «ausspucken», was ihn bewegt, was ihn betrifft, und beschäftigt, ihn kränkt und/oder (scheinbar) benachteiligt, ins Unrecht, ins Abseits setzt.

Ruhe bewahren ist schwer. Vielleicht sind wir selbst unruhig. Rund um uns herum herrscht Unruhe, Unrast, Hast.

Die Ruhe ist wohl das Beste von allem Glück der Welt

Der ehemalige Burghölzli-Direktor, Prof. Bleuler, erzählte immer wieder von den Erregungszuständen, in die eine schwer depressive Frau verfiel, wenn sie seiner ansichtig wurde. Täglich, morgens und abends, wenn sich die beiden begegneten, geriet sie ausser sich, so dass keine Behandlung möglich schien. Erst nach vielen Monaten beruhigte sich die Frau, und eines Tages konnte sie Bleuler gestehen, dass sie wohl nur durch seine Ruhe und (scheinbare) Gelassenheit, aber auch durch die Tatsache, dass er trotzdem täglich den Kontakt suchte, nunmehr Licht und Hoffnung in sich spüre.

Wieviel leichter sind doch unsere alltäglichen «Fälle» – ein bisschen Ruhe, in Ruhe sich besinnen . . . oder auf zehn zählen . . . und eine «elektrisch geladene» diffizile Stimmung oder Situation könnte sich entladen ohne Blitz und Donner!

Tip 3 Konsequenz statt Konflikt

Es ist kein schlechter Witz «*einmal Fünfe grad sein zu lassen!*» Im Gegenteil! Stur – nicht konsequent! – ist, wer jeden Fehler, jedes Missgeschick sofort nach Paragraph XY ahndet. Wie befreiend und beziehungs-schaffend wirkt doch ein Lob der Erzieherin: «Diese Waldhütte habt ihr bäumig gemacht.» Die verschmutzten Kleider ignoriert sie grosszügig, weiss jedoch zuinnerst, dass am Abend dann eine «Reinigungsschlacht» stattfinden wird . . . vielleicht werden die (relativ) saubersten Kleider prämiert?! . . . siehe Tip 1!

Trotzdem ist Konsequenz wichtig und nötig. In der antiautoritären Schule von A. S. Neill in Summerhill gab es eine Reihe bestimmter Verhaltensmassregeln, Gebote und Verbote! Nicht alles war verboten oder geboten. Aber diese Regeln mussten eingehalten werden. Sie gaben der ganzen Schule und dem Schulauftrag den Halt, die Sicherheit, in deren Rahmen dann vieles, sehr vieles

frei gemacht werden durfte, ohne Konflikte hervorzurufen. Die Idee von Summerhill ist weitgehend auf Kritik und (und weil falsch interpretiert und praktiziert worden) auf Ablehnung gestossen. Heute wird kaum mehr davon gesprochen. Nur die Verunsicherung ist geblieben: Wir erlauben uns und den Mitmenschen vieles, sehr vieles mehr, ohne ihnen und uns den Sicherheit bietenden Halt, die Grenzen zu setzen. Schnell sind diese dann überschritten.

Je nachdem stellen sich die Folgen ein: Übersehen, nicht bemerken, strafen, besprechen, wieder-gutmachen, Schläge, einsperren – eine sinnvolle Konsequenz fehlt. Je nach Haltung, Einstellung, Laune und Situation wird entschieden. Der Unsicherheit und Verunsicherung ist Tor und Tür weit geöffnet, wo wenige Ge- und Verbote und deren sinnvolle konsequente Befolgung lebenssichernd und für das Zusammenleben förderlich wären.

Beim Spielen lernen die Menschen am leichtesten die Konsequenzen! Seien wir also Menschen, die immer wieder gerne spielen, und wir werden spielend lernen, Regeln einzuhalten und Konsequenzen zu tragen. Wer auf dem Fussballplatz nicht die Regeln einhält, steht im Abseits – kein Mensch möchte abseits stehen!

Tip 4 Verstehen, nicht verstossen

«Ich verschtah de Kärli nöd, de söll nu draglaube. Dänn gönd em villicht d’Auge uf!»

«Wer eus nöd verschaht, ghört nöd da ane!»

«Wänn er’s nöd verschtande hätt, söll er’s bliebe lah!»

«Ich han’s jetzt so mängmal gsait, jetzt söll er abfare!»

«Jetzt isch sie scho wieder furtgloffe, jetzt söll sie bliebe, wo sie isch!»

«Wer nicht hören will, der muss fühlen!»

Wir sind wahre Erfindungskünstler von Ausreden in Situationen, in denen wir dem Mitmenschen nicht unbedingt Konsequenz, sondern Verständnis entgegenbringen sollten.

Zum Beispiel heute nachmittag: Die Sonne leuchtete herrlich warm ins Schulzimmer und lockte zum Träumen. Wie herrlich ist doch das Leben. Wie viel herrlicher wäre das Leben ohne die Schule, dieses lebensferne Muss! – Doch der Lehrer verlangte Aufmerksamkeit: Die Arbeit müsste erledigt sein, sonst . . . Konsequenz! . . . gibt es Hausaufgaben, und hin ist die Freizeit, die Freiheit zu träumen! Im Innersten hätte auch der Lehrer lieber mit der Sonne gelacht; aber er versties diese «leichtfertigen» Gedanken, gab sich mühevoll einen Stoss, hatte in der Folge Mühe und . . . konnte nicht verstehen, dass sich die Schüler nicht die gleiche Mühe geben wollten oder konnten! Wohl schon am nächsten Vormittag wären die Franz-Wörter weniger mühevoll erlernt worden!

Nur noch in wenigen Heimen dürfen Kinder oder erwachsene Schützlinge bei den anfallenden Arbeiten mithelfen. Weil man ihre Behinderung nicht versteht, weil sie zu langsam, zu ungenau, zu kompliziert arbeiten, verstösst man sie aus der Küche, der Lingerie, aus der Werkstatt . . . und versteht dann wiederum nicht, wenn sie sich gelangweilt, verstossen vorkommen.

Alles verstehen heisst nicht, alles blindlings verzeihen, heisst jedoch den Mitmenschen ernst nehmen und ihn seinen Möglichkeiten entsprechend fördern und nicht zurückhalten oder gar verstossen.

Tip 5 Nachgeben, nicht nachschlagen!

In der grossen wie in der kleinen (Heim-)Welt sind Machtkämpfe an der Tagesordnung. Wir können in den vielen Geschichtsbüchern, aber auch in den Sitzungsprotokollen der Heime nachschlagen, wie raffiniert verfeindete Parteien nachgeben, um nachher irgendwo und irgendwann nachzuschlagen, richtig zu zuschlagen, ja, den andern zu schlagen.

Da bringt der Gärtner den eben gepflückten Kopfsalat. Die Köchin aber hat Eisberg-Salat bestellt, denn gestern und vorgestern hatte sie schon Kopfsalat serviert! «Jetzt ist eben der Kopfsalat da. Ich kann und will ihn nicht aufschliessen lassen», begründet der Gärtner seine Lieferung. «Und ich will nicht immer Kopfsalat, sondern Abwechslung . . . überhaupt, der ist ja voller Läuse, pfui!» Die Köchin hat den Gärtner getroffen. Trotzdem «verreist» sie nachgebend mit dem Kopfsalat in die Küche, nicht ohne leise und doch vernehmlich zu murmeln: «De Gschider git na . . .» Wir kennen das Sprüchlein, das nicht gerade von zwischenmenschlichem Verständnis zeugt. Der Gärtner springt nach und entreisst der Köchin das Salatgitter. Ein unschöner Ringkampf lockt schnell schadenfreudige Zuschauer an. Ein unnötiger Krieg! Beide hätten nachgeben können, und Nachschlagen bedeutet eigentlich eine «Gelbe Karte» (z. B. im Fussball)!

Machtkämpfe treffen (frei nach Schiller) «den Hirten und die Herde», zerstören also jede Beziehung.

Wer nachgeben und verzeihen kann, zeigt menschliche Grösse, Stärke, wer schlägt, gar nachschlägt, zeigt die Ohnmacht der Macht.

Tip 6 Überprüfen und ja nicht übersehen!

Wie schnell haben wir etwas übersehen. Wie schnell haben sich Tippfehler eingeschlichen – ein kleiner Tippfehler beim Lotto oder Toto und hin ist der Zwölfer, die «verdiente Million»! Drum überprüfen wir unsere oder besonders auch die vielen fremden, so gut gemeinten Tips, auch diese Tips! Die Umwelt ist soo hilfsbereit. Jeder Fach- und Fastfachmann, auch weiblichen Geschlechts, hat beste Tips, die es nur zu befolgen gibt, und die heile Welt ist gesichert. Wenn es nur stimmen würde! Es gäbe dann nicht so viele Burnout-Menschen! Mit diesen heutigen sechs Tips ist unsere Ruhe noch lange nicht gesichert, höchstens hin und wieder ein frohmachendes Aha-Erlebnis möglich.

Übersehen wir nicht, dass ein Tip nicht für alle Menschen der gute Tip ist, dass nicht alle Erzieher den gleichen Tip gleich interpretieren und in der gleichen Situation gleich anwendend den gleichen Erfolg erzielen! Tips sind Hinweise, die die eigene Haltung oder Meinung oder Reaktion verändern, positiv oder (lieber nicht!) negativ beeinflussen, können, um in ähnlichen Situationen differenzierter, kreativer, menschlicher zu wirken. Dies überrascht – «Das Überraschende macht Glück» –, entspannt Situationen und erleichtert das zwischenmenschliche Tun und Sein. Beachten wir den guten Tip! Tippen wir gut, und das Glück ist unser! Es macht uns «reich» und den Mitmenschen zufrieden.

Herbert Brun

Wir alle sind Darsteller von Nebenrollen, ohne allzuviel vom Stück zu wissen.

MAX BROD