

Worte zum Geleit : Endspurt

Autor(en): **Hintermann, Martin**

Objektyp: **Preface**

Zeitschrift: **GZ in Kontakt : Gehörlosenzeitung für die deutschsprachige Schweiz**

Band (Jahr): **82 (1988)**

Heft 22

PDF erstellt am: **29.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Die Lebensaufgabe des Menschen ist es vielleicht, immer mehr *bewusst* zu leben, die Insel des Bewusstseins zu vergrössern.

Dann können wir viel Dunkles, Negatives im Unbewussten *bewusst* annehmen. Wir können es integrieren. Das Dunkle, Unbekannte in uns kann uns und den Mitmenschen weniger schaden (zum Beispiel Wutausbrüche, die wir selber nachher nicht mehr verstehen).

Die Seele braucht Ruhe wie der Körper. Sie braucht *Pausen im Wachzustand*. Die Seele ruht nicht, wenn wir schlafen.

Wir träumen: die Seele arbeitet, verarbeitet die vielen Eindrücke des Tages oder Probleme von früher.

Wenn der Mensch keine Zeit hat zum Verdauen der vielen Erlebnisse des Tages (Fernsehen!), wird er müde, unzufrieden, schlaff und – vielleicht einmal krank.

Also tun Sie etwas für die Seele! Schämen Sie sich nicht, nichts zu tun, hinzuliegen und Ihre Erlebnisse oder Erinnerungen mit geschlossenen Augen anzuschauen. Dann hat die Seele Zeit für ihre Arbeit. Bei schwierigen seelischen Problemen gehe man ohne Schamgefühle zum Psychiater oder Psychologen. Wir schämen uns auch nicht, zum Arzt zu gehen.

Der beste Menschenkenner aller Zeiten hat gesagt:

«Was hilft es dem Menschen, wenn er die ganze Welt gewinnt (viel Geld, viel Macht), leidet aber Schaden an seiner Seele.»

III. Kurze Erklärung einiger psychologischer Begriffe

Psychiatrie: Seelenheilkunde, Spezialgebiet der Medizin.

Psychogen: seelisch bedingt. Beispiel: die Seele kann nicht genug verdauen. Der Körper reagiert prompt mit Migräne.

Psychohygiene: Pflege der seelischen Gesundheit.

Kompensieren: ausgleichen. Zum Beispiel eine Schwäche verdecken durch Aufzeigen (übertriebenes Aufzeigen) von Vorzügen. Minderwertigkeitsgefühl durch starkes Machtsstreben ausgleichen (siehe Alfred Adler).

Depression: starke Traurigkeit, seelische Verstimmtheit, Entschlusslosigkeit.

Psychosomatisch: (psyché = Seele, soma = Körper) Leib und Seele gehören zusammen. Die Seele führt alles mit, was

der Körper erfährt. Umgekehrt: die körperlichen Organe reagieren, wenn die Seele leidet (Magengeschwür, Gallensteine, Durchfall und anderes).

Emotion: eine starke Gefühlsbewegung, die von körperlichen Reaktionen begleitet sein kann (zum Beispiel Erröten, Herzklopfen). hg

Warum erscheinen in dieser GZ-Nummer Gedanken zur Psychologie? Kein Zufall!

Am Samstag, 21. Januar 1989, findet der «Gehörlosenrat» in Zürich statt. Der Ausschuss – bestehend aus Gehörlosen und Hörenden – hat beschlossen, als Thema zu wählen:

«Nicht nur Hörende haben seelische Probleme! Welche Probleme haben Gehörlose und warum?»

Herr Beat Kleeb, Tagungsleiter, konnte für das Hauptreferat Frau Dr. Richter, gehörlose Psychiaterin (!) in einer Klinik in Deutschland, gewinnen.

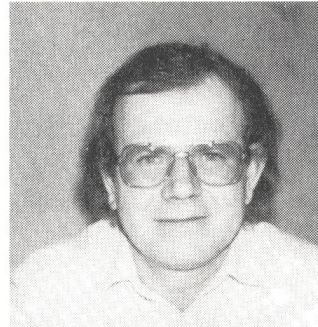
Ist dieses Thema langweilig oder interessant? Einfach oder schwierig? Das Thema ist sehr interessant, sehr schwierig und sehr wichtig. Auch Gehörlose haben seelische «Sorgen»; sie brauchen manchmal – gleich wie viele Hörende – einen Psychologen oder einen Psychiater.

Psychosoziale Probleme sind Probleme, deren Ursache im sozialen Bereich stecken: vielleicht sind es Kommunikationsprobleme. Manchmal fühlen sich Gehörlose unverstanden, einsam – sie haben Beziehungsprobleme mit Angehörigen, am Arbeitsplatz, mit Freunden, in der Gesellschaft.

Aha! Wir stellen fest: Das Nachdenken über die gesunde und über die kranke Seele ist ausserordentlich wichtig. Deshalb erwarten wir alle Delegierten der Gehörlosenvereine zum «Gehörlosenrat 1989»!
eh



Worte zum Geleit



Endspurt

Kurz vor Drucklegung dieser Ausgabe traf sich das Redaktionsteam zu einer der regelmässigen Redaktionssitzungen. Die kommenden GZ-Ausgaben wurden geplant. Und – oh Schreck: Wir stellten fest, dass sich das Jahr bereits wieder seinem Ende nähert. Geplant wird ja bekanntlich im Voraus. Was heisst das bei uns? Zurzeit sind wir bereits an den Dezember-Nummern. Weihnachten findet in unserer Redaktionsstube Ende November statt. Denn die Ausgabe vom 15. Dezember ist ja unsere Weihnachtsnummer. Ab dann bewegen wir uns schon im neuen Jahr. Diese Tatsache erinnert uns natürlich noch stärker daran, dass sich das Jahr 1988 mit Riesen-

schriften seinem Ende nähert. Und dann beginnt man sich plötzlich zu fragen, was im alten Jahr noch alles zu erledigen ist. Und wo sind all die guten Vorsätze geblieben, die man doch erst kürzlich gefasst hat. Erst kürzlich? Nein – ist denn das möglich? Das war ja bereits vor zehn Monaten.

Endspurt? Ist das dieses letzte Wegstück, auf dem es noch möglich ist einiges aufzuholen? Und was, wenn einem dazu die Kraft fehlt – wenn einem der Schnauf ausgeht? Schon mancher Sportler hat sich dabei verschätzt und blieb dann auf der Strecke. Wir hoffen, dass wir unser Programm nicht so schlecht eingeteilt haben, dass wir punkto Aktualitäten in der GZ stark aufholen müssten. Sicher – einiges kam immer noch zu kurz – aber punkto Aktualitäten blieben wir ganz schön am Ball. Dieses Verdienst gehört in erster Linie den Redaktoren, und ich möchte ihnen für die geleistete Arbeit auch an dieser Stelle einmal danken. Und ihnen, liebe Leser, natürlich auch. Für Ihre Treue als Leser, für Ihre Kritik und Anregungen. Nur so kommen wir weiter. Bis zum nächstenmal.

Ihr Martin Hintermann

Leserbrief

Trotzdem nicht einsam

Nachdem ich in der neuesten Sondernummer dieser Zeitung über die Einsamkeit gelesen habe, möchte ich kurz erzählen von meinem schweren Unfall am 6. Juni dieses Jahres.

Nicht einsam war ich beim Unfall, als viele Ausländer behilflich waren, ich ins Polizeiauto hineinkam und prompt ins Spital eingeliefert wurde. Während zehn Wochen war ich auch nicht einsam, als über 500 Besucher, Hörende und Gehörlose, mit Blumen, Früchten usw. mir Trost und guten Mut zusprachen. Verschiedene Seelsorger von nah und fern überraschten mich mit ihrem Besuch. Nicht einsam war ich auch, als mir liebe Mitpatienten Freude bereiteten mit Plaudern und sogar Schachspielen. Diese vielen Freuden linderten meine Schmerzen. Später kam auch noch Besuch aus weiter Ferne. Eines Abends besuchten mich vier Gehörlose und brachten sehr viel Humor mit, so dass

ich dadurch die Schmerzen vergass. Nur nachts hatte ich grosse Schmerzen, während des Heilungsprozesses. Nach langem Spitalaufenthalt kam ich vom Spital direkt in die Höhenklinik Davos. Dort oben war ich auch nicht einsam. Von Anfang an spürte ich die gute Kameradschaft bei den Ärzten, Schwestern und Patienten. Die Physiotherapeutin nahm mich freundlich auf, aber die Kur bei ihr war sehr streng. Nach fünf Wochen konnte ich wieder fast normal – aber noch an Stöcken – gehen. Schwimmen im Spezialbassin, Velofahren und Turnen, Treppensteigen und schön gehen lernen standen auf meinem Lehrplan in dieser Therapie. Zuletzt kam noch das Wandern in dieser schönen Gegend hinzu. Daneben konnte man in der Freizeit basteln.

Trotz dieser strengen Therapie darf ich sagen: Es hat mir gut gefallen!
H. Lehmann