

**Zeitschrift:** Physiotherapie = Fisioterapia  
**Band:** 32 (1996)  
**Heft:** 8

**Artikel:** Warum siegen alleine nicht hilft / Pourquoi ce n'est pas tout de gagner  
**Autor:** Christen, Lukas  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-929118>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 17.11.2024

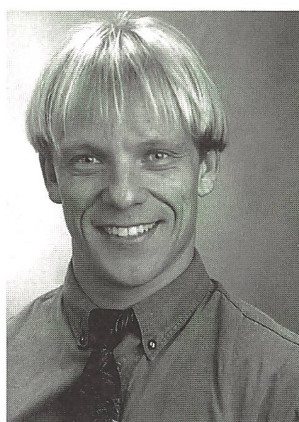
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Warum siegen alleine nicht hilft

## Pourquoi ce n'est pas tout de gagner

Lukas Christen, Sempach,  
aktiver Sportler mit körperlichem Handicap

Jahrgang: 1966  
Betriebsökonom HWW  
ehemaliger Mitarbeiter der Geschäftsstelle  
zurzeit Marketingverantwortlicher des FC Aarau



Lukas Christen, Sempach  
Athlète actif handicapé physique

Né en 1966  
Diplômé d'études supérieures de commerce ESEA,  
ancien collaborateur du Secrétariat général,  
actuellement responsable marketing du FC Aarau

Am 12. August 1996 fliegt die Schweizer Delegation zu den Paralympics, den Olympischen Spielen der körperlich Handicapierten. Dies ist erfreulicherweise in den letzten Jahren auch Anlass zu Medienberichten geworden. Höher, weiter, schneller sind die Leistungsmaximen der letzten Jahrzehnte. Daran kommt auch der Behindertensport nicht vorbei. Die Medienpräsenz ist für jeden Sport wichtig, der öffentliche Unterstützung und Akzeptanz fordert. Aber es bleibt sehr viel mehr erwähnenswert als bloss Resultate und Siegerinterviews, Analysen und Kommentare zu Sekunden, Metern und Kilos – gerade aus der Sicht der Physiotherapie. Im Zentrum steht der einzelne Mensch, das Individuum, das mit allen seinen Facetten präsent ist, wenn es darum geht, eine sportliche Leistung zu erbringen. Als Handicapierter schafft dies der Mensch alleine nicht. Er braucht echte Unterstützung, Beratung und Hilfe. Aber was ist denn eigentlich echte Hilfe? Vielleicht geben die folgenden Zeilen einen Gedankenanstoss.

Le 12 août 1996, la délégation suisse s'envolera à destination des Jeux paralympiques, les Jeux olympiques pour handicapés physiques. Les médias commencent à s'intéresser à cet événement depuis quelques années et c'est tant mieux. Toujours plus haut, toujours plus loin, toujours plus vite: l'homme ne cesse de repousser ses propres limites. Et le sport des handicapés ne peut se soustraire à la tendance générale. Parce que tout sport a besoin de couverture médiatique pour être pris au sérieux et accepté par le public. Et pourtant, il y aurait tant de choses à dire qui n'ont rien à voir avec des résultats et des interviews de vainqueurs, des commentaires et des analyses, des secondes, des mètres et des kilos – surtout dans l'optique de la physiothérapie. Car tout exploit sportif est le fait d'un homme, d'un individu, et de la somme des éléments qui le composent. A lui seul, le handicapé n'y parvient pas. Il a besoin d'être entouré, conseillé, aidé. Mais en quoi consiste une aide véritable? Les lignes ci-après tentent d'esquisser une réponse à cette question.



Mit über 3500 Teilnehmern sind die Paralympics ein absoluter Grossanlass, der jeweils an gleicher Stätte zwei Wochen nach den gewöhnlichen Olympischen Spielen durchgeführt wird. Aus rund 65 Nationen nehmen Menschen in mehr als 20 Disziplinen an den grössten Wettkämpfen teil, die der Handicap-Sport kennt. Vermarktung und Medienpräsenz sind zwar in viel kleineren Dimensionen zugegen, aber Engagement und Organisation sind zum Teil erheblich aufwendiger als im validen Sport.

Die Schweiz ist seit einigen Jahren resultatmässig sehr erfolgreich. Vor allem dank den Vorreitern Heinz Frei, Franz Nietlispach und Daniela Jutzeler wurde der Leistungssport medienmässig salonfähig. Leistungen überzeugen eben, vor allem, wenn es sich um Rekorde und Siege handelt. Sponsoren sind einfacher zu überzeugen und Behörden sind für Anlässe und Baubewilligungen sicher leichter günstig zu stimmen. Gute Medienarbeit zahlt sich alleweil aus. Und der Zweck heiligt bekannterweise die Mittel.

Doch die ganze Sache wird mittelbar. Im Klartext heisst dies: der Mensch wird relativiert auf Sekunden, Meter und Kilos. Warum eigentlich?

#### INDIVIDUELLE DASEINSANALYSE IST GEFRAGT

Mit den messbaren Leistungen eines Sportlers können viele Menschen viel mehr anfangen, als mit der Person als solche.

Hinter jeder sportlichen Leistung steht ein Individuum. Ein Mensch mit seinen ganz eigenen und selbstgeschriebenen Gesetzen und Werten. Und diese Elemente machen den unbewussten und fundamentalen Ausschlag, nicht nur bezüglich Leistung, sondern auch bezüglich Gesundheit und Rehabilitation. Wenn man nun hin geht und schaut, ob jemand Sekunden,

“VIELE MENSCHEN MEINEN, SICH FÜR SPORT ZU INTERESSIEREN, KENNEN NAMEN, DATEN UND EREIGNISSE, MASSEN SICH SOGAR AN ZU URTEILEN UND ZU BEHAUPTEN, SIE WÜRDEN ETWAS DAVON VERSTEHEN. «BLICK»-LESER MENTALITÄT.”

Les Jeux paralympiques drainent plus de 3500 participants, il s'agit donc d'un événement de taille qui se déroule deux semaines après les Jeux olympiques dans ce même décor. Les ressortissants de près de 65 nations se mesurent dans 20 disciplines dans le cadre des plus grandes joutes que connaisse le sport pour handicapés. La commercialisation et la présence médiatique ne sont évidemment pas comparables à l'euphorie olympique, même si ces jeux demandent souvent beaucoup plus d'organisation et d'engagement que le sport de compétition valide.

Depuis quelques années, la Suisse accumule les résultats brillants. Et grâce notamment à des précurseurs comme Heinz Frei, Franz Nietlispach et Daniela Jutzeler, le sport de compétition pour handicapés est devenu de bon ton. Les performances séduisent surtout lorsqu'il s'agit de records et de victoires. Les sponsors sont plus faciles à trouver et les autorités accordent plus volontiers l'autorisation pour un événement ou un permis de construire. Une bonne presse est toujours payante. Et la fin justifie les moyens, c'est bien connu.

Mais justifie-t-elle vraiment que l'homme perde sa réalité immédiate, qu'il se réduise à des secondes, des mètres et des kilos?

#### UN IMPÉRATIF: ANALYSER L'EXISTENCE INDIVIDUELLE

Souvent, ce sont les performances mesurables d'un athlète qui intéressent bien plus que la personne en soi.

Or, derrière chaque performance sportive se cache un individu. Un homme régi par ses propres lois et ses valeurs qui le distinguent foncièrement de tout autre individu, non seulement au niveau des performances, mais aussi en ce qui concerne la santé et la réinsertion. En même temps que nous mesurons des performances en secondes, mètres et kilos, nous portons

“BEAUCOUP DE GENS CROIENT S'INTÉRESSER AU SPORT, SAVENT ÉNUMÉRER DES NOMS, DES DATES, DES ÉVÉNEMENTS, SE PERMETTENT DE JUGER SOUS PRÉTEXTE D'Y CONNAÎTRE QUELQUE CHOSE. ET LA PRESSE À SENSATION SE FAIT L'ÉCHO DE CETTE MENTALITÉ.”

Meter und Kilos in entsprechender Weise erbringt, misst man daran Gesundheit und Rehabilitationsgrad.

Mit einer solchen Betrachtungsweise machen wir es uns (zu) einfach. Wir schieben Zahlen und messbare Werte vor und vertuschen dadurch zu oft unsere Ohnmacht, mit sicherem Gefühl und erprobter Intuition individuell auf unseren Nächsten einzugehen und ihm mit all unserem Wissen, Können und Spüren zu helfen – ihn zu therapieren. Ich bin jedoch überzeugt, dass gerade in der Physiotherapie, wo eine grosse Nähe zweier Menschen entstehen kann, diese Faktoren für eine echte Therapie unerlässlich oder sogar entscheidend sind, wenn man jemandem echt helfen will.

“ WAS KÖNNTE NOTWENDIGER UND DRINGENDER SEIN ALS THERAPIE NAHE AM INDIVIDUUM, NAHE AN DER SEELE UND DEM EIGENTLICHEN MENSCHEN. ”

### PHYSIOTHERAPIE NAHE AM INDIVIDUUM

Sehr viele Menschen sind nach einer Amputation sehr häufig und über längere Zeit mit dem Physiotherapeuten in Kontakt. **Mit dem fachlichen Wissen alleine wird bekanntlich selten erfolgreich physiotherapiert. Es braucht mehr. Es braucht vor allem Feingefühl und Einfühlungsvermögen.**

Heutzutage akzeptieren immer mehr Leute, dass beispielsweise ein Herzinfarkt oder eine chronische Migräne der stumme Aufschrei oder der Ausbruch der Seele und des Gemütes ist. Aufgrund vieler Fälle, die ich in den letzten Jahren kennenlernen konnte, bin ich heute überzeugt, dass die Hintergründe einer Amputation genau in die gleiche Richtung einzuordnen sind. Was könnte also notwendiger und dringender sein als Therapie nahe am Individuum, nahe an der Seele und dem eigentlichen Menschen.

### ECHTE BERATUNG IST WICHTIG

Zu oft wird übersehen, dass der Umstand der Amputation (korrekterweise jeder Behinderung) nicht ein unglücklicher Zufall oder eine temporäre Laune des Schicksals ist. Fundierte Berichte erhärten die These, dass jeder Lebensumstand die Summe vieler, einzelner Entscheidungen ist. Viele davon sind für uns unbewusst und deshalb unbekannt. Meistens hängt die Situation der Behinderung mit unserem Leben in engem Zusammenhang. Das erscheint zu trivial, als dass wir dies für wahr halten könnten. Aber oft suchen wir viel zu weit, wenn es um innere, psychische Rehabilitation geht. Oft sind es urtümliche Aspekte wie Verwurzelung im Leben und Dasein, Harmonie in der Partnerschaft, Mangel an Integration und vor allem eine mangelhafte Harmonie zwischen Gefühl und Verstand.

**Nähe und echtes inneres Engagement ist das wichtigste, was ein Handicapierter braucht. Echte Beratung in Form von tiefem Mitgefühl und dem Bestreben zu ergründen, was den nun der existenzielle Hintergrund der aktuellen Situation des betreffenden Menschen ist.**

### SPORT IST ALS AUSWEG UNGEEIGNET

Unbestritten ist Sport ein sehr geeignetes Element, um aktiv zu sein und zur Aktivierung des Körperbewusstseins sehr wichtig. Aber es ist sicher

donc un jugement sur la santé et le degré de réinsertion de celui qui les réalise.

Cette optique des choses est (trop) simple. Nous jonglons avec des chiffres et des valeurs mesurables pour mieux cacher notre incapacité de nous mettre à la place de l'autre, de faire preuve de compassion et d'intuition, de l'aider avec tout notre savoir intellectuel, professionnel et affectif, de le traiter de façon adéquate. Et pourtant, je suis persuadé que la physiothérapie offre une occasion privilégiée de forger des liens très étroits, qu'il le faut même pour qu'une thérapie puisse être réellement utile et bénéfique.

“ QUOI DE PLUS UTILE ET DE PLUS IMPÉRATIF QU'UNE THÉRAPIE PROCHE DE L'INDIVIDU, DE L'ÂME ET DE LA PERSONNALITÉ EFFECTIVE. ”

### UNE PHYSIOTHÉRAPIE PROCHE DE L'INDIVIDU

Une amputation nécessite souvent un contact prolongé entre l'amputé et son physiothérapeute. **Il est bien connu que pour réussir, une thérapie doit généralement aller bien au-delà des simples connaissances théoriques. Il faut davantage, avant tout du doigté et de la sensibilité.**

On admet de plus en plus volontiers aujourd'hui qu'un infarctus par exemple ou une migraine chronique est un appel de détresse de l'âme et de l'esprit. Les nombreux cas que j'ai pu observer ces dernières années m'ont donné la conviction que derrière une amputation se cachent des raisons similaires. Quoi de plus utile et de plus impératif donc qu'une thérapie proche de l'individu, de l'âme et de la personnalité effective.

### L'ASSISTANCE PAR LE CONSEIL IMPORTE PAR-DESSUS TOUT

On oublie trop souvent que la raison qui conduit à une amputation (à tout handicap d'ailleurs), ce n'est pas une circonstance malheureuse ou un caprice du destin. Des études fondées confirment que tout événement de notre vie est la somme de nombreuses décisions isolées dont beaucoup sont prises dans notre subconscient et échappent donc à notre contrôle immédiat. De manière générale, les circonstances du handicap sont étroitement liées à notre vie. Même si cela peut paraître trop trivial pour être vrai, le fait est que nous cherchons souvent beaucoup trop loin quand il en va de la réinsertion intérieure, psychique. Souvent, tout tourne autour d'aspects fondamentaux tels que l'implantation dans la vie et l'existence, l'harmonie dans le couple, le manque d'intégration et surtout, la discordance entre le sentiment et la raison.

**Le rapprochement, l'engagement intérieur sont d'une importance vitale pour le handicapé. Il a besoin d'assistance sous forme d'une compassion profonde qui cherche à découvrir ce qui se passe réellement au fond de la personne touchée et comment son existence s'en trouve affectée.**

### LE SPORT NE CONVIENT PAS COMME EXUTOIRE

Le sport favorise incontestablement la maîtrise physique d'un handicap par une prise de conscience accrue du corps. Et pourtant, une réinsertion

“EIN MENSCH, DER ZUR THERAPIE KOMMT, BRAUCHT VOR ALLEM INNERE UNTERSTÜTZUNG, NÄHE UND ENGAGEMENT AUF EINER EBENE FERN VON TECHNIK.”

nicht der geeignete Weg für die echte innere Rehabilitation. Am eigenen Leib habe ich erfahren, dass ich Sport benutzt habe, um mich zu begeistern und neue Ziele und Motivationen zu finden. Bewunderung und Akzeptanz habe ich erfahren; vorwiegend natürlich auf Grund von Resultaten und Erfolgen. Dies in Ehren, aber es hat den eigentlichen Prozess der Auseinandersetzung mit den Hintergründen nur verzögert und nicht bereinigt. **Sport kann als Stütze in den Anfängen der Rehabilitation sicher sehr nützlich sein. Es muss jedoch darauf geachtet werden, dass nicht auf einmal der Sport als Therapiemittel oder gar als neue und hauptsächliche Herausforderung dargestellt wird.** Im Zentrum muss die Auseinandersetzung mit der eigenen inneren Situation bleiben.

#### SEIN UND SCHEIN

In der heutigen Welt der Inflation von Reizen und Einflüssen ist es für uns immer schwieriger geworden, Fassaden von Hintergründen zu unterscheiden. Da geht es der Physiotherapie keinesfalls besser. Man darf sich also nicht blenden lassen – vor allem nicht durch sportliche Leistungen. Wer vor den Leuten und in den Medien als strahlender Sieger steht, ist mit genau den gleichen alltäglichen Herausforderungen konfrontiert, die ein jedes Seelenleben prägen. Man darf nicht glauben, dass gute sportliche Leistungen ein Beweis für Wohlbefinden und Gesundheit sind. Man denke nur an den latenten Hang zur Magersucht, der bei vielen Ausdauersportlerinnen (z.B. im Langlauf) festgestellt wurde. Dies weist deutlich darauf hin, dass Sport sogar ein Umweg, gar eine Art sanfte Droge sein kann, um einem von dem zu distanzieren, was wirklich ansteht.

“MAN DARF NICHT GLAUBEN, DASS GUTE SPORTLICHE LEISTUNGEN EIN BEWEIS FÜR WOHLBEFINDEN UND GESUNDHEIT SIND.”

Abschliessend ist für mich klar, dass ein Physiotherapeut zwar nicht für eine Psychoanalyse zuständig ist. Ich finde jedoch, dass eine Therapie nicht auf der Physe allein basieren kann. Es ist der ganze Mensch, vor allem aber die unausgesprochenen (somatischen) Ebenen, die Hintergrund einer Situation (Verletzung, Amputation, Störung) sind. Und an diese Ebenen kommt man eben nur mit Gespür, Mitgefühl und innerer Nähe – und auf dieser Ebene ist eine erfolgreiche und echte Physiotherapie nach meiner Meinung möglich. Ich kenne erfreulicherweise einige Physiotherapeuten, die immer mehr Wert auf diese Sicht der Dinge legen. Das stimmt mich sehr zuversichtlich.

**Gemeinsam mit der hohen fachlichen Qualifikation, ist ein Physiotherapeut mit Herz und mit Mut zum Gefühl, zur Intuition und zum inneren Engagement in Zukunft für unsere Gesellschaft von unschätzbarem Wert.**

“L'ETRE HUMAIN QUI SUIV UNE THERAPIE A SURTOUT BESOIN DE SOUTIEN INTERIEUR, DE CHALEUR HUMAINE LOIN DE TOUTE TECHNOLOGIE.”

intérieure réelle ne peut passer par lui. J'ai moi-même utilisé le sport pour donner un nouveau sens à ma vie, me motiver. J'ai connu l'admiration, j'ai été accepté, surtout en raison de mes performances et de mes succès. Il n'y a pas de mal à cela, sauf que le processus de la confrontation effective avec les réalités fondamentales a été retardé sans rien résoudre. **Le sport peut sans doute aider à passer le premier cap difficile d'une réinsertion. Mais il faudra éviter de voir dans le sport un moyen thérapeutique, ou pis encore, un nouveau défi fondamental.** La confrontation avec le moi intérieur doit rester au centre des préoccupations.

#### L'ETRE ET LE PARAITRE

Dans notre monde actuel avec son inflation de stimulations et d'influences, l'être et le paraître se confondent de plus en plus, dans la physiothérapie comme ailleurs. Il ne faut donc pas se laisser aveugler, surtout par des performances sportives. Le vainqueur rayonnant dont le public et les médias ne connaissent que le côté souriant traverse des hauts et des bas dans sa vie privée comme chacun d'entre nous. Une bonne performance sportive n'est pas forcément synonyme de bien-être et de santé. Pour le comprendre, il suffit de penser à la tendance latente à l'anorexie que l'on a constatée chez de nombreux athlètes pratiquant des sports d'endurance (p.ex. le ski de fond). Il en ressort que le sport peut même servir comme une espèce de drogue douce à masquer ce qui ne va pas.

“UNE BONNE PERFORMANCE SPORTIVE N'EST PAS FORCÉMENT SYNONYME DE BIEN-ETRE ET DE SANTÉ.”

Pour conclure, je tiens à préciser que le psychothérapeute ne peut naturellement procéder à une psychanalyse. Mais j'estime qu'une thérapie ne peut se limiter à l'aspect physique. L'homme entier, avec toutes les strates (somatiques) cachées de son être est à l'origine d'une situation (blessure, amputation, perturbation). Et pour avancer jusqu'aux strates les plus profondes, il faut du doigté, de la compassion et un rapprochement intérieur qui sont, à mon avis, les éléments indispensables d'une physiothérapie réelle et donc réussie. Je connais heureusement quelques physiothérapeutes qui adoptent de plus en plus cette façon de voir les choses, ce qui m'inspire un sentiment optimiste.

**En même temps qu'une qualification professionnelle élevée, le physiothérapeute doit avoir la volonté de s'engager «corps et âme»; ainsi comprise, sa mission sera d'une valeur inestimable pour notre société.**

## 9. Internationale Fachmesse für Pflege, Rehabilitation, Integration mit Fachkongreß

9<sup>th</sup> International Exhibition for Care, Rehabilitation, Integration  
9<sup>ème</sup> Salon International des Soins, de la Réadaptation et de l'intégration

Kongreßthema u.a.: „M.O.V.E. = neues krankengymnastisches Programm aus den U.S.A. zur Mobilisierung von schwerstbehinderten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen“

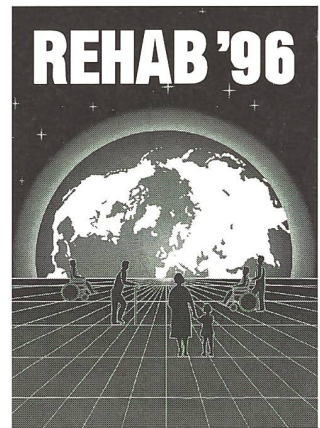
Besucher-Informationen von:

**interService** **BORGSMANN® GMBH**

Hohe Str. 39, D- 44139 Dortmund  
Tel.: + 49 (0) 180 534 01 90, Fax: + 49 (0) 231 12 80 09

# Karlsruhe

11. – 14. September 1996



### Muskeldehnung warum und wie?

*Olaf Evjenth und Jern Hamberg*

Eine erfolgreiche Behandlungsmethode bei Schmerzen und beschränkter Beweglichkeit

#### Teil I

Die Extremitäten. 178 Seiten mit mehr als 260 Bildern, Muskelregister und 16 Tabellen mit Schema über die bewegungshindernde Funktion verschiedener Muskeln. **SFr. 70.-**

#### Teil II

Die Wirbelsäule.

*Im Moment nicht lieferbar!*

### BÜCK DICH NICHT!

Ärztliche Anleitung für die richtige Haltung und Bewegung der Wirbelsäule.

*Dr. Peter Schleuter*

Broschüre mit 40 Seiten Inhalt. In dieser Broschüre wird deutlich gemacht, dass vor allem Belastungen des Alltags und banale Alltagsbewegungen in ihrer Summation zu Rückenbeschwerden führen.

Anhand von Beispielen werden falsche Bewegungen erklärt und die richtigen Bewegungen aufgezeigt. **SFr. 21.50**

Einsenden an:

**Remed Verlags AG, Postfach 2017, CH-6302 Zug/CH**

Senden Sie mir bitte gegen Nachnahme:

Anzahl \_\_\_\_\_ **Teil I**, SFr. 70.-  
(+ Verpackung und Versandkosten)

Anzahl \_\_\_\_\_ **Bück dich nicht!** SFr. 21.50  
(+ Verpackung und Versandkosten)

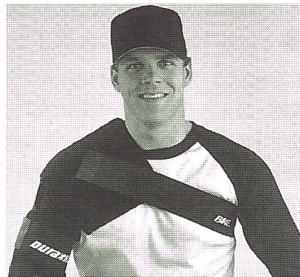
Name: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

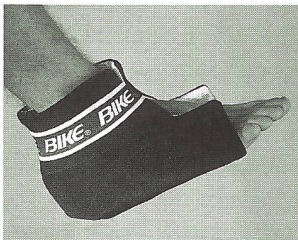
Land: \_\_\_\_\_ PH-02/95

## BIKE SPORT-THERAPIE



### Hot / Cold-Bandagen

schnell, einfach und effizient in der Anwendung



### Wir möchten mehr über Bike-Produkte erfahren

Bitte rufen Sie uns an  Bitte senden Sie uns den Gesamtkatalog

Name \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Handelsagentur Astrid von Ostheim, Katrinenhof 70B  
8852 Altendorf, Tel. 055 - 442 56 29, Fax 055 - 442 79 65

## RESI Massage- und Behandlungsliegen

via Mondacce 303 6648 Minusio  
Tel. 091 - 745 37 82 Fax 091 - 743 05 06

- 2- bis 8-teilige Liegen
- Manualtherapie-Liegen
- Extensions-/Kipp-Tisch
- Bobath-Liegen
- Massanfertigung ohne Aufpreis möglich
- Grosse Farbauswahl für Bezug und Gestell

Robuste Konstruktion mit 2 Jahren Garantie



### MODELL JORDAN G+

**Fr. 2800.-**

- 5-teilige Liegefläche mit absenkbaren Armstützen
- elektrisch verstellbar von 49–110 cm mittels Rundumschalter
- Drainagestellung
- Kopfstütze und Mittelteil mit Gasfederdämpfung
- gratis Schaumstoffrolle im selben Bezug

**Wer nicht inseriert –  
wird vergessen!**