

# Behinderungen

Erhard Taverna

100 Meter in 10,97 Sekunden bedeuteten im Mai 2003 Weltrekord. Die Spitzenleistung eines Unterschenkelamputierten, dank federnder Prothesenfüsse. Die Resultate behinderter Athleten nähern sich auch absolut immer mehr den Rekorden gesunder Hochleistungssportler an. Behinderte Frauen und Männer bewältigen Marathon- und Triathlonwettkämpfe. Blinde, Querschnitt- oder spastisch Gelähmte, Amputierte und geistig Behinderte schwimmen, tauchen, rudern, fahren Kajak und Wasserski, spielen Tennis, benützen Gleitschirme oder erklimmen den Mount Everest. Die amerikanische Paralympics-Siegerin Aimee Mullins präsentiert sich an Modeschauen mit Beinprothesen in Spezialstiefeln als Topmodel auf dem Laufsteg: «Ich will der Welt beweisen, dass eine Amputierte nicht trotz, sondern wegen ihrer Behinderung schön, stark und erotisch sein kann.» Kadersportler trainieren in Nichtbehindertenvereinen und umgekehrt entdecken Gesunde den Rollstuhl als neues Sportgerät für Basketball und Marathon. Diese Entwicklungen eröffnen einen irritierenden Raum voller neuer Möglichkeiten und ein neues sprachliches Handicap, da der Sammelbegriff «Behindertensport» schon bald keinen Sinn mehr macht. Natürlich ist Kritik berechtigt, wenn der Eindruck entsteht, dass Behinderte nur dann wertvoll, integrierbar oder integriert sind, wenn sie Ausserordentliches leisten. Die Deutsche Elke Bartz, seit einem Autounfall querschnittgelähmt und inzwischen vielseitige Behindertenaktivistin, arbeitet auch an Schulen regelmässig als Instruktorin. Sie weiss um ihre Verantwortung und warnt vor neuen «Krüppelhierarchien». Im Unterricht sollen Jugendliche die Probleme von Behinderten kennenlernen und sich auch fragen, wo diese Menschen selbständig, selbstbestimmt und unabhängig leben können und wo sie schlicht und einfach Unterstützung und Solidarität brauchen. Viele verstehen die sportlichen «Vorzeigebehinderten» als Brücke zum besseren Verständnis jeder Form von lebenslänglicher Beschränkung und als Vehikel für gesellschaftliche Veränderungen.

Diese schulisch vermittelte Begegnung als Mittel der Verständigung ist für die deutsche Körper-Stiftung ein förderungswürdiges Schwerpunktprogramm. Ihre Publikation «Blickwechsel: Von Behinderten lernen» schildert anschau-



lich die Praxis der Unterrichtsbesuche, die Reaktionen von Schülern und Schülerinnen und die vielfältige Pädagogik der Ausstellungen zum Thema. Lebensgeschichten und Porträts ergänzen die Berichte mit persönlichen Erfahrungen. Alle selbstbetroffenen Projektleiter und Lobbyisten, die im Buch zur Sprache kommen, sind ihren Vorbildern erstmals in den USA begegnet. Das Buch vergleicht den langen Weg zur Gleichstellung in Deutschland und den USA. Schweizerische Leser können daran den massiven Rückstand unseres Landes ablesen. Bereits 1977 regelte der «Rehabilitation Act», dass kein Mensch aufgrund seiner Behinderung von einem Programm oder einer Aktivität, das finanziell durch den Staat unterstützt wird (Gebäude, Verkehrsmittel, Schulen), ausgeschlossen werden darf. Seit 1990 verbietet der «Americans with Disabilities Act» die Diskriminierung behinderter Menschen auch im privatrechtlichen Bereich. Die Behindertenarbeit wird zudem durch die «Centers for Independent Living» seit 1972 gefördert, zum Beispiel mit «Peer Support», einem umfassenden Beratungssystem von Behinderten für Behinderte. Viele Universitäten ergänzen die Integrationspädagogik durch «Dis-

ability Studies». Amerikanischer Pragmatismus, zupackender Bürgersinn und technische Innovationsfreudigkeit haben für ein nahezu barrierefreies Land gesorgt. Dass aber gleichzeitig zu diesen Errungenschaften auch eine verkrampfte Wortkosmetik existiert, die aus «political correctness» für den Begriff «disabled» immer wieder neue Ausdrücke erfindet (z.B. «physically challenged»), verweist auf den psychischen Untergrund eines latenten Unbehagens.

Das ganz andere Buch von Jupe Haegler und Reto Meienberg, «Behinderte sind auch nur Menschen», nähert sich diesen unausgesprochenen Spannungen und Konflikten zwischen Gesunden und Kranken und denen der Sehnsüchte und Frustrationen Behinderter. Ihre Texte und Cartoons berichten von Schmerz, Abschied, Verzweiflung, Kränkung und Einsamkeit. Vom Leiden, das keine Leistung mehr zulässt. Mit dem Verweis auf ein anderes Leben: «Früher konnte ich fliegen», beginnt ihre Geschichte. Niemand ist freiwillig behindert und nicht jeder findet für sein Elend eine Sprache. Haegler und Meienberg

sind die Topsportler ihrer eigenen Disziplin. Böse und mit viel schwarzem Humor rebellieren die beiden Schweizer gegen ihre unzumutbare Krankheit. Sie schreiben und zeichnen gegen Sprachzensur und Wortmagie, gegen das Schönreden, gegen das Ausblenden und Verniedlichen. Sie erinnern daran, dass Kranke und Behinderte, trotz der technischen Hilfsmittel und des Mitgefühls der Helfer, letztlich radikal auf sich selbst verwiesen sind.

Chaos und Misslingen gehören zum Leben wie Glück und Erfolg. Beide Bücher legen auf ihre Weise Defizite und Mängel offen, beide sind ein Lehrstück für Lebenskunst. Sie bilden die zwei Seiten der gleichen Medaille ab. Darum gehen sie uns alle an.

- Reinhild Möller (Hrsg.). Blickwechsel. Von Behinderten lernen. Hamburg: edition Körper-Stiftung; 2003. 241 Seiten.
- Jupe Haegler, Reto Meienberger. Behinderte sind auch nur Menschen. Muri bei Bern: Cosmos Verlag; 2005. 87 Seiten.

## In dich selbst zurück

C. Müller

Obschon sich Psychiatrie und Psychologie hauptsächlich mit unangenehmen menschlichen Gemütsbewegungen auseinandersetzen, um Patienten mit Depressionen, Angststörungen und anderen Leiden Hilfe bieten zu können, beschäftigt sich ein junger Zweig der Forschung mit der subjektiven Lebenserfahrung des Menschen, Zufriedenheit zu empfinden, und seiner Fähigkeit, auch auf längere Zeit hinaus glücklich zu sein. Im Zentrum dieser Recherchen stehen Optimismus, positive Emotionen und gesunde Charaktermerkmale.

Es zeigt sich, dass Menschen, die in einer Kultur leben, welche der persönlichen Verbesserung des einzelnen Individuums verpflichtet ist, dazu neigen, glücklicher zu sein, als solche, die sich in einer Gesellschaftsform entwickeln, welche die Bedürfnisse einer ganzen Gruppe zu befriedigen sucht. Eine demokratische Staatsform korreliert direkt-proportional mit der Zufriedenheit des einzelnen. Staaten, welche auf eine lange demokratische Tradition zurückblicken, weisen in der Regel auch höhere Lebensstandards auf [1]. Dies

führt zur Frage, ob Glück mit Geld gekauft werden kann oder anders formuliert: Macht Geld glücklich?

Vergleicht man verschiedene Nationen und Volkskulturen untereinander, so ist die Wechselbeziehung zwischen Wohlstand und dem subjektiven Glücksempfinden des einzelnen wesentlich. Glück korreliert in hohem Mass mit dem Brutto-sozialprodukt, das Massstab für die Prosperität einer Volkswirtschaft ist. Würde es demnach genügen, Einkommen oder Wohlstand zu vermehren, um das Niveau der individuellen Zufriedenheit beliebig anzuheben? Obschon Wirtschaftswissenschaftler lange geglaubt hatten, dass eine Erhöhung des Einkommens im wesentlichen mit einer Zunahme der allgemeinen Zufriedenheit einhergeht, ist innerhalb einer Volkswirtschaft der Zusammenhang zwischen individueller Lebenszufriedenheit und Erwerb – hat dieser einmal eine gewisse Höhe erreicht – gering [1–3]. Ein angemessenes und geregeltes Einkommen ist allenfalls einer von vielen Faktoren, deren es für ein glückliches Leben bedarf.

Korrespondenz:  
Dr. med. Christian Müller  
Plattenstrasse 10 / 206  
CH-8032 Zürich

Eine Universalformel im Sinne einer in sich geschlossenen Definition für den Glücksbegriff zu geben oder sämtliche Faktoren, welche auf die Zufriedenheit und das Glücksempfinden der Menschen Einfluss nehmen können, zu nennen und zu diskutieren, ist hier nicht die Absicht. Vielleicht vermag aber das nachfolgende grobe Panaschieren von Prosa, Poesie und Psychologie den geneigten Leser zu weiterem Studium des einen oder anderen Gebietes anzuregen. Eingeworfen sei hier auch, dass Glück, Zufriedenheit und Wohlbefinden als Synonyme gebraucht werden, was nicht ganz zulässig ist.

Kann das rein philosophische Konzept von Glück vollständig erfasst werden, indem eine Kausalität zwischen Zufriedenheit und Einkommen, zwischen subjektivem Wohlbefinden und anderen Faktoren hergestellt wird? Glücklich sein geht einher mit Selbstachtung. Der glückliche Mensch erfährt Liebe und empfängt genügend Zuneigung. Ein angemessenes Salär, Erfüllung im Berufsleben, soziale Kontakte und Interaktionen und ganz allgemein der Glaube an einen höheren Lebenssinn sind nur einige Säulen, welche eine glückliche Existenz zu tragen vermögen. Eine Bedingung für Glück liegt im unverbissenen Vorwärtstreben mit der Absicht, einen klaren Lebensplan zu verwirklichen [4]. Herausforderungen und die Aussicht auf vielversprechende Veränderungen sind geeignet, die individuelle Zufriedenheit zu steigern und dem einzelnen ein glückliches Leben zu bescheren.

Der kurzsilbige deutsche Begriff Glück schliesst verschiedene Bedeutungen, wie Freude, Erfüllung, Lebenszufriedenheit, positiver Lebenssinn und glückliches Schicksal, ein [4]. Glück kann als philosophische Vorstellung durch die obige Zergliederung nur unvollständig erfasst werden. Die literarische Dichtung leistet hier Hilfe. Wo eine Definition, eine Formel oder eine Tabelle nur ungenügend Auskunft geben kann, lässt die Dichtung den unsicheren Begriff des Glücks im Kontext einer Erzählung oder eines Gedichtes erfahren. Literarische Werke nehmen sich meist komplexer menschlicher und gesellschaftlicher Inhalte an und beantworten Fragen in diesem Zusammenhang schlüssig und in einer Form, die für den einzelnen oft zugänglicher ist als manches Lehrbuch, welches mit Schemata und Fallbeispielen nur ein verzerrtes und abstraktes Bild der Realität wiederzugeben vermag. Hermann Hesse, dessen Ausführungen zum Thema Glück wir für unsere Betrachtungen vergleichend hinzuziehen wollen, spricht der Literatur diesen Verdienst für den einzelnen Menschen a priori ab [5]:

Alle Bücher dieser Welt  
Bringen dir kein Glück,  
Doch sie weisen dich geheim  
In dich selbst zurück.



Hermann Hesse, 1928. Porträt von Hardy Cole, 1995.  
© 1997 Hermann Hesse – Editionsarchiv. Volker Michels,  
Offenbach am Main

«Die Antwort bist Du selbst», so lautet nach Volker Michels pointiert das literarische Vermächtnis des Autors. Kein Lehrer, keine Ideologie und damit auch kein Buch kann uns das vermitteln, was die individuelle Erfahrung bringt. Wir tragen die gesamte Verantwortung für unsere persönliche Entwicklung und für unsere spirituelle Reifung und können sie nicht delegieren.

### Was ist Glück?

Obwohl gegensätzlich diskutiert, geht subjektives Wohlbefinden wahrscheinlich nicht zwingend und alleine einher mit Reichtum, Jugend oder Gesundheit [2–4]. Es ist eine Funktion mit verschiedenen Variablen, denen im Leben jedes Einzelindividuums mehr oder weniger Bedeutung zukommt und welche auch ungleich gewichtet werden.

Für Hermann Hesse ist Glück «ein Talent, kein Objekt.» Es kann somit nicht durch äussere Umstände direkt beeinflusst werden. Talent ist

jedem Menschen eigen und wird demzufolge nur nach Massgabe der individuellen Begabung gelebt und gefördert. Wir tragen also nicht alle das gleiche «Glückspotential» in uns. Auf die als Empfindung verstandene Lebenszufriedenheit können weder Geld noch Macht Einfluss nehmen; es gebe viele, welche nach Hesses Beobachtung «beides hatten und elend waren.»

### Gesundheit und Glück

Bestimmend für die Lebenszufriedenheit ist nicht der objektive Gesundheitszustand, wie er in Form ärztlicher Diagnosen und Klassifikationen wiedergegeben wird, sondern das persönliche und damit subjektive Gesundheitsempfinden. Die individuelle Persönlichkeitsstruktur, unser Talent zum Glücklichbleiben beeinflusst und moduliert die Wahrnehmung unserer eigenen Gesundheit und Krankheit. Dies ist eine Erklärung für die Beobachtung Hesses, dass «mancher Kranke blühte bis kurz vor dem Ende vor Lebenslust [...]» [6].

### Partnerschaft, Freundschaft

Unbestritten ist, dass eine harmonische partnerschaftliche Beziehung in grossem Masse dazu beiträgt, das individuelle Glücksempfinden im Lot zu halten. «Le bonheur existe, et il est simple: c'est un visage», schreibt Frédéric Beigbeder. Gleiches gilt für jede Art von bereichernder sozialer Beziehung im Freundeskreis, in der Familie oder im Berufsumfeld, denn «wo befreundete Wege zusammenlaufen, da sieht die ganze Welt für eine Stunde wie Heimat aus» [7].

### Augenblickswert

Hesse fordert nicht, dass wir uns ständig mit unserer eigenen Person auseinandersetzen. Das individuelle Anspruchsniveau bezüglich unserer Erwartungen, was das Leben denn bringen müsse, sollte nicht zu hoch angesetzt werden. Der Mensch muss lernen, «mit sich und seinem

Leben zufrieden zu sein»; denn «Glück gibt es nur, wenn wir vom Morgen nichts verlangen und vom Heute dankbar annehmen, was es bringt [...]» Im Leben geht es nicht primär darum, was in der Vergangenheit geschehen ist, oder was wir für die Zukunft geplant haben, es geht um den Weg und um jede Lebensstufe. Sie will ausgekostet werden, «darf [aber] nicht ewig dauern». Es geht Hesse darum, mit Begeisterung in der Gegenwart zu leben und «jeden kleinen spielerischen Augenblickswert zu schätzen», ohne «Gewesenes zu wiederholen.» Die absolute Hingabe an jeden kurzzeitigen Moment fordert vom Menschen eine stetige Weiterentwicklung, die zwangsläufig einhergeht mit Abschied und Neubeginn. Nur so kann «Liebe und Schicksal gekostet», «Schiffbruch und neue Ausfahrt erlebt» werden, und nur so haben wir Aussicht auf Befreiung und vielleicht Erlösung [5, 6, 8].

Abschliessend erinnern wir uns daran, dass während unseres irdischen Lebens das kostbare Glück, nach dem wir streben, flüchtig und nur kurz fassbar bleibt [5]:

Denn auch im Glücke kann ich auf Erden  
Doch nur ein Gast und niemals ein Bürger  
werden.

### Literatur

- 1 Kowalski R, Westen D. Psychology. 4<sup>th</sup> edition. Hoboken NJ: John Wiley & Sons, Inc. 2005.
- 2 Easterlin RA. Explaining happiness. PNAS 2003; 100(19):11176-83.
- 3 Wallis C. The New Science of Happiness. Time, 17<sup>th</sup> January 2005.
- 4 Dick A. Psychotherapie und Glück. Bern: Hans Huber; 2003.
- 5 Hesse H. Glück. Betrachtungen und Gedichte. Herausgegeben von Volker Michels. Frankfurt am Main und Leipzig: Insel; 2000.
- 6 Hesse H. Siddhartha. Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch; 1999.
- 7 Hesse H. Demian. Die Geschichte von Emil Sinclairs Jugend. Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch; 1974.
- 8 Hesse H. Der Steppenwolf. Frankfurt am Main: Suhrkamp Taschenbuch; 1997.