

**Zeitschrift:** Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF  
**Herausgeber:** IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)  
**Band:** 26 (1984)  
**Heft:** 9: Freiwillige Helfer

**Artikel:** Freiwillige Helfer  
**Autor:** Aubert, Ines  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-156973>

### **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:** 28.03.2026

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

## Freiwillige helfer

Es ist ca. 20 uhr, ich bin fest entschlossen, einen bericht zum thema «freiwillige helfer» zu schreiben. Im nebenzimmer sitzt meine freundin und übt ebenso entschlossen auf der gitarre. Ich mache ein paar notizen, beginne, zerknülle das papier wieder, beginne noch einmal. Soll ich theoretisch, soll ich ganz persönlich schreiben? Soll ich nur von mir (als betroffene freiwillige helferin) oder sozusagen von der ganzen menschheit sprechen? Soll ich dem schwachen wunsch, mich zu verteidigen, nachgeben, und ein alibi für mein freiwilliges helfertum suchen? Ich finde keinen befriedigenden anfang und schon gar keinen schluss...

Nach einer weile treffen wir uns in der küche. Dort beginnt, was in meinem kopf nur mühsam vorwärtsgen wollte: Wir versuchen, dieses thema in den griff zu bekommen. Hier einige fetzen aus unserem (im gesamten bis am frühen morgen dauernden) gespräch:

*Warum kommst du eigentlich nicht auch einmal mit an einen Impuls-anlass?*

Ich habe überhaupt keine lust, in diesem verein mitzumachen. Ich kenne niemanden ausser dir, und das, was sich sofort aufdrängen würde, eben das helfen, macht mir gar keinen spass.

*Wie stellst du dir denn vor, mit behinderten in kontakt zu kommen?*

Ich habe kein besonderes bedürfnis, aktiv den kontakt zu behinderten zu suchen. Wenn ich aber jemanden kennenlernen würde, hätte ich überhaupt keine probleme.

*Und wenn du einem behinderten begegnest, den du nicht kennst?*

Ich muss zugeben, dass ich behinderten eher aus dem weg gehe, oder sicher nicht auf sie zugehe und von mir aus kontakt aufnehme. Das mache ich aber auch sonst nur selten bei fremden leuten. Ich glaube, es ist sehr schwierig, behinderte richtig zu behandeln, sie fassen vieles falsch auf.

*Zum beispiel?*

Ich weiss nie, ob sie wollen, dass man hilft oder nicht. Ich habe das gefühl, egal, was ich tue, es sei falsch.

*Das scheint mir auch ein problem zu sein: Helfen ist nicht gleich helfen.*

Zudem sind viele behinderte viel zu empfindlich. Sie müssten auch verstehen, dass nichtbehinderte oft wirklich in bester absicht, wenn auch vielleicht falsch, handeln. Man müsste viel mehr miteinander reden und sich einander anpassen.

*Das ist genau auch mein problem an wochenenden oder sonstigen anlässen. Die zeit reicht nicht aus, sich mit allen behinderten abzusprechen, wie und wann man helfen soll. So geschieht es manchmal, dass man unabsichtlich über behinderte verfügt, dass ihnen also das mitspracherecht genommen wird.*

Das finde ich eben auch so mühsam: Es wird so viel überlegt, darf ich das tun, verletzt das jetzt den betreffenden, etc.? Der umgang mit behinderten scheint mir reichlich umständlich.

*Aber man muss sich doch einzufühlen versuchen?*

Schon, aber ich finde, der behinderte sollte nicht einfach verletzt oder beleidigt sein, wenn ihm etwas nicht passt, sondern das anständig sagen. So kann der nichtbehinderte nämlich auch etwas ungezwungener handeln. Umgekehrt muss das selbstverständlich auch gelten.

(Ich erkläre meiner Freundin, dass das helfen oftmals auch als verpönt angesehen wird.)

Das ist ganz einfach nicht logisch, wenn man doch auf Hilfe angewiesen ist, muss man sich damit abfinden. Oder man bleibt eben starr zuhause, beansprucht also so wenig Hilfe wie möglich.

*Ich glaube, das Störende daran ist eben, dass viele Nichtbehinderte sich selber darin gut fühlen und sich selber bestätigen, indem sie Behinderten helfen. Der Behinderte dient dann einfach als Mittel zum Zweck.*

Wenn man bedenkt, wie viel Mühe die Menschen überall haben, miteinander umzugehen, wundert es einen nicht, dass auch Behinderte und Nichtbehinderte miteinander Probleme haben. Das Ideale wäre eben, wenn vom Behinderten etwas zurückkäme, auch eine Hilfe, oder sonst ein Echo. Also ein gegenseitiger Austausch von Energie. Eben eine Art Partnerschaft.

*Das wäre sicher ein Ziel, aber es gibt bestimmt auch Behinderte, die sich in keiner Form sofort «revanchieren» können. Diese würden also keine Hilfe mehr bekommen.*

Eben, es braucht auch die Freude am Helfen selber.

Wir kommen zwar noch auf unzählige interessante Abwege (dies nur aufs Gespräch bezogen!), aber schlussendlich sehen wir keine Lösung. Irgendwann räumen wir trotzdem die Kaffeetassen weg und gehen ins Bett.

Über folgende Theorie diskutierten wir im Lauf des Gespräches lange:

Es gibt auf der Welt viele Menschen, die benachteiligt sind, die unsere Hilfe bräuchten. Nur wenige wissen so genau, wem sie ihr Elend, ihre Empörung an den Kopf werfen können. Viele sind wirklich allein. Behinderte haben ihre Helfer.

Ines Aubert, Freihof, 8633 Wolfhausen

