

2.3 | AUFGABEN DES BEHINDERTENSSPORTS

Sport dient allen Menschen zur bewegungs- und körperorientierten ganzheitlichen Entwicklung der Persönlichkeit. Ziele sind u. a. Gesundheit in physischer, psychischer und sozialer Hinsicht. Dabei kann der Sport auch zu therapeutischen, rehabilitativen, präventiven, nicht zuletzt Wettkampf-Zwecken eingesetzt werden und behält dennoch seinen Eigenwert als gesundheitsfördernde Freizeitverbringung. Guttman (1976) formulierte von Beginn an dieselben Ziele für Para Athleten wie für olympische Sportler. Er sah darüber hinaus den großen therapeutischen Wert für die physische, psychische und sozialen Rehabilitation. Beide Ziele, Wettkampferlebnis und Therapie-Effekt, haben heute noch Bestand (Wegner, 2015, 58).

2.3.1 Rehabilitation - Gesundheitsmotiv - Fitness

In einer zunehmend bewegungsarmen Gesellschaft mit entsprechenden Nachteilen für Gesundheit und Fitness sind Menschen mit Behinderung durch äußere Umstände („Barrieren“), z. T. auch durch die Überbehütung des Elternhauses und die Ausgrenzung aus alltäglichen Bewegungsangeboten (Kindergarten, Schulsportunterricht) noch einmal bewegungs-eingeschränkter, so dass sie schon in jungen Jahren als Risikogruppe für zivilisatorisch bedingte Erkrankungen (Adipositas, Coronarerkrankungen) gelten. Durch das Sportangebot können sie aus dieser Abwärtsspirale herausfinden und einen gesundheitsfördernden Lebensstil entwickeln. Sporttreiben ist ein regelrechtes Prophylaktikum gegen Schmerzen und Unwohlsein (Baumann et al., 2018, 217), da sogenannte Glückshormone wie Dopamine und Endorphine ausgeschüttet werden, die positive Bewusstseinszustände hervorrufen (Abb. 2.5). In diesem Zusammenhang ist das „Deutsche Sport-Abzeichen für Menschen mit Behinderung“ einzuordnen, das die Interessenten zum regelmäßigen, lebenslangen gemeinsamen Sporttreiben anregen soll (DBS-Broschüre, 2020). Dies gilt gleichermaßen für Menschen mit angeborener wie durch Erkrankung oder Unfall erworbener Behinderung.



Abb. 2.5 Freude an der Bewegung fördert Selbstwert und Gruppenidentität

Sport kann für Menschen mit Behinderung zur Rehabilitation dienen, verstanden als Wiederherbeiführung eines früheren Zustands, nicht nur in körperlicher, sondern auch sozialer Hinsicht. Dabei spielt die Heranführung an eine geeignete Sportart, für die der Sportler besondere Eignung und Interesse aufbringen, eine große Rolle (vergl. Köpke, 2018a).

Im Sport ist der Körper zugleich Mittel zur Lösung sportartspezifischer Aufgaben (Tore schießen, Turnübung beherrschen, schnell laufen/fahren, weit springen oder werfen) wie auch Ziel im Sinn einer höheren Leistungsfähigkeit, einer besseren „Fitness“, die über den Sport hinaus im alltäglichen Leben hilfreich ist.

Mit angemessenen sportlichen Aktivitäten steigern Menschen aller Altersgruppen ihre allgemeine Fitness, vergrößern beispielsweise Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit, aber auch ihre koordinativen Fähigkeiten. Das verschafft ihnen Autonomie im Alltag und vergrößert die Teilhabe am öffentlichen Leben, z. B. für Querschnittsgelähmte durch die gesteigerte Rumpf- und Armkraft selbstständiger Sitzwechsel vom Rollstuhl ins Auto, am Arbeitsplatz, zu Hause und beim Sport (Jesel, 2021).

2.3.2 Selbstwert, Lebensqualität

Durch und bei der Ausübung ihres Sports erwerben die Sportler gesundheitsrelevantes Know-how und können nachfolgend eigenverantwortlich sportlich aktiv werden. Dadurch erleben sie den Sport, aber auch sich selber im Sport in einem neuen Rahmen (=Reframing), der positiv besetzt ist. Dies gilt besonders für Menschen, die erst durch einen Unfall oder eine Erkrankung als Jugendlicher oder Erwachsener eine Behinderung erfahren. Durch ihr Sportengagement erleben sie eine neue,

andere Körperlichkeit, die aber positiv besetzt ist. Sie schaffen sich damit ein selbstbestimmtes Handlungsfeld, einen eigenen Lebensstil, für den die Behinderung nur noch der Ausgangspunkt ist.

„Die Erkenntnis, dass man selbst etwas leisten kann, dass man von der Bevölkerung als eine Person wahrgenommen wird, die nicht in erster Linie behindert ist, sondern sportliche Höchstleistungen erbringt, erzeugt wiederum ein Selbstbewusstsein, dass dem ganzen Auftreten der Sportler auch im Alltag guttut“ (Pochstein & Wegner, 2009, 58).

Oft wirkt die Trainingsgruppe als Antrieb auf den Einzelnen zurück, der bestimmte Standards der Fitness, aber auch des alltäglichen Könnens erreichen möchte, damit Hilfskräfte entlastet werden (vom Schuhe zubinden bis zum Ein-/Aussteigen in öffentliche Verkehrsmittel), sie gar entbehrlich macht, den eigenen Aktionsraum vergrößert, autonome Mobilität gewinnt, so dass auch erweiterte Ausbildungen, Berufstätigkeiten, selbstständiges Wohnen und Reisen (wieder) möglich werden. In der Summe all dessen kann der Einzelne einen eigenständigen Lebensstil entwickeln und kultivieren, den er allein, aber auch in Gemeinschaft mit Gleichgesinnten erleben kann.

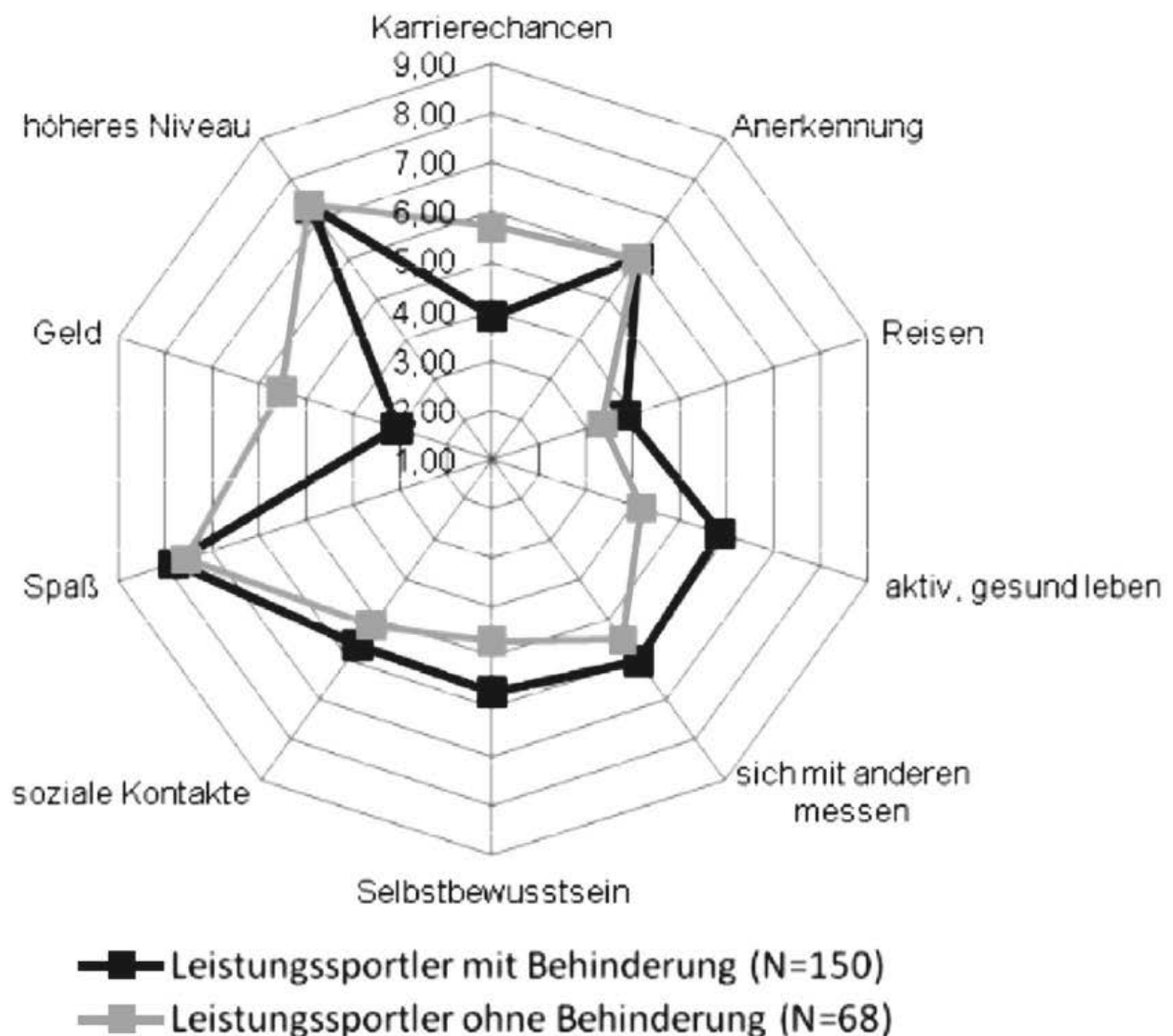


Abb. 2.6 Anreizpräferenzen, Leistungssport zu betreiben, im Vergleich von Leistungssportlern mit und ohne Behinderung (Höner, Kämpfe & Willimczik, 2009, 90)

Abb. 2.6 zeigt die Ergebnisse einer Befragung von Leistungssportlern mit und ohne Behinderung. Man erkennt, dass Leistungssportler mit Behinderung neben dem Gesundheitsmotiv und der positiven Wirkung für das Selbstbewusstsein dem Reisen eine (signifikant) größere Bedeutung zumessen als Leistungssportler ohne Behinderung. Gelderwerb und Karriere dagegen spielen eine geringere Rolle. Bezüglich des Bedarfs nach Anerkennung, sozialen Kontakten und Spaß unterscheiden sich Sportler ohne bzw. mit Behinderung nicht, sodass insgesamt von einer großen Übereinstimmung gesprochen werden kann, die als Indiz für eine Angleichung bzw. Normalisierung der Lebensverhältnisse von Menschen mit Behinderung durch ihr Sportengagement interpretiert werden kann.

2.3.3 Sozial-integrative Funktion

Für viele Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung stellt das Sportangebot der Vereine nicht selten die erste Möglichkeit dar, sich neben Elternhaus, Kindergarten und Schule einen selbstbestimmten Lebensbereich mit Gleichgesinnten zu erschließen. Dies kann durch die Wahl des Vereins und der Sportart, aber auch durch die Entscheidung, in einer Gruppe mit anderen Sportlern mit Behinderung zu trainieren, geschehen, insofern es entsprechende Angebote gibt.

Man spricht von Separation, wenn die Zuordnung in eine Gruppe von Menschen mit Behinderung fremdbestimmt ist (siehe Abb. 2.7 und Schaukasten). Möglich ist auch, dass sich Sportler mit Behinderung in eine Gruppe von Sportlern ohne Behinderung einfügen, das bezeichnet man als Integration. Weitergehend versteht man unter Inklusion, dass Minderheiten in einer Gruppe nicht nur toleriert werden, sondern zu ihrer Identität und ihrer erlebten Erfahrung als Minderheit stehen können und ihre Erfahrungen als Mehrwert bzw. in der Summe als Vielfalt in die Gruppe einbringen, die dadurch stärker und resilienter (=widerstandsfähiger) wird (vergl. Fukuyama, 2020).

Welche Form der Teilhabe bzw. Förderung die geeignete ist, hängt sowohl von der Art und Schwere der Behinderung wie von der Verfassung und der Leistungsfähigkeit der aufnehmenden Gruppe bzw. Einrichtung ab. So ist die Regelschule mit vielen Schülern pro Lehrer bei der Integration von Kindern mit schwerer bzw. Mehrfachbehinderung überfordert, so dass die gute Absicht „ins Leere laufen“, gar gegenteilige Effekte hervorrufen kann. Dann sind solche Schulen besser geeignet, die auf die besonderen Bedürfnisse von Menschen mit Schwerbehinderung eingerichtet sind und ein günstigeres Lehrer-Schüler-Verhältnis aufweisen.

Auch der Sport im Verein (unter Gleichgesinnten) ermöglicht über soziale Kontakte, Wetteifer und Erfolgserlebnisse eine zusätzliche positive Teilhabe. Baumann et al. (2018, 217) empfehlen daher schon während der Rehabilitation ein Sportengagement zu starten, um es danach leichter fortführen zu können.

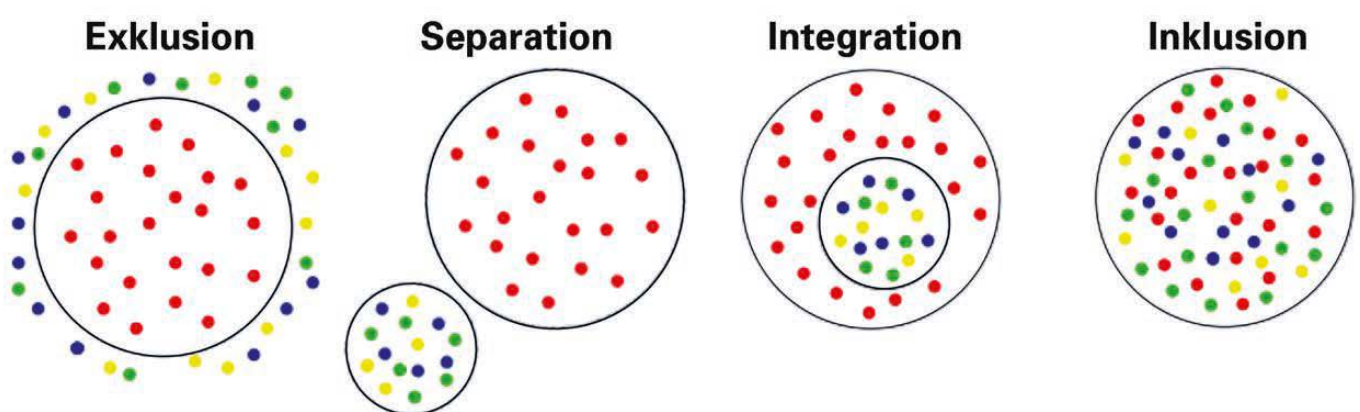


Abb. 2.7 Verschiedene Formen der Ausgrenzung bzw. Einbindung von Menschen mit besonderen Merkmalen (Rödler, 2018)

Schaukasten: Stufen sozialer Teilhabe

- Exklusion = Menschen mit einem Sonderstatus werden als solche identifiziert und als Einzelne aus der Gemeinschaft ausgegrenzt
- Separation = Menschen mit einem Sonderstatus wird ein gesondertes gesellschaftliches Angebot in einem eigenen System außerhalb der Gemeinschaft gewährt bzw. zugewiesen
- Integration = Das Hineinnehmen einzelner Menschen bzw. Personengruppen mit einem Sonderstatus in einen bestehenden Sozialverband, der sich aber nicht ändert
- Inklusion = Ein gesellschaftlicher Prozess, der die Vielfalt menschlichen Daseins ohne Vorbehalte akzeptiert und die Verschiedenheit der Menschen als Chance begreift

Schon Guttman (s. o.) erkannte in den vierziger Jahren des vorigen Jahrhunderts, dass der Sport ein besonders geeignetes Handlungsfeld ist, dass Menschen mit Behinderung eine schwierige Situation bzw. Krise (nach einem Unfall) zu akzeptieren lernen und zu meistern versuchen. Indem ihnen das gelingt, gewinnen sie eine neue (positive) Identität, aber auch eine hohe Integrität, werden im besten Fall zum Vorbild für andere und erzeugen einen Mehrwert für alle. Die Gesellschaft ist daher aufgefordert,

„... Maßnahmen zu treffen, die eine stärkere und gleichberechtigte Teilnahme an Erholungs-, Freizeit- und Sportaktivitäten für Menschen mit Behinderungen zu ermöglichen“ (Schliermann et al., 2014, 24).

Das beinhaltet die Bereitschaft der Öffentlichkeit, den Bau bzw. Zugang zu geeigneten Sportstätten und ein entsprechendes Sportangebot zu ermöglichen. Lehrer, Übungsleiter und Trainer müssen zur Realisierung des Sportangebots gewonnen und qualifiziert werden. Auch erfordert es die Einsicht des familialen Umfeldes, das Sportengagement ihrer Kinder, Angehörigen bzw. Schutzbefohlenen betreffs Ausrüstung, Anfahrt, nicht zuletzt mental zu unterstützen (Abb. 2.8).



Abb. 2.8 Theoretisches Modell zur Teilhabe am und durch Sport (nach Schliermann et al., 2014, 28)

2.3.4 Leistungsaspekt

Im Leistungssport möchten Sportler ohne und mit Behinderung ihre individuelle Leistung optimieren und sich im Wettkampf mit anderen messen, um die Besten zu ermitteln. Dabei gilt es zunächst, im Training entsprechende Fertigkeiten und eine allg. Fitness (Fähigkeiten) zu erwerben, um an ersten Wettkämpfen im lokalen Rahmen teilnehmen zu können, später möglicherweise auf regionalem/nationalen und – im günstigsten Fall – auf internationalem Niveau.

Auch wenn sich auf diesem Wege herausstellen sollte, dass die Voraussetzungen nicht für noch größere Erfolge genügen, werden durch das leistungssportliche Engagement im Training und Wettkämpfen doch die körperliche Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden verbessert, lernt der Sportler leistungssportliches Streben für sich und in der Gruppe kennen, kann weiter aktiv (als Trainer, Funktionär) oder auch passiv als sachkundiger Zuschauer am Leistungssport partizipieren und an Lebensqualität gewinnen, idealerweise lebenslang.



Abb. 2.9 Training und Wettkampf mit leistungsstarken Konkurrenten mobilisieren höchste Intensitäten

2.3.5 Generierung und Nutzung öffentlicher Aufmerksamkeit

In den letzten Jahrzehnten ist der Para Sport verstärkt in den öffentlichen Fokus geraten, hat ein medialer Wandel stattgefunden (Lösel, 2022), wie es verschiedene Indikatoren belegen:

- Die Förderung des Para Sports durch die öffentliche Hand hat stark zugenommen
- Wettkämpfe finden vor z. T. großem Publikum vor Ort, aber auch in den Medien statt
- Sendezeiten über Para Sport-Ereignisse haben stark zugenommen
- Einzelne Para Sportler genießen große mediale Aufmerksamkeit und Zuwendungen
- Sie können als Profi-Sportler zumindest befristet von den Sporteinnahmen leben
- Sie erhalten Tätigkeitsangebote für die Nachsport-Karriere
- Es finden mediale Debatten über Probleme des Para Sports statt

Über die Hintergründe des Aufmerksamkeitszuwachses kann spekuliert werden. Sowohl Doll-Tepper (2015) als auch Quade (2015) sehen die „Rückkehr“ der Paralympischen Spiele an die Sportstätten, an denen jeweils kurz zuvor die Olympischen Spiele ausgetragen wurden, als einen wichtigen Grund für die seither (1988) steigende öffentliche Aufmerksamkeit im Para Sport. Durch die dadurch ausgelöste regelmäßige, immer umfangreicher gewordene Berichterstattung werden Vorbehalte ab- und Vertrautheit aufgebaut, so dass der Para Sport als Normalität im Kanon der

vielen medialen Sportangebote erlebt wird (Kauer-Berk & Bös, 2015), was auch unter dem Schlagwort der Kontakt-Hypothese (s. o., Wegner, 2015) subsummiert werden kann: Je höher die Kontakte-Dichte, um so positiver die Wahrnehmung. So ist es frappierend, zu welchen sportlichen Leistungen Sportler trotz schwerer, z. T. Mehrfach-Behinderungen fähig sind. Die Zuschauer sind zuerst verblüfft, dann begeistert. Sicher spielen dabei einzelne herausragende, medienwirksame Athleten eine gewichtige Rolle.

Auch die Technisierung einzelner Behinderungsklassen bzw. Sportarten und die damit verbundenen Leistungssprünge bis in den Bereich der olympischen Leichtathletik generieren Aufmerksamkeit und sind für die öffentliche Wertschätzung des Para Sports bedeutsam. Bedeutsam ist auch der allgemeine Bewusstseinswandel im Sinne einer Aufwertung und Gleichstellung von Menschen mit Behinderung, wie sie zuvor diskutiert wurde. All diese Faktoren treten in eine positive Wechselwirkung zugunsten der öffentlichen Aufmerksamkeit und generieren eine immer noch steigende öffentliche und private Förderung des Para Sports.

Körperlich hoch aktiv und erfolgreich eignen sich Para Sportler als Vorbilder für andere Menschen mit und ohne Behinderung. Sie zeigen, dass sie mit der Akzeptanz und der Bewältigung ihrer Einschränkungen (und wer hat keine?) den entscheidenden Schritt zur vollen gesellschaftlichen Teilhabe schaffen können. Aus den passiv wahrgenommenen „Behinderten“ werden Menschen, ja „Experten“ für die Bewältigung von Schwierigkeiten (Köpke, 2018, 24).

2.3.6 Rechte und Anrechte von Sportlern mit Behinderung

Rehabilitation bedeutet dem Wortursprung nach nicht nur die Wiederherstellung der körperlichen und psychischen Leistungsfähigkeit, sondern auch die Wiedererlangung des sozialen Status' (Lösel, 2022, 40) bzw. der „zuvor gewährten Rechte“, wie sie jedem Mitglied der Gesellschaft zugestanden werden. Solche Rechte und Ansprüche treffen auch bzw. insbesondere auf Menschen mit Behinderung zu, die sich dessen aber oft nicht bewusst sind (Köpke, 2018a). Sie bzw. ihre Angehörigen müssen darüber aufgeklärt werden, auf welche materielle und personelle Hilfe sie ein Anrecht haben. Diese Rechte schließen auch die Ausübung eines geeigneten Sports und die (anteilige) Übernahme der damit verbundenen Kosten ein, z. B. für einen sporttauglichen Rollstuhl oder eine Prothese.

„... wurde endlich nach langem Kampf mit der Krankenkasse ein Sport-Rollstuhl für mich bewilligt“ (Dietz in Lösel, 2022, 68).

Diese Rechte können von der öffentlichen Hand nur gewährt werden, wenn sie von den Anwärtern entsprechend beantragt, gegebenenfalls auch auf gerichtlichem Wege von den Kostenträgern eingefordert werden. Gerade sozial und finanziell schlechter gestellte Familien nutzen diese Möglichkeiten nur unvollkommen, so dass ihre Kinder mit Behinderung eine zusätzliche

Benachteiligung erfahren, die zulasten ihres Sportengagements geht. Viele mögliche Talente werden somit gar nicht erkannt und können ihre leistungssportlichen Potentiale gar nicht erfahren, geschweige denn realisieren. Hier ist eine sorgfältige und fachkundige Beratung in den Schulen und Vereinen erforderlich, wie sie in einzelnen Bundesländern professionell durchgeführt wird (z. B. Brandenburg), damit möglichst viele Menschen mit Behinderung die Chancen verbesserter sozialer Teilhabe durch den Sport nutzen können.