

**Zeitschrift:** Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF  
**Herausgeber:** IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)  
**Band:** 25 (1983)  
**Heft:** 1: Zivildienst

**Artikel:** PULS am Puls von Sonja Zolliker  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-156644>

### **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:** 13.01.2026

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



# PULS AMPULS neue serie von *Sonja Zolliker*



## Sonja Zolliker

Dass Sonja Zolliker gerne und gut kocht, bekamen wir gleich zu spüren, wir wurden nämlich mit einem köstlichen znacht empfangen. Eigenartig geht es zu, wenn vier behinderte miteinander wirtschaften: Niggi, die mit der Sonja zusammenwohnt, transportierte mit ihrem elektrorollstuhl die hübsch angerichteten salatteller zum esstisch, die heisse reisschüssel aber wurde mit Sonjas und Alex' stöcken über den teppich geschoben...

Im zimmer, in dem uns Sonja später von sich erzählte, liegt eine matratze mit einem farbigen überwurf und vielen kissen, zu füssen ein frottiertüchlein und ein fläschlein massageöl. Hier dürfen sich die leute ausstrecken, die sich von Sonja eine fussreflexzonenmassage machen lassen. Wir haben anderes vor, leider... An der wand lehnt eine grosse tafel, ein kreis, in zwölf teile geteilt, in denen tierkreiszeichen und andere rätselhafte zeichen gemalt sind. Bei Sonja kann man sich nämlich astrologisch beraten lassen. Aber davon lässt sich nicht leben. Darum sucht sie wieder eine halbtagsstelle, es spielt keine grosse rolle was, es soll einfach ein gelderwerb sein.

Mit 15½ jahren wurden Sonjas beine während einer turnstunde innerhalb von zehn minuten gelähmt, die ursache ist nicht genau bekannt. Nun kam sie ins kinderspital Affoltern. Es war eine wertvolle zeit, in der sie menschen kennenlernte, die sie weiterbrachten, die offener waren als ihre bisherigen bekannten. Auch zeigten menschen, die ihr vorher recht oberflächlich begegnet waren, plötzlich ihr wahres gesicht, ihre menschlichkeit. Gleichzeitig musste sie lernen, mit dem mitleid umzugehen. «Ein behinderter muss sein 'leiden' öffentlich zur schau stellen und spricht dadurch andere menschen in ihrem verborgenen leiden an. Gefühle, die in solchen momenten aufstossen und uns entgegengebracht werden, sind alles andere als angenehm, aber wenn ich verstehe, wie sie zustande kommen, ist es möglich, sie zu akzeptieren.»

Als Sonja nach 1½ jahren nach Zürich kam, wo sie in einem töchterpensionat wohnte und die handelsschule besuchte, wurde ihr ihre behinderung erst richtig bewusst; im spital unter lauter behinderten hatte sie die konsequenzen nicht realisiert. Nun musste sie sich zurechtfinden in dieser neuen welt. Das war schmerzhaft, oft aber auch sehr lustig, z.b wenn die behinderung zu überspitzter situationskomik führte. – Sie musste lernen, abhängigkeit zu akzeptieren, zu bit-



ten und zu danken. Das fiel ihr gar nicht leicht . . . Es war vorwiegend immer wieder eine sache des verletzten, persönlichen stolzes.

Nachdem sie einige zeit in einem büro gearbeitet hatte, reiste sie nach Israel in einen Kibbuz. Zurück von dort, war der entschluss klar, dass sie nicht mehr auf dem büro arbeiten wollte. Erste idee war, logopädin zu werden, und als voraussetzung dazu besuchte sie das kindergärtnerinnen-seminar. Man machte ihr keine schwierigkeiten, da sie ja nachher weiterstudieren wollte. Sie fand jedoch gefallen an der arbeit mit den kindern und arbeitete dann 5 jahre als kindergärtnerin. Ihre arbeit wurde nach den reaktionen der kinder beurteilt, und somit war die behinderung nebensächlich. Auf lange sicht jedoch möchte sie nicht alleine für mehr als zwanzig kinder verantwortlich sein. Um auch all die erfahrungen etwas zu verarbeiten, hörte sie auf mit der arbeit. Ein aufenthalt in Schottland gab ihr distanz, zeigte ihr aber auch die nähe zur Schweiz. Nach einem besuch in der lebensgemeinschaft in Findhorn kehrte sie wieder zurück.

Die fragen um eine behinderung (warum gerade ich?) treiben zur suche nach lebenszusammenhängen. Für Sonja gibt es keinen zufall. Reinkarnation (wiedergeburt) ist für sie eine idee, die sie akzeptieren kann.

Körperarbeit ist für Sonja sehr wichtig. Durch fussreflexzonenmassage an ihren eigenen füssen hat sie viel erreicht. Behinderte sind oft geneigt, ihren körper zu vergessen und mit dem kopf zu kompensieren (was natürlich auch eine notwendigkeit ist). Ein geschädigter körperteil aber braucht vermehrte zuwendung, er muss neu entdeckt werden mit seinen oft unbeachteten und ungenutzten möglichkeiten. Den körper gern zu haben und ihm etwas zuliebe zu tun ist wichtig nach all den «defizit»-erlebnissen und zugleich die beste altersvorsorge. «Die natur hat mich als gesund vorgesehen, ich bin auf dem weg, es wieder zu werden.» Der ganze prozess hat natürlich auch mit arbeit am eigenen bewusstsein zu tun. Um neues zu lernen und zu erfahren, besucht Sonja kurse und gruppen.

### **Wie Sonja sich zur gesellschaft stellt?**

Je besser sie sich selber gefunden hat, um so eher findet sie die aufgabe, die für sie und die andern richtig ist. Mit ideologien kann nichts verändert werden, veränderung muss von jedem einzelnen individuum ausgehen, jeder muss bei sich selber beginnen.

Dass die heutigen lebensumstände so unzufrieden machen, sieht sie als chance, denn dadurch werden neue wege gesucht.

Politisch ist sie wenig aktiv, ist aber nicht abgeneigt, das allenfalls zu ändern.

Im Ce Be eF fühlt sich Sonja dort zu hause, wo an beziehungen und vertrauen gearbeitet wird. Ein gutes beispiel wäre das theaterlager. Das ist schwieriger als lauthals forderungen in die welt zu rufen. Der Ce Be eF könnte doch eine echte alternative zur beziehungslosigkeit der gesellschaft werden. Dann gingen von unserer gruppe viel echtere und wirkungsvollere impulse aus. Die aggressionen, die bei politischen diskussionen im Ce Be eF aufkommen, stossen Sonja ab, ebenso der leistungsdruck. Sie hat eine aufgabe in unserem verein gefunden: Körperarbeit. Sie ist dem lagerteam beigetreten und wird mithelfen, das an der sommer-gv projektierte körperlager zu organisieren.