

Eine gute Idee, diese Gesprächsgruppe

Wir bieten seit zwei Jahren eine geleitete Gesprächsgruppe für Menschen mit einer Paraplegie an. Die monatlichen Treffen dienen dem gegenseitigen Austausch, denn niemand versteht die Herausforderungen des Lebens mit einer Querschnittlähmung besser als ein Mensch, der selber betroffen ist.

Unser Angebot wird rege benutzt, die Nachfrage ist gross, das Echo durchwegs positiv. Gerne möchten wir weiteren Betroffenen die Gelegenheit des Austauschs bieten und Sie mit dem nachfolgenden Bericht eines Gruppenmitglieds ermuntern, ebenfalls eine Gesprächsgruppe zu gründen. Falls Sie Fragen dazu haben, können Sie sich gerne an uns wenden.

Ana Astray, Psychologin, Telefon 044 386 12 61
Madeleine Hubschmid, Sozialarbeiterin,
Telefon 044 386 12 57
Uniklinik Balgrist, Forchstr. 340, 8008 Zürich
www.balgrist.ch

Wir sind zehn Personen, welche von Paraplegie betroffen sind. Wir treffen uns monatlich einmal in der Uniklinik Balgrist. Diese Treffen organisieren und leiten Madeleine Hubschmid vom Sozialdienst und Ana Astray, Psychologin. Durch ihre Gesprächsleitung wird sichergestellt, dass wir beim Thema bleiben, dass alle zu Wort kommen und dass auch jene genügend Gelegenheit haben, ihre Gedanken einzubringen, welche nicht wortgewandt sind.

Spannend für uns alle war schon am Anfang das gegenseitige Kennenlernen. Alle hatten die Gelegenheit, zu erzählen, wie es zur Paraplegie kam, welcher Art diese ist und welche Auswirkungen sie auf das tägliche Leben hat. Eine Frau erzählt, dass sie sich seither fühlt wie eine Meerjungfrau auf dem Land. Einige konnten ihren angestamm-



ten Beruf nicht mehr weiter ausüben. Ich habe aber auch erfahren, dass die Ehen meiner Kolleginnen und Kollegen in der Gruppe diesen Schicksalsschlag überdauert haben.

Schon bei diesen ersten Treffen zeigte sich, dass jede Paraplegie völlig unterschiedlich ist, dass aber trotzdem viele gleichartige Probleme bestehen. Die eingeschränkte Bewegungsfreiheit ist nur das eine, das auch für Aussenstehende offensichtliche Problem. Zudem ist diese Einschränkung, beispielsweise bei mir mit unvollständiger Paraplegie, nicht unbedingt das vorherrschende Thema. Bald sprachen wir auch über die versteckteren Sorgen: Probleme mit dem Wasserlösen, dem Stuhlgang, der Sexualität. Dies sind Themen, welche wir nicht einfach mit nichtbetroffenen Kolleginnen und Kollegen bereden können oder wollen. Auch unsere Haus- und Spitalärzte sind bei diesen Themen gelegentlich hilflos und befangen. In dieser Gesprächsgruppe haben wir diese Befangenheit überwunden. In dieser Gruppe kann ich erzählen, wie ich mich verletzt und beschämt fühle, durch meinen Körper oder durch die Krankheit, welche mich zwingt, zu kateterisieren, wie mühsam ich es finde, täglich für eine Darmentleerung sorgen zu müssen, bevor ich zur Arbeit gehe.



Die Gruppe beim Weihnachtsessen

In dieser Gruppe bekomme ich auch Hinweise, was ich anders machen könnte. Ich erfahre, dass fast alle andern diese Probleme auch haben und wie sie diese Schwierigkeiten überwinden. Ein häufiges Thema sind auch Schmerzen und der Umgang damit. Unser Informationsaustausch funktioniert sehr gut.

Natürlich ist nicht bloss das Lernen voneinander wichtig für uns. In diesen zwei Jahren hat sich auch ein Gefühl der Zusammengehörigkeit entwickelt und wir freuen uns alle auf die Begegnung beim nächsten monatlichen Treffen.

Markus H., Teilnehmer der Gruppe