INTELLEKTUELLE BEEINTRÄCHTIGUNG

Bei Menschen mit einer intellektuellen Beeinträchtigung liegen Störungen des Nervensystems vor, die durch Einschränkungen der intellektuellen Fähigkeiten sowie Fähigkeiten zur Anpassung an Umweltbedingungen (sog. adaptives Verhalten, vgl. Tab. 13) gekennzeichnet sind. Die Erhebung des Intelligenzquotienten ist ein zentrales Instrument bei der Diagnose einer intellektuellen Beeinträchtigung, wobei diese nicht alleiniges Kriterium ist. Im Para Schwimmen gibt es die Startklasse S14 für Menschen mit einer intellektuellen Beeinträchtigung, wofür in definierten Tests eine Grenze von 75 Punkten unterschritten werden muss.

intellektuelle Fähigkeiten	adaptives Verhalten

• verminderte Intelligenz in standardisierten IQ-Testverfahren, wobei ein Mittelwert von 100 Punkten für die Gesamtpopulation angenommen wird und ab einer doppelten Standardabweichung bzw. 70 Punkten eine Intelligenzminderung vorliegt
• Einschränkungen im logischen Denken
• eingeschränktes Erfassen abstrakter Gedanken und Vorstellungen
• Schwierigkeiten beim Ableiten von Schlussfolgerungen aus bestimmten Vorgaben
• Einschränkungen beim Verständnis von Zusammenhängen
• Probleme beim Erkennen von Unterschieden, Gemeinsamkeiten, Regeln und Strukturen
• fehlende Verfügbarkeit sprachlicher Mittel
• eingeschränkte Merkfähigkeit
	• soziale Kompetenzen
	  ◦ eingeschränkte interpersonelle Fähigkeiten (bspw. verbale/non-verbale Kommunikation, Teamfähigkeit, Empathie und emotionale Intelligenz)
	  ◦ fehlende Eigenverantwortung
	  ◦ verringertes Selbstwertgefühl
	  ◦ ausgeprägte Naivität oder Leichtgläubigkeit
	  ◦ Probleme gesellschaftlichen Regeln und Gesetzen zu folgen
	• konzeptuelle Kompetenzen
	  ◦ eingeschränktes Verständnis abstrakter Konzepte wie bspw. Zeit, Geld und Sprache
	• praktische Kompetenzen
	  ◦ Schwierigkeiten bei der Nutzung von Gerätschaften sowie der Bewältigung von Alltagsaufgaben
	  ◦ Einschränkungen im Umgang bzw. in der Interaktion mit anderen Menschen

Tabelle 13

Auswahl möglicher Merkmale und deren Ausprägungen für intellektuelle Fähigkeiten[1] und adaptives Verhalten bei Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung.

[1] vgl. „Merkmale im Bereich intellektueller Fähigkeiten“ (LMU München)

Das Startrecht für Wettkämpfe ist, zumindest international, daran gebunden, dass die intellektuelle Beeinträchtigung vor dem 18. Lebensjahr dokumentiert ist. Weiterhin können diese vielfältig in Kombination mit anderen Herausforderungen auftreten bzw. mit diesen verknüpft sein. Betroffen können die psychische Gesundheit (bspw. durch Depression oder Angst), entwicklungspsychologische Aspekte (bspw. durch Autismus oder ADHS), aber auch der neurologische (z. B. aufgrund einer infantilen Zerebralparese) und medizinische Zustand (bspw. durch eine Hirnhautentzündung/Meningitis) sein.

Hinweis zur Begrifflichkeit

Der Begriff „geistige Behinderung“ ist in Deutschland umstritten und wird von Interessenverbänden teils abgelehnt, weil er Stigmatisierung und Diskriminierung begünstigen würde (Musenberg, 2020), insbesondere wenn von „Geistigbehinderten“ die Rede ist. Begrifflichkeiten wie kognitive Behinderung, intellektuelle Behinderung (insbesondere nach englischsprachlichem Vorbild „intellectual disability impairment“) oder auch Intelligenzminderung stehen dabei als Alternativen im Raum, wobei mit jedem Begriff auch Schwächen in Definition und Anwendbarkeit verbunden sind (bspw. umfasst intellektuelle Behinderung nach internationalem Verständnis auch Menschen mit einer Lernbehinderung, welche in Deutschland differenziert von Menschen mit geistiger Behinderung betrachtet werden). „Geistige Behinderung“ kann damit auch als ein primär soziales Phänomen verstanden werden, „das sich durch Zuschreibung von (Un-)Fähigkeiten und sich daran anschließende isolierende Reaktionsweisen der Gesellschaft“ (ibid.) ausdrückt.

In dieser Veröffentlichung wird stets der Mensch betont, zuerst genannt und die zugeschriebene Behinderung angestellt („Menschen mit geistiger Behinderung“), um eine Stigmatisierung zu vermeiden. Alternative Begrifflichkeiten werden stellenweise synonym verwandt. In den Regularien des deutschen Para Sports, speziell im Para Schwimmen, ist der Begriff „geistige Behinderung“ auch fest verankert (vgl. bspw. Klassifizierung). Gleichwohl lassen Erfahrungen der Praxis vermuten, dass der Begriff besonders auf Eltern eine abschreckende Wirkung entfalten kann, weil Stigmatisierung und Labelling befürchtet werden. Dies könnte u.U. den Zugang von Nachwuchsathletinnen und -athleten in den Sport weiter erschweren, sodass Trainerinnen und Trainer sowie Organisationen dazu aufgefordert sind sich sprachlich sensibel auf diesem Gebiet zu bewegen und vorhandene Sprachkodizes kritisch zu hinterfragen.

Laut der Bundesvereinigung Lebenshilfe[1] leben in Deutschland rund 420.000 Menschen mit geistiger Behinderung und etwa 6 von 1000 Kindern kommen jährlich mit einer geistigen Behinderung zur Welt, wobei Jungen etwa 1,5mal so häufig betroffen sind wie Mädchen. Eine genaue Erhebung von Inzidenzen ist allerdings herausfordernd, da leichtere Formen geistiger Behinderung in früher Kindheit mitunter nicht auffallen und ggf. erst in der späten Kindheit/Jugend zum Tragen kommen.

[1] vgl. Bundesverband Lebenshilfe.

Hinweis zu FAS/FASD

Das fetale Alkoholsyndrom (FAS) ist schätzungsweise die häufigste angeborene Erkrankung in Deutschland mit etwa einem Fall pro 200-300 Geburten (etwa 2000 Kinder jährlich) und kann schon durch geringe Mengen Alkohol während der Schwangerschaft ausgelöst werden. Neben dem sogenannten Vollbild des Syndroms sind auch leichtere oder partielle Ausprägungen möglich, die unter dem Sammelbegriff fetale Alkohol-Spektrum-Störungen (FASD, D für engl. disorder) zusammengefasst werden. Schätzungen gehen hier von 10.000-15.000 Kindern aus, die jährlich zur Welt kommen, wobei zusätzlich eine hohe Dunkelziffer vermutet wird.

Technik & Training

Für Sportlerinnen und Sportler mit intellektueller Einschränkung kann zunächst angenommen werden, dass normale Bewegungsumfänge möglich sind und damit auch alle Schwimmarten inklusive Starts und Wenden erwartet werden können. Tatsächlich besteht aber ein Zusammenhang zwischen dem Grad der intellektuellen Beeinträchtigung und möglichen motorischen Defiziten: Je niedriger der Intelligenzquotient, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit für körperliche Einschränkungen und weitere Störungsbilder (Gilderthorp, 2017). Dementsprechend muss individuell festgestellt werden, ob körperliche Einschränkungen vorliegen und inwiefern diese technische Anpassungen von Schwimmbewegungen nötig machen. Hinweise und Empfehlungen zu angepassten Techniken können dann ggf. aus den Kapiteln zu körperlichen Behinderungen in dieser Konzeption entnommen werden.

Insbesondere im normalen Vereinsbetrieb dürfte eine Herausforderung im Training mit Menschen mit intellektuellen Einschränkungen die notwendige Differenzierung bei der Vermittlung von Trainingsinhalten, Techniken und komplexeren Zusammenhängen in jeglicher Hinsicht sein. Es gibt kein Patentrezept, da die Bandbreite der Zielgruppe mit durch Lernbehinderung, Autismus, leichten bis starken geistigen Einschränkungen aber auch Mehrfachbehinderungen sehr groß ist. Einfache Sprache, die Verwendung verschiedener Kommunikationskanäle (Sprache, Symbole, Zeichen, usw.) sind notwendig, um die Sportlerinnen und Sportler zielführend zu trainieren. Erfahrungen von Eltern, Lehrpersonen sowie Betreuerinnen und Betreuern im individuellen Lernverhalten der Schwimmerinnen und Schwimmer können sehr hilfreich sein.

Abbildung 31

Die Ursache für die intellektuelle Beeinträchtigung des abgebildeten Sportlers ist unbekannt und wahrscheinlich genetisch bedingt. Neben der intellektuellen Beeinträchtigung weist er markante, körperbauliche Merkmale auf: Teile der Schulter- und Rückenmuskulatur fehlen komplett und sind nicht symmetrisch angelegt. Folglich entsteht hoher Bedarf an physiotherapeutischer Behandlung und Berücksichtigung bei der Aneignung von Schwimmtechniken.

Hinweis Autismus

Störungen aus dem Autismus-Spektrum betreffen etwa 0,9-1,1% der Bevölkerung, wobei sie bei Jungen etwa viermal häufiger auftreten als bei Mädchen (Hofer & Fellinger, 2021). Eine Autismus-Diagnose allein begründet keine Klassifizierung in eine paralympische Startklasse, allerdings treten Störungsbilder aus dem Autismus-Spektrum häufig zusätzlich mit anderen Behinderungen oder Erkrankungen auf, sodass sie im Para Sport trotzdem oft unter Aktiven anzutreffen sind.

Die Ausprägungen der Störung und ihre Auswirkungen auf die Fähigkeiten der Sportlerinnen und Sportler können sehr unterschiedlich sein (u.a. hinsichtlich von Kommunikationsfähigkeiten, Koordinationsproblemen, unwillkürlichen Bewegungen des Körpers und Kopfes), sodass Zielbewegungen/Schwimmarten oft nicht so technisch „sauber“ erscheinen werden wie im Leitbild, aber in der Regel mit der gleichen biomechanischen Herangehensweise entwickelt werden können. Erwartungen an die technische Güte und Trainierbarkeit müssen individuell abgeklärt werden und sollten nicht im Vorfeld bereits niedrig angesetzt werden.

Mögliche körperliche Einschränkungen können sich auch in Form einer Verzögerung der motorischen Entwicklung darstellen. Diese zeigen sich dann eher bei feinmotorischen Aufgaben und durch Ungeschicktheit, die die Aktiven dann leicht in eine Außenseiterrolle innerhalb von Gruppenverbänden drängen können. Ähnliche Folgen können auch hinsichtlich der Grobmotorik auftreten, welche unauffällig bis gut sein kann, dadurch aber leicht zu Überschätzungen der eigenen Fähigkeiten führt und somit Gefahrensituationen entstehen lassen kann.

Die größten Herausforderungen bei der Ausbildung von Sportlerinnen und Sportlern mit intellektuellen Beeinträchtigungen werden daher im Umgang mit den Aktiven selbst und bei deren Einbindung in Gruppenverbände auftreten (vgl. Eingangsbemerkungen zu Ausprägungen der intellektuellen Fähigkeiten und dem adaptiven Verhalten). Hier entstehen aber gleichsam die größten Chancen für die Entwicklung der Aktiven mit Beeinträchtigung und allen Beteiligten ohne Behinderung: In inklusiven Umgebungen mit hohem Aufkommen sozialer Interaktionen bestehen die besten Voraussetzungen, um gemeinsame Erfahrungen zu sammeln, Anerkennung für die Leistungsfähigkeit von Menschen mit intellektueller Einschränkung entstehen zu lassen und schlussendlich positive Einstellungen gegenüber Behinderung und inklusivem Sporttreiben wachsen zu lassen (Räty, Kontu & Pirttimaa, 2016).

Hinweis Eigentum

Spannungen und Irritationen im Gruppenverbund können auftreten, wenn kein Bewusstsein über eigenes und fremdes Eigentum vorhanden ist. Fremde Gegenstände werden dann ggf. einfach weggenommen, eigene verschenkt und die Hergänge dazu einfach vergessen. Ein einfaches Nachfragen, ob Aussagen zum Hergang „wahr“ oder „gelogen“ sind, hilft oft schon bei der Aufklärung. Stellt der Umgang mit Eigentum ein wiederkehrendes Problem dar, sollten klare Regeln im Umgang mit fremden Dingen aufgestellt und kontrolliert werden (dies betrifft auch die Aufklärung von Sportlerinnen und Sportlern ohne intellektuelle Einschränkungen, um Verständnis zu entwickeln). Eigene Gegenstände der Aktiven mit intellektueller Beeinträchtigung sollten dann deutlich markiert werden (persönliche Aufnäher oder Beschriftung mit Symbolen, Anhänger/Glücksbringer am Rucksack etc.) und wertvolle Gegenstände ggf. unter Verschluss gehalten werden (bspw. in fremden Unterkünften, auf Wettkampfreisen etc.).

In der Regel werden die Aktiven ein erhöhtes Maß an Anleitung und Führung benötigen, was alle Bereiche des Trainings und Alltagstätigkeiten betreffen kann. Nötig dabei sind in vielen Fällen klare Strukturen und ritualisierte Abläufe mit einfachen Verhaltensanweisungen und bedarfsweisen Hilfestellungen:

- vorgegebene Alltagsstruktur

  z. B. Integration des Trainings als fester Bestandteil des Tages-/Wochenverlaufs in Absprache mit Familie/Angehörigen, Schule etc.

- ritualisierte Aufgaben

  bspw. Reihenfolge beim Packen der Schwimmutensilien, Einfinden am festgelegten Treffpunkt in der Halle, Auf- und Abbau genutzter Materialien zu festen Zeitpunkten

- gleichförmige Abläufe

wiederkehrende Muster wie Erwärmung (mit Übungsreihenfolge, Wiederholungsanzahl etc.), Erklärung der Trainingsinhalte (ggf. mit unterstützenden Medien zur Visualisierung), Einschwimmen, Hauptteil, Ausschwimmen sollten möglichst ohne Veränderungen im Gesamtablauf und innerhalb der einzelnen Phasen ohne spontane Änderungen eingehalten werden

- regelmäßige Kontrolle

  von Abläufen und Anweisungen, dabei immer wieder gewünschtes Verhalten positiv verstärken, wenn Aufgaben korrekt erledigt wurden und das Verhalten den Erwartungen entspricht

Die Erwartungen an die Aktiven dürfen nicht zu tief angesetzt werden: Die Regeln für den Umgang miteinander müssen für alle gleich gelten und ggf. für Sportlerinnen und Sportler mit intellektueller Beeinträchtigung in regelmäßigen Abständen wiederholt und verdeutlicht werden. Das bedeutet auch, dass es bei Regelverstößen klare, nachvollziehbare Konsequenzen geben muss, die eindeutig im Vorfeld kommuniziert werden (bspw. Auszeiten vom Training nach unerwünschtem Verhalten). Eine enge Abstimmung mit Familie/Angehörigen und Betreuungspersonal wird hier Aufschluss darüber geben, welche Maßnahmen im Alltag bereits etabliert sind und auch in den Sport integriert werden können.

Beispiel

Julian Füllgraf (Startklasse S14) gehört dem Nachwuchskader an und startet für die TG Ennigloh im Para Schwimmen bzw. den Vfl Osnabrück im DSV-Bereich (eigene Aufnahme).

„In meiner Startklasse haben alle einen kleinen Dachschaden. Ich glaube, dass es bei mir so ist, weil ich Probleme mit anderen Menschen habe.“ Julian vermeidet es mit anderen Schwimmerinnen und Schwimmern zu Trainingsbeginn ins Wasser zu springen und ist immer als letztes im Becken. Sein Equipment verbleibt stets in der Halle, wenn er nach dem Training in die Umkleidekabine geht und er holt es

nach dem Umziehen wieder ab. Diese Eigenheiten sind seinem Umfeld bekannt und können leicht akzeptiert werden, da sie die Abläufe rund um den Trainingsbetrieb nicht weiter stören.

Die Umsetzung der geforderten Verhaltensweisen kann für Menschen mit intellektueller Einschränkung aus verschiedensten Gründen zur Herausforderung werden: Innere Unruhe und Konzentrationsschwierigkeiten können zum schnellen Abbruch und Wechsel von Aktivitäten führen. Verbunden damit sind mitunter motorische Tics und Zwangshandlungen, d.h. unwillkürliche, abrupt einsetzende und nicht zweckgebundene Bewegungen, die sich in kleineren Äußerungen wie bspw. Kopfnicken, Blinzeln etc. bis zu großmotorischen Bewegungen wie Hüpfen oder Klatschen äußern können. Derartige Störungen können auch Menschen ohne intellektuelle Beeinträchtigung betreffen, bei denen sie eher periodisch auftreten und eingeschränkt kontrolliert oder zumindest antizipiert und kommuniziert werden können. Für Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung wird es eher unwahrscheinlich sein einen Einfluss auf derartige Handlungen auszuüben oder mit dem Umfeld zweckmäßig darüber zu kommunizieren, sodass Akzeptanz und Rücksicht im Umgang mit Tics und Zwangshanghandlungen nötig sein werden.

Problematisch, und wohl von vielen unerfahrenen Trainerinnen und Trainern befürchtet, sind mögliche Aggressionen und Gewaltausbrüche. Diese sind grundsätzlich für Menschen ein Thema, wenn Impulse und Affekte schwer kontrollierbar sind. Eine wesentliche Ursache für Menschen mit intellektuellen Einschränkungen ist das Erleben von Überforderung bei gestellten Aufgaben. Viele Menschen mit intellektueller Einschränkung verfügen nur über ein geringes Maß an Frustrationstoleranz, was bei Überforderung schnell zu Aggressionen oder heftigen emotionalen Reaktionen führen kann. In akuten Situationen sollte ein möglichst reizarmer Rückzugsort aufgesucht werden (bspw. im Bereich der Umkleidekabine), der Raum zur Deeskalation bietet. Bei der Deeskalation ist zu empfehlen:

- Vermeidung von Blickkontakt und Berührungen, um keinen zusätzlichen Stress zu produzieren
- keine Stärke oder Macht gegenüber den Aktiven demonstrieren
- Sprache ruhig und unaufgeregt einsetzen
- möglichst kontrolliert, strukturiert und vorhersehbar reagieren
- abwarten, negative Fokussierung umlenken und/oder auf andere Themen ablenken
- Verständnis für den auslösenden Stressfaktor demonstrieren und kommunizieren (anderes Gruppenmitglied, gestellte Aufgabe, gezeigtes Verhalten etc.)

Noch entscheidender ist die Prophylaxe derartiger Situationen, die sich durch Trainerinnen und Trainer in der Gestaltung von Aufgaben und Trainingsinhalten entscheidend beeinflussen lässt: Angemessene Aufgaben, die sich an den Stärken der Aktiven orientieren und bei Erfüllung regelmäßig positiv verstärkt werden, werden zu mehr Verträglichkeit führen und auch das Selbstbewusstsein der Athletinnen und Athleten mit intellektueller Beeinträchtigung nachhaltig stärken.

Hinweis Sensorik

Neben kognitiven, psychosozialen und motorischen Einschränkungen können Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung auch vielfältig sensorisch eingeschränkt sein. Hinsichtlich leichter Berührungen können bspw. Überempfindlichkeiten vorliegen (z. B. schon durch Textilnähte oder Wassertropfen), was im Sport folglich weitere Überlegungen nach sich zieht, wenn taktile Hilfestellungen nicht ohne Weiteres möglich sind. In Übereinkunft mit den Aktiven und deren Angehörigen müssen dann individuelle Wege abgesprochen und erprobt werden (bspw. das Überlegen eines Handtuchs auf die betroffenen Körperstellen oder die Nutzung eines Gegenstands, um einen direkten Körperkontakt zu vermeiden). Außerdem können Empfindungen für Schmerz, Temperatur sowie Hunger- und Sättigung eingeschränkt sein oder sogar fehlen, worüber Kenntnis erlangt und ggf. besondere Beobachtung gewährleistet werden muss.