

**Zeitschrift:** Das Schweizerische Rote Kreuz  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 76 (1967)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Die Technik des Helfens  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-975093>

### **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:** 09.07.2025

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

# Die Technik des Helfens

Für das Umkleiden und gewisse Uebungen ist die Mithilfe von Gesunden nötig; diesen Dienst versehen oft Samariter und Samariterinnen.

Jedes Jahr werden vom Verband Aus- und Weiterbildungskurse für Leiter und Leiterinnen von Invaliden-Sportgruppen sowie Kurse für behinderte Erwachsene und Jugendliche durchgeführt, zum Beispiel: Skikurse für Blinde, Invalide, cerebral gelähmte und geistig behinderte Kinder, Sommerlager für invalide Knaben (in Verbindung mit den Pfadfindern Trotz allem), Sommersportlager mit der Schweizerischen Vereinigung der Gelähmten.

Was man als für ein gesundes Kind selbstverständlich ansieht: dass es sich zur körperlichen und charakterlichen Ertüchtigung und als Ausgleich zum Stillsitzen in der Schule sportlich betätigt und an Lagern, Ferienkolonien, Skiwochen, Schwimmkursen und anderem teilnimmt, ist für Behinderte, die diese Ertüchtigung noch mehr brauchen, ein dringliches Postulat, das noch nicht überall offene Ohren findet.

## *Ausklang*

Am späten Nachmittag sammeln sich die dreihundert Aktiven, ihre Begleiter und Freunde nochmals im Stadion «End der Welt» zum Abschluss und zur Entgegennahme der Leistungsausweise. «Es gibt nur Sieger», sagt Marcel Meier, der technische Leiter des Schweizerischen Verbandes für Invalidensport, in seinen Schlussworten, «denn alle, die hier mitmachten, haben ihr Schicksal überwunden.»

Alle sind glücklich, dass sie an dieser Veranstaltung teilnehmen konnten, die wohl Wettbewerb, aber keinen verbissenen Kampf darstellte, und alle sind dankbar für den schönen Tag, der dem Erlebnis einen besonderen Glanz verlieh.

Nun fällt bereits der Schatten des nahen Waldes auf das grüne Rund. Es ist Zeit, aufzubrechen, denn der Heimweg ist für viele umständlich und weit. Alles strömt nun wieder zu den Parkplätzen, die Fahrstühle werden zusammengeklappt und auf dem Verdeck aufgetürmt. Ihre Chromgestelle blitzen in den letzten Sonnenstrahlen auf, während ein Wagen nach dem andern in der Kurve verschwindet. Noch ein letztes Winken und Rufen: «Auf Wiedersehen nächstes Jahr!»

Mancher Gesunde möchte gerne behilflich sein, wenn er einem Behinderten begegnet, aber weil er nicht weiss wie und sich davor fürchtet, etwas falsch zu machen, verzichtet er auf die Hilfeleistung. Es ist schade um diesen brachliegenden guten Willen, deshalb sollen einige Hinweise gegeben werden, welches die Besonderheiten der verschiedenen Gebrechen sind und wie man den Betreffenden am besten helfen kann.

## *Die Geistesschwachen*

Wir zählen in der Schweiz gegen 100 000 geistig mehr oder weniger Behinderte. Sie leben heute öfters nicht mehr einfach behütet in einer Familie, verborgen vor der Nachbarschaft, auf Lebenszeit in einer Anstalt versorgt. Dieses Ghetto ist glücklicherweise langsam im Schwinden. Wir begegnen ihnen auf dem Schul- und Arbeitsweg, in Geschäften, als Nachbarn. Der Eindruck des Geistesschwachen hat manchmal etwas Schockierendes an sich. Grund dafür sind — besonders bei solchen schweren Grades — Anomalien im Körperbau und in der Körperhaltung, Auffallendes im Gesichtsausdruck und in der Bewegung, unangepasste Gebärden, eine kaum zu verstehende Sprache, groteske Hilfslosigkeit einfachsten Situationen des Alltags gegenüber. Die Reaktion der Umwelt ist denn auch oft negativ. Der Umgang mit den Geistesgebrechlichen wird möglichst gemieden, ihre Persönlichkeit wird abgewertet, ihre Behinderung wird zum Schimpfwort: Idiot, Blödsinn, Dubel, schwachsinnig. Nur zu oft wird der Geisteschwache zum Clown der menschlichen Gesellschaft, mit dem man seine Spässe treiben kann. Er wird nicht zuletzt von den Gescheiten oft missbraucht. Man kann ihm, um die eigene Haut zu retten, eine Schuld zuschieben, man kann ihn gewissenlos ausnützen, weil er sich nicht zu wehren versteht. Er wird zuweilen mangels klarer Einsicht in die Verwerflichkeit einer Handlung und mangels genügender Willenskraft das Opfer sexueller Willkür.

Der Behinderte und mit ihm seine Familie leidet unter dieser Aechtung durch die Gesellschaft. Er hat meist ein ausserordentlich feines Gefühl dafür, ob man ihn ernst nimmt oder nicht. Oft kompensiert er die erfahrene Abwertung durch besonders auffälliges Benehmen, durch Uebertreiben, dumme Streiche, sogar durch schwere Delikte. Charakteranomalien von Geistesschwachen wie Gefühlskälte und Gefühlsroheit haben sehr oft ihren Grund im Mangel an Verstehen und im Ent-

zug von geschuldeter menschlicher Bejahung und Liebe. Leider ist die irrige Auffassung noch weit verbreitet, dass Schwachsinn das Resultat von Trunksucht und Laster sei. Die Ursache der verschiedenen Formen dieses Gebrechens sind jedoch sehr mannigfaltig und meist in Geburtsverletzungen mit nachfolgender Hirnblutung, Infektionen (zum Beispiel bei schweren Masern, Keuchhusten), einer Störung im Eiweiss-Stoffwechsel, der Erkrankung der Schilddrüse oder in anderen Störungen zu suchen.

Der Geistesschwache verfügt in der Regel über intakte Sinne, aber er ist gleichsam «geistig kurzsichtig». Er hat keine Uebersicht, er bleibt am Nächstliegenden, Oberflächlichen hängen, er kann Zusammenhänge und feinere Unterschiede nicht erfassen. Deshalb gilt für den Verkehr mit ihm: Einfach und klar sprechen, Aufgaben in Teilarbeiten aufgliedern, nur einen Auftrag aufs Mal und präzise erteilen, vormachen statt lang erklären, darauf gefasst sein, dass alles Neue mehrmals wiederholt werden muss, mit der Langsamkeit des geistig Behinderten rechnen und sie ihm nicht übelnehmen. Der Mensch hat nicht nur einen relativen, er hat auch einen absoluten Wert. Die Würde der menschlichen Person besteht nicht nur in der Leistung, sondern auch im Sein. Im Umgang mit Geistesschwachen geht es um die grundsätzliche Frage menschlicher Haltung dem Behinderten gegenüber, es geht um die Frage der Achtung und Ehrfurcht vor der Persönlichkeit.

#### *Die Epileptiker*

Das Leiden des Epileptikers ist nicht ohne weiteres offensichtlich. Er geht umher wie ein Gesunder, er will wie ein Gesunder am Leben teilnehmen, aber jäh kann ihn ein Anfall überraschen. Doch nicht die (seltenen) Anfälle, auch nicht die bekannte Langsamkeit und Vergesslichkeit machen das Zusammenleben mit diesen Kranken schwer, sondern vor allem die seelischen Veränderungen. Der Epileptiker ist übermässig empfindlich und leicht jähzornig, er wird überdies von schweren Verstimmungen überflutet, die keinen äusseren Anlass, sondern eine organische Grundlage haben. Diese Schwierigkeiten sind ein Bestandteil der Krankheit und nicht schlechte Charaktereigenschaften. Der Epileptiker muss fachärztlich behandelt werden. Die Umgebung kann viel zur Heilung beitragen, indem sie den Patienten beim Einhalten der drei Grund-

bedingungen für die Besserung des Zustandes unterstützen: Medikamente absolut regelmässig einnehmen; möglichst immer zur gleichen Zeit schlafen gehen; keinen Alkohol trinken. Wenn ein Anfall auftritt, gefährliche Gegenstände entfernen, das Abklingen abwarten, den Kranken nachher ausruhen lassen.

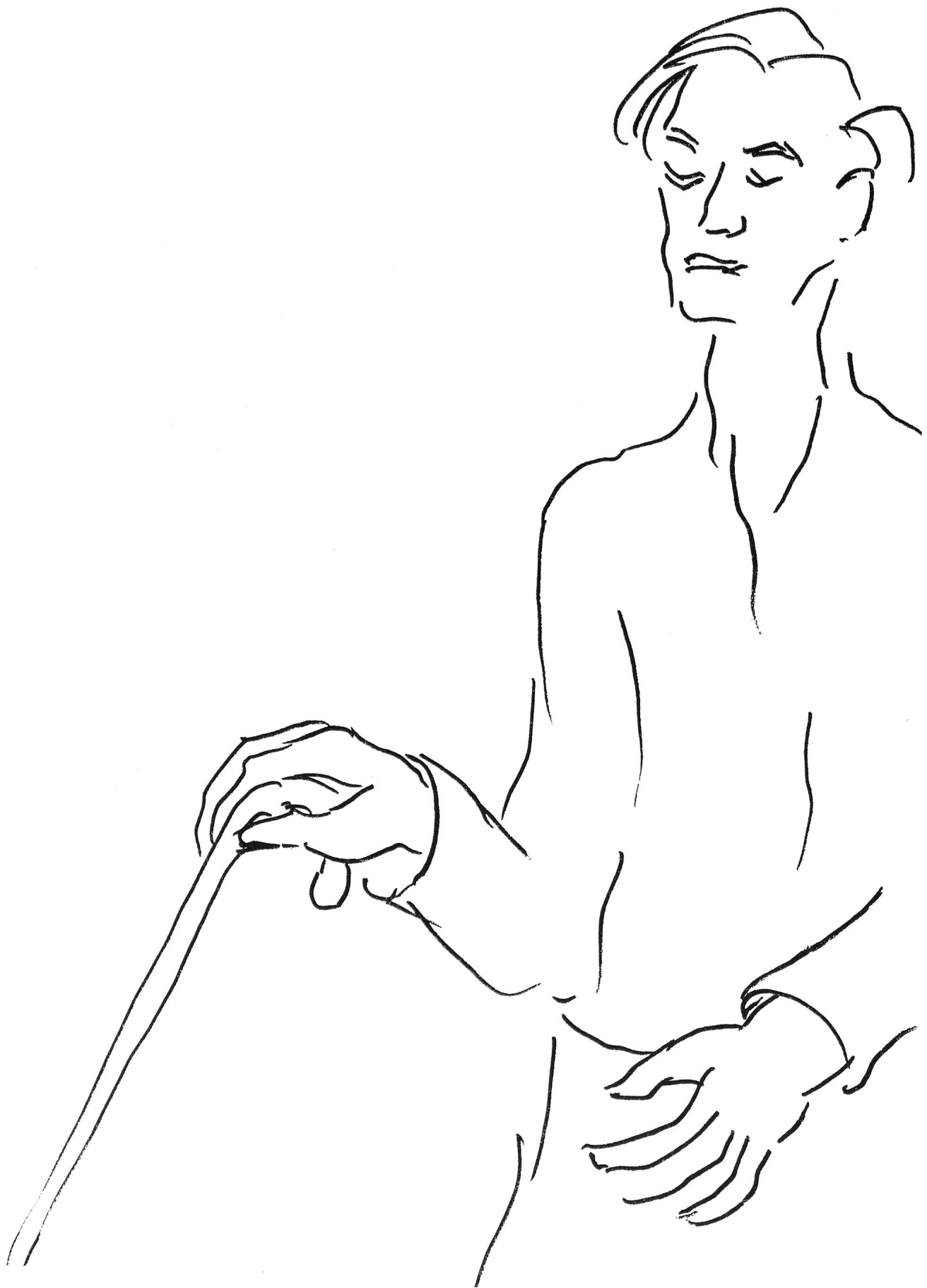
#### *Blinde*

Blinde bewegen sich oft sehr selbständig. Wenn sie der Führung bedürfen, soll der Gesunde seinen Arm bieten oder den Blinden leicht am Arm fassen, anzeigen wenn eine Stufe kommt oder eine Treppe zu Ende ist. Einen Blinden mit Führerhund nicht anfassen und nicht versuchen, die Aufmerksamkeit des Tieres auf sich zu lenken. Einen freien Sitzplatz oder einen Gegenstand zeigt man dem Blinden, indem man seine Hand an die Stuhllehne oder zum Gegenstand führt. Man sagt ihm, was es zu essen gibt und fragt, was man schöpfen darf. Der Gesunde soll sich nicht scheuen, mit einem blinden Gegenüber ein Gespräch anzuknüpfen und dabei ruhig von «sehen» sprechen.

#### *Gehörgeschädigte*

Guthörenden gelingt es bestenfalls nur bedingt, sich in die Situation eines Gehörgeschädigten einzufühlen. Diesem ist, je nach Art und Schwere des Gebrechens, nicht nur das wichtigste Kommunikationsmittel, die Sprache, nur zum Teil zugänglich, er steht auch ausserhalb der Hörkulissee des täglichen Lebens.

Gehörlosigkeit, Schwerhörigkeit und zum Teil Fehlhören haben nichts zu tun mit Intelligenzfunktionen. Der Gehörgeschädigte empfindet es mit Recht als Beleidigung, wenn er nicht nur als hör-, sondern damit zugleich als geistig behindert taxiert wird. Der Taubstumme hat einen verhältnismässig kleinen Wortschatz, weil er jedes Wort einzeln lernen muss. Deutlich, aber nicht übertrieben laut, ruhig, in einfachen, ganzen Sätzen sprechen und sich so stellen, dass das Gesicht beleuchtet ist, damit der Behinderte auch vom Munde ablesen kann. Mit Taubstummen schriftdeutsch sprechen. Stichworte aufschreiben, wenn es sich um wichtige Dinge oder ein kompliziertes Thema handelt. Sich bei wichtigen Abmachungen vergewissern, dass man richtig verstanden wurde.



### *Körperbehinderte*

Behinderungen des Haltungs- und Bewegungsapparates sind nicht selten sehr augenfällig, aber vielfach nicht so schlimm wie es den Anschein hat. Körperbehinderte vermögen oft mehr selbständig zu tun als der Aussenstehende annimmt. Wenn die Augen eines Gesunden gegen seinen Willen von der sonderbaren Erscheinung eines Behinderten wie magisch angezogen werden, und er selber ob dem Anstarren in Verlegenheit kommt, kann ein freundliches Grüssen über die peinliche Situation hinweghelfen. Hilfeleistungen an Körperbehinderte können in drei Stufen eingeteilt werden:

*Ohne direkten Kontakt.* Dem in Kraft, Tempo und Gleichgewicht reduzierten Behinderten kann der Passant im Strassenverkehr schon durch blosser Rücksicht behilflich sein, indem er zum Beispiel im gleichen Tempo mit ihm die Strasse überquert, ihm eine automatisch schliessende Türe offen hält, ihn in den Verkehrsmitteln vor plötzlichen Stössen bewahrt.

*Augenblickskontakte.* Direkte Hilfe kann erwünscht sein, wo es eilt oder wo Gefahr droht: im Gedränge, beim Besteigen und Verlassen von Verkehrsmitteln, in der Dunkelheit, auf Schnee und Eis, auf ausgelaufenen oder geländerlosen Treppen. Manchmal genügt es, das Gepäck abzunehmen. Die fünf goldenen Regeln für diese Art Hilfe: Immer zuerst fragen, ob und wie man helfen soll, bevor man zupackt; die Anweisungen des Behinderten genau befolgen; diskret helfen; eine Handreichung nicht zum Anlass nehmen, um nach der Invaliditätsursache zu fragen; nicht böse sein, wenn der Behinderte Hilfe ablehnt — Bewegungsbehinderungen wirken oft schlimmer, als sie sind.

*Nähere Kontakte.* Je ausgeprägter die Behinderung, um so grösser sind die Hemmungen Ungeübter, mit den Behinderten direkt zu verkehren. Deshalb reden Verkäufer, Serviertöchter gelegentlich statt mit dem Invaliden selber mit dessen Begleitperson über seine Wünsche. Die vier goldenen Regeln des Kontaktnehmens: Dem Behinderten buchstäblich «entgegenkommen», beim Gehen sich seinem Tempo anpassen, wenn der Behinderte sitzt, sich zum Gespräch ebenfalls setzen, von allem, was einen selber interessiert, «normal» reden. Mit Einfühlungsvermögen, Takt und einem nur geringen Zeitaufwand kann die Umwelt den Behinder-

ten so manche kleine Erleichterung verschaffen, für die sie dankbar sind — und, am Rande bemerkt, was vielleicht am Anfang stehen sollte: verantwortungsvolles Verhalten im Strassenverkehr, beim Sport, am Arbeitsplatz, in der persönlichen Lebensführung vermindert das Risiko, dass man sich selbst oder andern einen bleibenden körperlichen oder geistigen Schaden zufüge.