

**Zeitschrift:** Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF  
**Herausgeber:** IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)  
**Band:** 23 (1981)  
**Heft:** 2: Mein Körper

**Artikel:** Mein Gesicht  
**Autor:** Mezger, Barbara  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-155987>

### **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:** 14.04.2026

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



## Mein Gesicht

Ich bin mit einer hasenscharte zur welt gekommen und habe darum ein entstelltes gesicht. Seit der geburt bin ich auch stark sehbehindert, doch diese behinderung spielt in meinem leben nur eine untergeordnete rolle. Mein gesicht ist für mich das grössere problem.

Dass ich sehbehindert bin, habe ich schon gewusst als ich noch ein kleines mädchen gewesen bin; aber dass ich anders aussah als die anderen kinder, ist mir nie bewusst geworden. Meine eltern behandelten mich gleich wie meine brüder, und ich hatte ein paar freundinnen.

Als ich siebzehn jahre alt war, versuchte mir ein kollege begreiflich zu machen, wie sehr ich ihn mit meinem aussehen schockiert hätte als er mich das erstmal sah. Ich verstand ihn nicht, bisher hatte mir das noch nie jemand gesagt. Es war mir überhaupt nicht bewusst, welche wirkung ich auf meine umwelt hatte.

Im ersten selbsterfahrungskurs, den ich besuchte, erzählten mir viele gruppenmitglieder von ihrer betroffenenheit über mein gesicht, als sie mich kennenlernten. Sie fühlten sich mir gegenüber hilflos, denn sie wussten nicht, was für ein mensch hinter dem entstellten gesicht stand, wie sie mit mir in kontakt kommen sollten.

Ich suchte eine erklärung für diese äusserungen und begann allmählich zu verstehen:

die menschen, die mich zum erstenmal sehen, erschrecken darum über mich, weil mir meine probleme im gesicht geschrieben stehen. Dieses unmittelbare erkennen meiner schwierigkeiten macht ihnen angst. Es erinnert sie an ihre eigenen probleme, sie nehmen zum beispiel wahr, dass sie mühe haben, ihren körper zu akzeptieren, dass sie befürchten, auch einmal behindert zu sein und dadurch ihre beziehungen zur umwelt zu verlieren.

Wie gehe ich nun mit diesen ängsten um?

Oft fühle ich mich blossgestellt, da wegen meinem gesicht bei manchen leuten gefühle ausgelöst werden, denen ich mich kaum entziehen kann. Manchmal habe ich den eindruck, es sei für mich nur möglich, mit einem menschen eine beziehung anzuknüpfen, nachdem wir über meine behinderung und über seine ängste gesprochen haben. Solche gespräche sind gut, doch tun sie mir weh, weil sie mich immer wieder an mein gesicht erinnern.

In den letzten jahren bin ich mir vieler probleme, die mit meiner behinderung zusammenhängen, bewusst geworden; aber es bestand die gefahr, dass ich begann, die ursachen für meine schwierigkeiten ausschliesslich meinem aussehen zuzuschreiben. Manchmal hatte ich das gefühl, mein körper bestehe nur noch aus meinem gesicht.

Ich möchte nun versuchen, meinem gesicht in meinem leben einen nicht zu grossen, realistischen stellenwert einzuräumen. Meine persönlichkeIt ist ja nicht nur durch meine behinderung geprägt worden, ebenso haben meine eltern, mein beruf, das entdecken meiner schöpferischen fähigkeiten, die probleme in unserer gesellschaft und die zwischenmenschlichen beziehungen zur entwicklung meiner persönlichkeIt beigetragen.

Immer wieder beschäftigt mich die folgende frage: Wird es mir gelingen, genügend selbstvertrauen zu entwickeln, mich den menschen gegenüber, mit denen ich in kontakt kommen möchte, mit (nicht trotz!) meiner behinderung so verhalten zu können, dass sie spüren, wer hinter diesem entstellten gesicht steht?

Aufgrund meiner bisherigen erfahrungen glaube ich, diese frage bejahen zu können, doch sicher bin ich noch nicht.

Barbara Mezger, Mühlezelgstrasse 38, 8047 Zürich



## Mein Körper

Ja, was heisst das eigentlich mein körper? Da denke ich an den kopf, an die beine mit den füssen, an die arme mit den händen. Doch wenn ich etwas nachdenke, da spüre ich wieviele körperteile ich besitze: Aug, ohr, herz, lunge, leber, niere . . . Wie schön ist es, mein körper kann meine nahrung verdauen. Ich muss sozusagen nichts dazu beitragen. Dies ist für mich einfach ganz selbstverständlich.

Leider habe ich meinen körper lange nicht richtig geschätzt, auch als ich während einem jahr bei schwerbehinderten kindern gearbeitet habe. Eines tages bin ich ins krankenhaus gekommen. Langsam hat sich vieles in mir verwandelt. So 3 monate sich von liebem personal pflegen und aufmuntern zu lassen, oh, da schien mir das leben oft trostlos. Doch plötzlich habe ich meine hände entdeckt, die schöne gegenstände basteln können. Mit meinen augen kann ich dieses gebastelte und vieles mehr bewundern. Und mit meinem mund kann ich gedanken ausdrücken. Von diesem tag an hat mein leben einen tieferen sinn bekommen. Ich bin dankbar und glücklich; denn mit meinen augen, ohren und mit meinem mund kann ich vieles in dieser welt verändern.

Bettina Aebi, Birkenau, 6047 Kastanienbaum