

**Zeitschrift:** Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF  
**Herausgeber:** IMPULS und Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)  
**Band:** 27 (1985)  
**Heft:** 3: Leicht behindert

**Artikel:** Mit der Behinderung 'fertig werden'??  
**Autor:** Rieser, Ruth  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-157137>

### **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:** 08.01.2026

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



## Mit der behinderung 'fertig werden' ??

Was habe ich als tetraplegikerin im thema 'wie leicht ist eine leichte behinderung' zu suchen? Wenn ich von den meidzinischen, sozialen, psychologischen beurteilungen absehe, steht das rein menschliche empfinden vor mir und dies mag jeden behinderten in ähnlicher weise betreffen. Es liegt mir also fern, grenzen zwischen einer leichten und einer schweren behinderung ziehen zu wollen. Eine leichte behinderung ist unter umständen ohnehin nicht auf den ersten blick ersichtlich. Die gefühle aber, das subjektive empfinden, betreffen sowohl mich, als auch eine/n leichter behinderte/n. Je mehr wir uns in unseren alltäglichkeiten eingeschränkt fühlen, umso behinderter kommen wir uns vor. Kommt aber ein behinderter ganz ohne fremde hilfe zurecht, hat er sich doch mit vielen fragen und problemen auseinanderzusetzen. Um den prozess des akzeptierens, des integrierens seiner behinderung in den alltag, kommt auch er nicht herum. Die 'leichte' behinderung kann für ihn genau so einschneidend sein, wie für mich die lähmung meines ganzen körpers. Ein umdenken sollte sich in diesen momenten in uns in gang setzen. Es nützt uns nämlich gar nichts, wenn wir nur all jenen dingen nachtrauern, die wir nicht mehr oder nur noch begrenzt tun können. Das suchen und streben sollte sich allmählich auf neue möglichkeiten ausrichten. Dazu braucht es eine enorme innere bereitschaft und offenheit, ich weiss. Zu viele widerstände, aggressionen und ängste überlagern noch das 'neuland'. Wenn wir aber versuchen, uns davon loszuschwimmen, können wir auch mit einer behinderung, egal wie leicht oder schwer sie ist, positiv und sinnvoll leben. Das heisst jedoch nicht, dass eine behinderung widerstandslos angenommen werden soll. Im gegenteil, ich empfehle jedem, sich herausfordern zu lassen, sich mit allen gefühlen, die unweigerlich kommen, auseinanderzusetzen. Mit einer behinderung 'fertig werden' zu wollen, ist meines erachtens völlig falsch. 'Fertig werden' heisst für mich: Etwas beiseite schieben, nicht wahrhaben wollen, verdrängen. Eine behinderung ist aber meistens irreparabel und eine verdrängung bringt nur weitere übel in form psychosomatischer störungen mit sich. Mit einer behinderung soll und kann man nicht einfach 'fertig werden', wir müssen lernen damit umzugehen, damit zu leben. Und das ganz bewusst, ohne immer wieder auf jene zu schielen, die es 'besser haben', die mehr tun und unternehmen können, es sei denn, wir sehen dies als ansporn. Jeder von uns hat seine eigenen und persönlichen fähigkeiten und die sollten wir entdecken, wahrnehmen und leben. Dies scheint mir im leben jedes behinderten etwas vom wichtigsten.

Ruth Rieser, Triemlispital Zürich

