

Stefan Dreeßen

»Sport und Behinderung« – ein inklusives Wochenende

Ein Projekt der Behindertenseelsorge im Bistum Speyer

»Spielend das Leben gewinnen«, so lautete die Überschrift zum Wochenende der Behindertenseelsorge im Bistum Speyer, das im Frühjahr dieses Jahres in der Bildungsstätte Heilsbach/Schönau in der schönen Pfalz (Nähe der deutsch-französischen Grenze) stattfand. Eingeladen hatte ich als Referent, der in der Behindertenseelsorge mit und für Menschen mit einer körperlichen Behinderung arbeitet. Das Thema »Sport und Behinderung« stand bei mir schon lange auf dem Programm. Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie wichtig Sport für das geistige und körperliche Befinden ist, aber auch einen sehr sozialen und therapeutischen Sinn erfüllt. Seitdem ich selbst durch eine Erkrankung seit vielen Jahren im Rollstuhl sitze (»gefestelt« bin ich an den Rollstuhl nicht!), habe ich durch Freunde die positiven Seiten des Rollstuhlsports entdeckt. Angefangen vom traditionellen Rollstuhlbasketball über Bogenschießen, Schwimmen bis hin zum Tischtennis

habe ich in der Rehaklinik vieles durchtesten können. Privat kamen dann noch Monoskifahren und Rollstuhltanzen (z.T. im Verein), -tennis und -badminton hinzu. Sport hatte mich schon in der Schule begeistert, und trotz Behinderung wollte ich diesen nicht aufgeben. An die Grenzen gehen, sich fair im Spiel mit dem Gegenüber messen, an sich arbeiten, sich über Siege freuen, aber auch Niederlagen einstecken können, das sind Erfahrungen, die jeder Mensch in seinem Leben machen sollte und die prägend für das weitere Leben sein können.

Außerdem empfinde ich Sport als wunderbaren Ausgleich zum Berufsalltag. Im Rückblick gab es auch viele Sportarten, die eindeutig einen *inklusi-ven* Charakter hatten und haben. Hier seien nur die »gemischten« Versuche im Doppel beim Rollstuhlbadminton und -tennis zu erwähnen, bei denen nur ein/eine Fußgänger/in und ein/eine Rollstuhlfahrer/in zusammen-

spielen. Am auffälligsten ist es beim Rollstuhltanzen. Hier gibt es das so genannte »Kombitanzen« (Fußgänger/in und Rollstuhlfahrer/in).

Beim Rollstuhlbasketball dürfen sich bis zu zwei Fußgänger/innen an der Mannschaft beteiligen.

Der wirklich spannendste und *inklusive* Sport ist und bleibt Tischtennis. Er ermöglicht alle Variationen. Das Spiel »Rollstuhlfahrer/in gegen Rollstuhlfahrer/in« oder zwei (gemischte) Doppel gegeneinander. Am besten gefällt mir das Spiel »Rollstuhlfahrer/in gegen Fußgänger/in«. Bei normalen Tischtennisfertigkeiten gibt es meistens eine spannende Partie auf Augenhöhe. Aus der Erfahrung als langjähriger Jugendreferent beim Bund der deutschen katholischen Jugend (BDKJ) weiß ich, wie überrascht Menschen ohne Behinderung sind, einen Tischtennisgegner zu erleben, der ihnen ihre Grenzen aufzeigt.

Paralympics-Sieger Rainer Schmidt

Mein Traum war es schon seit Jahren, den Paralympics-Sieger im Tischtennis und evangelischen Pfarrer, Rainer Schmidt, für das Wochenende zu gewinnen. Und endlich hatte es geklappt. Er war bereit zu kommen, einen Workshop zu machen und ebenso sein Buch »Spielend das Leben gewinnen – was Menschen stark macht!« auszugsweise vorzustellen.

Mit dabei war noch Gunter Straub, Tischtennis-Übungsleiter mit der Berechtigung der Abnahme des Tischtennis-Sportabzeichens. Neben den Referenten waren zahlreiche Menschen mit körperlicher Behinderung, unter ihnen viele Rollstuhlfahrer/innen, ihre Partner/innen, ihre Freund/innen und auch Helfer/innen gekommen. So kamen wir auf eine Teilnehmerzahl von 18 Personen.

Nach der traditionellen Vorstellungsrunde am Freitag stand der Samstag voll und ganz im Zeichen des Sports. In drei verschiedenen Workshops durften sich alle Teilnehmer/innen betätigen. Am einfachsten war es noch beim »Hallen-Kegeln« – eindeutig eine »inklusive Sportart«. Fußgänger/innen und »Menschen mit Behinderung« haben die gleichen Möglichkeiten. Mit dem Ball müssen Kegel umgeworfen werden. Auch für schwerer behinderte Menschen konnte die Zielstrecke verkürzt werden. Es wurden ihnen so unerwartete Erfolgserlebnisse ermöglicht.

Umdenken des Referenten

Viel schwerer ging es bei der Erlangung des *Tischtennis-Sportabzeichens* zu. Dienten die Workshops am Samstagmorgen noch als Übungsfeld, wurde es am Nachmittag ernst. Hier mussten verschiedene Übungen erfüllt werden. Der Übungsleiter Gunter Straub benötigte hier eine Menge Kreativität und Einfühlungsvermögen, um allen (Fußgänger/innen und Rollstuhlfahrer/innen) die Möglichkeit zu geben, sich den vorgeschriebenen Aufgaben zu stellen. Dabei war er in der Lage, die

Übungen kurzerhand zu verändern und individuell anzupassen.

Hier nur zwei kleine Beispiele: Normalerweise wurde das Tippen des Tischtennisballs auf dem Schläger für eine gewisse Zeit gefordert. Für einige Menschen mit Behinderung hieß es dann nur noch »Ball auf dem Schläger balancieren«. Einem E-Rollstuhlfahrer war es nicht möglich, das Zusammenspiel beider Arme zu koordinieren, um Aufschläge möglich zu machen. Allerdings gelang es ihm, einen Ball, der ihm zugespielt wurde, immer öfter zu treffen.

Der Tag erlangte seinen Höhepunkt durch die Vorstellung des Buches »Spielend das Leben gewinnen« und einen Schaukampf zwischen Handprothesenträger Rainer Schmidt und dem »nicht behinderten« Gunter Straub, den Straub knapp für sich entschied.

Fazit

»Inklusive Erwachsenenbildung«, hier im Bereich »Sport und Behinderung« exemplarisch vorgeführt, erfordert ein *dauerhaftes Hinterfragen*: »Ist diese Übung oder diese Aufgabe für alle, also auch für Menschen mit Behinderung, erfüllbar? Wenn nicht, wie ist diese Übung zu verändern, damit sie meinem Gegenüber auf den Leib geschnitten und so erfüllbar ist?« Dazu bedarf es *wachsamer Augen*: Wo sind seine individuellen Stärken und Schwächen? Und als letzter Punkt: Wie kann ich die *Stärken fördern/fordern*, damit mein Gegenüber an seine *persönlichen Grenzen* geht – und nicht weiter? Grenzerfahrungen sind wichtig! Sie bringen uns voran, holen uns heraus aus der Erstarrung und setzen neue Energien frei.

LITERATUR

Schmidt, R. (2008): *Spielend das Leben gewinnen – was Menschen stark macht*. Gütersloh.

Stefan Dreeßen ist Referent in der Behinderten-seelsorge im Bistum Speyer.



EinBlick | Ordnung halten

Foto: Sommer