

## Patientenbericht

von Gottfried Lutz

### „Hilfe, ich brauche Hilfe!“

„Diesen Luxus kann ich mir nicht mehr leisten“, antwortete Hella auf meine Frage, ob es ihr nicht peinlich sei, dass ich sie als Mann auf die Behindertentoilette bringen und ihr beim Ausziehen helfen musste. Ich habe wohl eine banale Floskel darauf erwidert, was man eben so sagt, z. B., sich helfen zu lassen sei schwerer als zu helfen. So richtig das ist, so leicht ist es dahergesagt. Von mir selbst kenne ich die Scham, hilflos zu sein und Hilfe annehmen zu müssen. Wenn die Hilfe von oben herab und gönnerhaft gewährt wird, gerate ich in Gefahr, unverschämt zu werden. Unverschämt insofern, als ich dann die Sicherheit abstelle, mein Gesicht nicht zu verlieren, Haltung zu bewahren und mich sozial angepasst zu verhalten. War Hella unverschämt oder gar schamlos? Oder ist es so, dass sie das Gesicht gar nicht mehr verlieren konnte, weil sie im Rollstuhl sowieso nicht mehr so richtig ernst genommen wurde? Ihre leitende Stelle hatte sie schon verloren.

Mich hat das Stichwort „der Luxus der Scham“ seitdem begleitet. Bildhaft habe ich es so ausgedrückt: „Wenn man beide Hände voll zu tun hat, kann man sich nicht auch noch ein Feigenblatt vor die ‚Scham‘ halten.“ Dass man’s trotzdem gerne tun würde, steht auf einem anderen Blatt. Und als Mensch mit Behinderungen hat man beide Hände voll zu tun, so man hat und nicht eine oder beide Hände gehandicapt sind. Der „Luxus der Scham“ ist ein Ausdruck der Resignation. Der schöne Zweizeiler: „Ist der Ruf erst ruiniert, lebt sich’s gänzlich ungeniert“, preist eine Scheinlösung an, die das belämmerte Gefühl überdeckt, dass mir gar nichts anderes übrig bleibt, als so zu tun, als ob... das habe ich bei einem Spaziergang in luftiger Höhe begriffen.

Als ich Prof. Dr. med. Mehl fragte, ob ich mich mit Parkinson, einer teilweisen Lähmung des linken Arms, mit Herzschrittmacher und ein paar weiteren Macken aufs Hochseil wagen könnte, schaute er mich mit freundlichem Lachen an und sagte „Wollen Sie?“, und damit war die Frage entschieden. Mit anderen Ärzten und Therapeuten war ich in die Klinik „Wollmarshöhe“, in der Nähe von Ravensburg, gekommen, um sein Konzept dieser außergewöhnlichen Klinik kennen zu lernen. Und dazu gehört ein „Hochseilgarten“, auf dem Teamfähigkeit und Selbstbewusstsein trainiert werden. Dabei kommen natürlich auch die dazu gehörenden Ängste ans Tageslicht, so dass dann – frei nach Paul Gerhardt – „all Angst, Furcht, Sorg und Schmerz ins Meeres Tiefe hin“ geworfen werden kann. Zwar steht der Hochseilgarten nicht am Meer, zum Bodensee fährt man noch eine halbe Stunde, aber in die Tiefe geht’s von oben gesehen so sehr, dass nicht wenige gleich wieder umkehren wollen, wenn sie über eine Art Strickleiter die erste Plattform erreicht haben.

Umkehren wollte ich nicht, aber mit 1 ½ Armen eine Strickleiter hochzusteigen, ist gar nicht so einfach. Ich brauchte Hilfe. Andere auch. Und ich bekam genau die Hilfe, um die ich bat. Das Team um Prof. Mehl unterstützte mich so passgenau, dass ich zwar etwas schräg,

aber innerlich mit aufrechtem Gang die Strickleiter hoch kam. Das anfeuernde Lob der anderen Teilnehmer tat ein Übriges. Beim zweiten „Aufstieg“ – diesmal als Patient der Klinik – bat ich darum, mich nicht zu loben oder gut zu finden, weil ich trotz meiner Handicaps auf dem Hochseil herumturne. Denn solches Lob macht gleichzeitig klein – so ähnlich wie die gönnerhafte Bemerkung eines Patriarchen, Frau X mache einen guten Job, im Grunde gleich gut wie ein Mann. Dass auch diese Anerkennung im ersten Moment gut tut, macht es nicht leichter, den bitteren Nachgeschmack bewusst wahrzunehmen. Also, ich bat darum zu sagen: „Das machst Du gut“, und nicht: „Dass Du das mit deinen (schweren) Behinderungen wagst ...“

Abschätzen musste ich freilich mit meiner „Trainerin“ – ich bezeichnete sie als meinen „Schutzengel“ -, was ich mir und ihr zumuten kann und will. Alles, wozu man unbedingt zwei gleich starke Arme braucht, kam nicht in Frage. Aber braucht man die für die vor mir liegende, nein, hängende Passage über schwankende Bohlen wirklich? Nicole, mein Schutzengel, musste mich mit meinen 80 kg wieder auf die Füße stellen, wenn ich schräg in den Seilen hängend nicht mehr vor und zurück kam. Ich dagegen wusste aus 65-jähriger Erfahrung, dass Leute mit zwei gesunden Händen keine Ahnung davon haben, was man mit einer Hand allein alles machen kann. Wir mussten uns verständigen, also den hoffentlich gesunden Menschen- und Sachverstand einsetzen, um zu verstehen. Und nicht nur das. Gegenseitige Achtung nahm jeder Situation die Peinlichkeit.

Zugegeben, ich bin ein wenig stolz, dass ich das geschafft habe, mit meinen Handicaps. Und ich bin sehr dankbar für die Erfahrung, mir helfen zu lassen, ohne mich klein machen lassen zu müssen. Den schönsten Kommentar hörte ich von meinem 4-jährigen Enkel, der ein Foto von mir auf dem Hochseil in der Hand hatte: „Opa, du bist ein Held!“ Ohne Scham füge ich hinzu: Irgendwie schon.

**Wir bedanken uns herzlich bei Gottfried Lutz, der uns diesen Bericht zur Verfügung gestellt hat.**

#### Klinik Wollmarshöhe

Fachkrankenhaus für  
psychosomatische Medizin  
Internistische Medizin  
Neuropsychologie/Neurologie  
Psychiatrie

Wollmarshofen 14  
88285 Bodnegg

#### Sekretariat und Verwaltung der Wollmarshöhe:

Ansprechpartnerin: Christa Drews, Alexandra Lacerti

Tel.: 0049 (0)7520 927-0

Fax: 0049 (0)7520 2875

Bürozeiten: 8.00 – 17.00 Uhr

[www.klinik-wollmarshoehe.de](http://www.klinik-wollmarshoehe.de)

[info@klinik-wollmarshoehe.de](mailto:info@klinik-wollmarshoehe.de)