



Foto: Samuel Flach

Ins Leben zurückgefunden

{ ANDREA BANNERT }

Samuel Flach brach mit 20 Jahren zum Zivildienst nach Afrika auf – und kehrte querschnittsgelähmt zurück. Heute studiert der inzwischen 25-Jährige Ethnologie. Bei frischem Salbeitee berichtet er, welcher Weg ihn ins Leben zurückgeführt hat. Wie gut ihm das bereits gelungen ist, davon zeugt auch der blau-gelbe Kühlschrank. Darauf stehen Sprüche wie »Wer immer nach dem Zweck der Dinge fragt, wird ihre Schönheit nicht erkennen«.



»ICH WEISS JETZT, WIE ES SICH ANFÜHLT, STÄNDIG AUFZUFALLEN UND UNGEFRAGT IN EINE SCHUBLADE GESTECKT ZU WERDEN. DAS GEHT IN DEUTSCHLAND AUCH MENSCHEN MIT DUNKLERER HAUTFARBE SO – NICHT NUR MENSCHEN MIT EINER BEHINDERUNG.«

Samuel, was ist 2011 in Afrika passiert?

Ich hatte ein Jahr lang in einem Waisenhaus in Uganda gearbeitet und bin anschließend mit drei Freunden weiter nach Sansibar gereist. Dort lief ich ins Meer und machte einen Hechtsprung – leider im falschen Winkel.

Ihr Kopf ist auf den Grund geprallt und Sie konnten sich plötzlich nicht mehr bewegen. Wie sind Sie wieder aus dem Wasser herausgekommen?

Erstmal gar nicht. Ich habe gedacht: »Das war es jetzt.« Vergangenheit,

Gegenwart und Zukunft sind mir durch den Kopf geschossen und ich hatte das Gefühl, aus meinem Körper raus zu zoomen. Interessanterweise spürte ich aber keine Angst – die kam erst später. Zum Glück haben mich Einheimische aus dem Wasser gezogen. Dann ging es mit dem Hubschrauber ins Krankenhaus.

Ihr fünfter Halswirbel ist gebrochen. Alles unterhalb können Sie also nicht mehr bewegen.

Genau, Rumpf und Beine spüre ich nicht mehr. Aber der Bizeps funktioniert noch! Das heißt, ich kann meinen Rollstuhl selbst

anschieben. Allerdings kann ich die Finger nicht mehr bewegen und auch die Arme nicht kontrolliert heben. Dann verpasse ich mir selbst einen Schlag.

Was sind die größten Herausforderungen in Ihrem Alltag?

Auf die Toilette zu gehen. Bei Querschnittsgelähmten ist das meistens unberechenbar. Das belastet mich am stärksten.

Ich stelle mir vor, dass es anfangs schwer ist, zu begreifen, dass man querschnittsgelähmt ist.

Bei mir dauerte das mindestens ein dreiviertel

Jahr. Ich hatte etwa vier Wochen nach dem Unfall erstmal eine psychotische Phase. Das geht vielen Querschnittsgelähmten so.

Wie hat sich das geäußert?

Da haben sich seltsame Hirngespinnste in meinem Kopf derart aufgebläht, dass ich sie für real gehalten habe. Ich dachte zum Beispiel, die Ärzte würden mir Tabletten verabreichen, die bewirken, dass ich mich nicht mehr bewegen kann. Und dass man mir nur einredet, dass ich querschnittsgelähmt bin. Außerdem war ich überzeugt, wenn ich mich von meiner Familie und

meinen Freunden trenne, geht es mir besser. Ich habe alle aus dem Zimmer geschickt und beleidigt.

Das klingt nach einer wirklich harten Phase ...

Ja. Aber ich glaube, es ist wichtig, dass es einem eine Weile richtig dreckig geht und man mit allem hadert. Währenddessen vollzieht sich eine Art Neuausrichtung, mit der es dann positiv weitergehen kann.

Haben Sie einen Tipp für Andere, denen etwas Ähnliches passiert?

Gebt euch Zeit! Das ist, glaube ich, der wichtigste



und gleichzeitig frustrierendste Ratschlag. Nach einer Querschnittslähmung seinen Weg wieder zu finden, ist einfach ein längerer Prozess, bei dem ganz viel passieren muss. Auch ich habe den noch nicht ganz abgeschlossen. Deshalb stelle ich mich immer wieder bewusst meinen Ängsten.

Zum Beispiel?

Ich bin vor drei Monaten mit meiner Freundin und meiner Mutter an den Strand gereist, an dem der Unfall passiert ist. Vor dem Meer hatte ich seitdem ziemliche Angst und dann auch noch an diesem speziellen Ort!

Trotzdem habe ich dort zum ersten Mal, seit ich im Rollstuhl sitze, im Meer gebadet.

Kann man sagen, dass Sie inzwischen ins Leben zurückgefunden haben?

Das ist absolut richtig. Die Tatsache, dass ich im Rollstuhl sitze, beschäftigt mich nicht mehr jeden Tag. Das kommt eher von außen.

Weil die Leute Sie darauf ansprechen?

Ja. Meistens passiert das indirekt. Viele fragen mich, wie es mir geht. Wenn ich dann antworte »gut«, sagen sie: »Den

Umständen entsprechend, oder?« Und ich denke mir jedes Mal: »Nein, mir geht es wirklich gut!«

Gehen Unbekannte jetzt anders auf Sie zu?

Es gibt Menschen, die reagieren extrem verunsichert, wenn sie mir begegnen, oder sind, ohne es zu merken, von Vorurteilen belastet. Die können mir nicht in die Augen schauen und sprechen nicht mich, sondern nur meine Begleiter an. Oder sie helfen mir, ohne mich zu fragen, ob ich das überhaupt will. Und bei anderen steht die sichtbare körperliche Einschränkung nicht so im Vordergrund – mit denen freunde ich mich dann eher an.

Sie haben keinen Pflegedienst mehr, der Sie betreut.

Richtig. Ich habe das klassische Pflegedienstmodell ausprobiert, aber es war katastrophal. Es gibt nichts Entwürdigenderes, als im Erwachsenenalter gesagt zu bekommen, wann man ins Bett gehen muss und wann es Zeit ist, auf die Toilette zu gehen.

Wer hilft Ihnen stattdessen?

Maria, meine Mitbewohnerin, und Taron, ein aus-

gebildeter Pfleger, den ich selbst angestellt habe. Maria und ich wohnen seit knapp zwei Jahren zusammen. Sie kommt aus Mexiko und hat auf meine Anzeige bei »WG-Gesucht« geantwortet. Darin habe ich ein Zimmer für einen Euro pro Monat angeboten und beschrieben, wobei ich Hilfe brauche: etwa beim Kochen oder ins Bett gehen.

Taron unterstützt mich jeden Morgen beim Aufstehen. Das Wichtigste ist aber nicht die Pflegeausbildung, sondern dass es menschlich passt.

Das klingt ideal.

Ich habe so viel mehr Freiheit. Ich kann zum Beispiel auch mal spontan spät abends nach Hause kommen und darf Maria dann aufwecken, wenn sie schon schläft. Taron kommt auf meine Bitte am nächsten Tag später, so dass ich ausschlafen kann. Probleme gibt es trotzdem ab und zu, zum Beispiel, wenn Maria mal woanders übernachten möchte.

Deshalb schwebt Ihnen noch ein anderes Wohnkonzept vor ...

Ich denke, es würde noch besser funktionieren, wenn man nicht nur zu zweit wohnt, sondern zu acht: vier Menschen mit Behinderung und vier

Menschen ohne. Dann verteilt sich die Verantwortung besser. Deshalb habe ich den Verein Gemeinwohlwohnen e. V. gegründet, mit dem Ziel, so ein Wohnprojekt umzusetzen.

Ihr plant, auch Flüchtlinge in die WG mit aufzunehmen.

Ja, das ist eine Win-win-Situation. Ich kann ihnen einen Arbeitsvertrag mit Krankenversicherung anbieten und so können sie eine Aufenthaltsgenehmigung bekommen.

Sie engagieren sich gegen Rassismus.

Ich glaube, das hat unter anderem etwas mit meiner neuen Perspektive zu tun. Ich weiß jetzt, wie es sich anfühlt, ständig aufzufallen und ungefragt in eine Schublade gesteckt zu werden. Das geht in Deutschland auch Menschen mit dunklerer Hautfarbe so – nicht nur Menschen mit einer Behinderung.

Mehr über das Gemeinwohlwohnen-Projekt auf gemeinwohlwohnen.de

