

Frank Francesco Birk

## Ableismus – Massnahmen zur Antidiskriminierung von Menschen mit Behinderung

### Zusammenfassung

Der Begriff Ableismus meint unterschiedliche Diskriminierungsformen gegenüber Menschen mit Behinderung und etabliert sich langsam auch im deutschsprachigen Raum. Dieser Beitrag zeigt auf, welches Potenzial die Heilpädagogik hat, um Ableismus entgegenzuwirken. Klassische Massnahmen wie beispielsweise (kollegiale) Beratung, Rollenspiele sowie Psychomotorik werden genutzt, um aufzuzeigen, wie mit Ableismus im Alltag umgegangen werden kann und welche Handlungsstrategien dabei eingesetzt werden können.

### Résumé

La notion de capacitisme désigne différentes formes de discrimination à l'égard des personnes en situation de handicap. Cette notion commence à s'établir également dans l'espace germanophone. Cet article montre quel potentiel a la pédagogie spécialisée pour affronter le capacitisme. Des mesures classiques, comme par exemple le conseil (collégial), les jeux de rôles ainsi que la psychomotricité, sont exploitées pour montrer comment on peut réagir au quotidien face au capacitisme et quelles stratégies d'action peuvent être mises en œuvre.

**Permalink:** [www.szh-csps.ch/z2021-04-05](http://www.szh-csps.ch/z2021-04-05)

### Bedeutung von Ableismus

Ein Beispiel, das verdeutlichen soll, wie Menschen mit Behinderung im Alltag diskriminiert werden können: Ein erwachsener Mann mit Trisomie 21 geht mit einem Freund spazieren. Den beiden kommt ein älteres Ehepaar entgegen. Die Frau sagt zu ihrem Mann: «Lass uns auf die andere Strassenseite gehen, da kommt schon wieder so einer!»

Diskriminierung meint im Allgemeinen «die Verwendung von kategorialen, das heisst vermeintlich eindeutigen und trennscharfen Unterscheidungen zur Herstellung, Begründung und Rechtfertigung von Ungleichbehandlung mit der Folge gesellschaftlicher Benachteiligungen» (Scherr, 2016, S. 1). Diese diskriminierenden Strukturen werden differenziert zwischen Gruppenkategorien (z. B. Migrations-, Roma- und Sinti-Hintergrund) und Personenkategorien (z. B. Behinderung, Geschlecht). Wenn Personen oder

Gruppen Diskriminierung erfahren, «wird der Status des gleichwertigen und gleichberechtigten Gesellschaftsmitglieds bestritten; ihre faktische Benachteiligung wird entsprechend nicht als ungerecht bewertet, sondern als unvermeidbares Ergebnis ihrer Andersartigkeit betrachtet» (ebd.). Neben bekannten Diskriminierungsformen wie Rassismus, Antisemitismus oder Antiziganismus stellt *Ableismus* eine bis heute kaum explizit erwähnte Diskriminierungsform dar.

Die Begriffe Ableismus (engl.: *ablism*: to be able: fähig sein), *Handicapism* (engl. *handicap*: Benachteiligung, Vorbelastung, Erschwerung) und *Disableismus* (engl.: *disablism*; to *disable*: unfähig machen bzw. behindern) sind synonym zu nutzen. Sie stehen für «die alltägliche Reduktion eines Menschen auf seine Beeinträchtigung» (Interessenvertretung Selbstbestimmt Leben in Deutschland e. V., 2018, S. 4). Oftmals wer-

den Menschen mit Behinderung oder chronischen Erkrankungen bezüglich ihres (körperlichen) «Defekts» diskriminiert. Für Pieper und Haji Mohammadi (2014, S. 9) ist Ableismus «eine, wie selbstverständlich vorhandene, wirkmächtige Struktur von Überzeugungen, Bildern, Praktiken, baulichen Strukturen, Werkzeugen und Institutionen, die bestimmte Fähigkeiten (maximal leistungsfähig zu sein) als fraglose Norm unterstellt». Es ist eindimensional, «Behindert-Sein» auf rein physische (Nicht-)Gegebenheiten zu reduzieren (Maskos, o. J.). Vielmehr beinhaltet «Behindert-Sein» eine kulturelle Tradition von Zuschreibungen, Stereotypen sowie mitleidigen, verachtenden bis hin zu eliminatorischen Praxen. «Behindert-Sein» umfasst auch die Kategorien des bürgerlichen Rechts, das Körper in behindert oder nicht-behindert, Person oder Nicht-Person, Frau oder Mann einteilt» (ebd.). Das Antidiskriminierungsbüro Sachsen e. V. (o. J.) nennt folgende Formen, in denen sich Ableismus zeigt:

- Nicht-Thematisierung der Behinderung
- Überbetonung der Behinderung: Die Behinderung, nicht der Mensch steht im Vordergrund.
- positive Diskriminierung (engl. *Affirmative Action*): gesellschaftspolitische Massnahmen, die soziale Benachteiligung ausgleichen sollen; Vorteilsgewährung für Menschen mit Behinderung.
- direkte Feindseligkeit: Abwertung wegen Behinderung
- paternalistische Fürsorge: Zuschreibung von Hilfsbedürftigkeit und Opferstatus
- Vermeidungsverhalten: Viele Menschen sind im Umgang mit Menschen mit Behinderung verunsichert und scheuen den Kontakt.
- Projektion von eigenen Ängsten auf Menschen mit Behinderung
- Ausgrenzung wegen abweichender Körperlichkeit (engl. *bodyshaming*)
- besondere Betonung der Mehrheitsnormen: z. B. Leistungsfähigkeit, Ästhetik, Selbstbestimmung/Autonomie

Weiter wird Menschen mit Behinderung oftmals unterstellt, dass sie lebenslang in Abhängigkeit leben («ewige Kinder sind»), Leistungen empfangen (Bild von Menschen mit Behinderung bettelnd mit Mütze in der Hand), defizitär / weniger leistungsfähig sowie bemitleidenswert sind (Theunissen & Plaute, 2003).

Im Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen wird in mehr als zehn Artikeln explizit auf die Diskriminierung von Menschen mit Behinderung eingegangen. Gemäss Artikel 2 bedeutet «Diskriminierung aufgrund von Behinderung» jede Unterscheidung, Ausschliessung oder Beschränkung aufgrund von Behinderung, die zum Ziel oder zur Folge hat, dass das auf die Gleichberechtigung mit anderen gegründete Anerkennen, Geniessen oder Ausüben aller Menschenrechte und Grundfreiheiten im politischen, wirtschaftlichen, sozialen, kulturellen, bürgerlichen oder jedem anderen Bereich beeinträchtigt oder vereitelt wird. Sie umfasst alle Formen der Diskriminierung, einschliesslich der Versagung angemessener Vorkehrungen». In Artikel 8, Absatz 1b ist verankert, dass «Klischees, Vorurteile und schädliche Praktiken gegenüber Menschen mit Behinderungen, einschliesslich aufgrund des Geschlechts oder des Alters, in allen Lebensbereichen zu bekämpfen» sind. Folgende Massnahmen sind u. a. in der UN-Behindertenrechtskonvention verankert: dauerhafte Kampagnen zur Bewusstseinsbildung der Gesellschaft, Förderung einer respektvollen Einstellung sowie Durchführung von

Schulungsprogrammen zur Schärfung von Rechten von Menschen mit Behinderung.

Von Intersektionalität (engl.: *intersection*: Schnittpunkt, Schnittmenge) spricht man, wenn sich bei einer Person mehrere Diskriminierungskategorien überschneiden – Ethnizität, Religion, Körperlichkeit, Geschlecht, Behinderung, Nationalität, sexuelle Orientierung, Alter, Familienstand, Beruf, Einkommen, Vermögen und Bildung sowie Gesundheit (Walgenbach, 2017; Birk & Mirbek, 2020). Diese Diskriminierungskategorien können in Kombination auftreten sowie sich demnach «wechselseitig verstärken, abschwächen oder auch verändern» (Winker & Degele, 2010, S. 10). Als Beispiel hierfür kann angeführt werden, dass die Sozialisation von Frauen mit einer Behinderung oftmals heute noch davon geprägt ist, «dass sie nicht schön und begehrenswert sind und die klassische Frauenrolle als Partnerin und Mutter für sie nicht infrage kommt» (Koebsell, 2009, S. 6). Daneben lernen Mädchen mit einer Behinderung auch, «dass sie mehr Leistung als andere bringen müssen, um so selbständig wie möglich zu sein und zwar sowohl hinsichtlich der Selbstsorge wie auch hinsichtlich der finanziellen Unabhängigkeit» (ebd.). Zusammenfassend geht man vor dem Hintergrund der Intersektionalität davon aus, dass es umso wahrscheinlicher ist, Diskriminierung zu erfahren, desto mehr Diskriminierungskategorien von der sogenannten Normgesellschaft abweichen.

### **Ableismus im Alltag**

Nachfolgend werden drei Beispiele aus dem Alltag dargestellt, die verdeutlichen sollen, in welchen Situationen Menschen mit Behinderung von Ableismus betroffen sein können:

- direkte Feindseligkeit: Eine Jugendliche mit einem Bein möchte mit ihren Freun-

dinnen in die Diskothek gehen. Der Türsteher kommentiert: «Du willst hier tanzen? Ob das wohl gut geht?»

- paternalistische Fürsorge: Eine erwachsene Frau im Rollstuhl ist im Supermarkt und möchte sich gerade ein Brot aus dem Regal holen. Ein Herr sieht dies und sagt: «Bleib sitzen, ich hole dir das Brot runter. Für dich ist das zu anstrengend.»
- Vermeidungsverhalten und direkte Feindseligkeit: Bei einer Mitgliederversammlung eines Sportvereins erzählt der Vorsitzende über Inklusion in seinem pädagogischen Beruf. Ein anderes Mitglied erwidert, dass es sehr interessant sei, aber dass solche Menschen bitte nicht in den Verein mitgebracht werden sollen.

Diese Beispiele zeigen unterschiedliche Situationen, in denen Menschen mit und ohne Behinderung Ableismus erfahren. Manche Menschen nehmen die Situationen sehr persönlich, andere Personen reagieren mit Humor, andere wiederum werden aggressiv. Heilpädagoginnen und Heilpädagogen haben die Aufgabe, Menschen mit Behinderung bei der Verarbeitung von Diskriminierung zu unterstützen. Allenfalls können sie Kontakt zu anderen Betroffenen aufnehmen und sofern nötig rechtliche Schritte einleiten. Nachfolgend werden mögliche Massnahmen dargestellt, die helfen können, mit diskriminierenden Situationen im Alltag besser umgehen zu können.

### **Allgemeine Massnahmen gegen Ableismus**

Die Antidiskriminierungsarbeit mit Menschen mit Behinderung ist ein ziemlich neues Handlungsfeld der Heilpädagogik. Aus diesem Grund existieren noch nicht viele Best-Practice-Beispiele. Die Interessenvertretung *Selbstbestimmt Leben in Deutschland e. V.*

zeigt aber Strategien auf. Diese werden nachfolgend mit Beispielen illustriert.

*Ungleichbehandlung ansprechen:* Falls eine Ungleichbehandlung wahrgenommen wird, sollte diese direkt angesprochen werden. Es ist jedoch darauf zu achten, dass nicht jede Ungleichbehandlung auch eine Diskriminierung ist. Folgende Formen von Ungleichbehandlung sollten beispielsweise thematisiert werden:

- unmittelbare Benachteiligung: Eine Person mit Behinderung erhält einen Job aufgrund ihres Geschlechts und/oder ihrer Behinderung nicht.
- mittelbare Benachteiligung: eine ausnahmslose Durchsetzung der Pflicht, eine Mund-Nasen-Bedeckung zu tragen, obwohl ein Attest zur Befreiung von der Tragepflicht vorliegt.
- sexuelle Belästigung: Eine Frau mit Behinderung wird von einem Kollegen unsittlich angefasst.

*Fachpersonen und Angehörige einbeziehen:* Falls Ungleichbehandlungen auftreten, können Heilpädagoginnen und Heilpädagogen oder andere beauftragte Personen (z. B. Inklusions- bzw. Behindertenbeauftragte) Beschwerdestellen oder einen Rechtsbeistand zurate ziehen. Diese können professionell unterstützen und notfalls rechtliche Schritte begleiten.

*Kommunikation:* Bei diskriminierenden Äusserungen können anstelle einer Rechtfertigung Gegenfragen gestellt werden: «Wie kommen Sie darauf, dass ...?» Schlagfertig zu kontern ist ein weiteres Mittel, wenn negative Äusserungen gemacht werden. Situationsbedingt kann beispielsweise gesagt werden, dass man zumindest einen Parkplatz auf sicher hat. Weitere mögliche Mittel wären: Ignorieren bzw. keine Erwiderung,

Aufklärung in allen Lebensbereichen (z. B. Beruf, Freizeit, Schule) durch kollegialen Austausch oder Peer-Beratung. Zur Vorbereitung solcher Beratungen können im Vorfeld schwierige Situationen eingeübt und passende Antworten zurechtgelegt werden.

*Engagement:* Menschen mit Behinderung sowie Heilpädagoginnen und Heilpädagogen können sich politisch engagieren und andere Menschen über Ableismus aufklären, indem sie Informationsmaterialien zur Verfügung stellen und Informationsveranstaltungen (z. B. Seminare, Workshops, Fortbildungen) in Bildungsinstitutionen durchführen.

*Umgang mit negativen Gefühlen:* Negative Gefühle können kanalisiert bzw. deren Aufarbeitung durch die Heilpädagoginnen und Heilpädagogen begleitet werden. Man kann Musik hören, spazieren gehen, laut schreien, Tagebuch führen, Gedichte verfassen, singen, malen, über negative Situation reden, Sport treiben oder eine Selbsthilfegruppe aufsuchen (Interessenvertretung Selbstbestimmt Leben in Deutschland e. V., 2018).

Die Aufgabe der Heilpädagogin bzw. des Heilpädagogen bei der Aufklärungsarbeit ist es, den Austausch mit anderen Betroffenen zu fördern. Viele Menschen fühlen sich mit ihrem Schicksal allein. Jedoch erfahren viele Menschen unterschiedliche Arten von Diskriminierung, bezogen auf ihre Behinderung bzw. chronische Erkrankung. Hierbei kann ein Austausch im Sinne einer Peer-Beratung bzw. Selbsthilfe unterstützen, Strategien zu entwickeln, um unangenehme Situationen besser zu meistern bzw. diesen aus dem Weg zu gehen. Zudem ermöglicht der Austausch auch eine Reflexion über Handlungsstrategien. Nachfolgend werden spiel- und bewegungsorientierte Methoden

vorgestellt, die helfen, mit den Herausforderungen umzugehen.

### **Massnahmen in der Einzel- und Gruppenarbeit**

In der diskriminierungssensiblen heilpädagogischen Arbeit können diverse Massnahmen durchgeführt werden. Empowerment sollte bei allen Interventionen im Vordergrund stehen, mit dem Ziel, Selbstverantwortungs- und Selbstbestimmungspotenzial zu entfalten. Insbesondere Rollenspiele in Selbsthilfegruppen oder im kollegialen Kontext eignen sich gut, um Erfahrungen nachzuspielen. Idealerweise können so Handlungsspielräume erweitert sowie individuelle Strategien entwickelt werden, um besser mit schwierigen Alltagssituationen umzugehen. Hierfür ist eine achtungsvolle Begleitung eine wesentliche Voraussetzung.

Auch die psychomotorische Intervention ist eine Option. So können beispielsweise körpernahe Übungen im Dialog mit der Adressatin bzw. dem Adressaten mit dem Ziel erarbeitet werden, eine Sensibilisierung gegenüber der eigenen Körperlichkeit zu ermöglichen. Durch Körperschema- bzw. Körperbild-Übungen könnte diese Sensibilisierung erreicht werden – ein paar Beispiele:

- Nachlegen des Körperumrisses mit verschiedenen Materialien (Natur- oder Alltagsmaterialien) und über Selbst- und Fremdwahrnehmung ins Gespräch kommen
- Reflexionsmethoden: z. B. den Körper malen oder mit Ton formen und nach der Gestaltung über die Selbstwahrnehmungen sprechen
- Übungen bzw. Rollenspiele, um andere Gang- bzw. Haltungsmuster einzunehmen: Wie bewege ich mich selbstbewusst oder wie kommuniziere ich mit anderen Personen?

- Übungen zum Thema «Grenzen setzen»: Personen auf sich zukommen lassen und diese verbal mit einem «Stopp-Ruf» aufhalten
- Entspannungsverfahren (z. B. Massagen, Eutonie oder progressive Muskelentspannung)
- Ja-Nein-Übung: Die Teilnehmenden bilden Paare. Eine Person sagt in unterschiedlicher Intensität (z. B. Lautstärke, mimisch, gestisch, Stimmlage) «Ja» und die andere Person sagt «Nein». Das «Ja» oder «Nein» kann auch ersetzt werden, zum Beispiel durch «Ich bleibe hier» oder «Hau ab.»

Diese Methoden ermöglichen es, ein Selbstbewusstsein und Selbstkonzept aufzubauen, damit man mit schwierigen Alltagssituationen besser umgehen kann. Neben bewegungsorientierten Angeboten können kreative Angebote durchgeführt werden, um dem Erlebten einen Ausdruck zu verleihen.

### **Fazit**

Das Konzept des Ableismus wird im deutschsprachigen Raum erst seit Kurzem diskutiert. Die vorgestellten Methoden sollten im Studium und in der (heil-)pädagogischen Arbeit einen festen Platz haben, da viele Menschen mit Behinderung direkte und indirekte Diskriminierung erfahren. Menschen mit Behinderung Strategien zum Umgang mit Ableismus zu vermitteln, ist eine innovative Arbeitsweise, die sich auch zu einem neuen Handlungsfeld der Heilpädagogik entwickeln kann. Antidiskriminierungsangebote in Selbsthilfegruppen, in heilpädagogischen Praxen, in Ämtern sowie in Bildungseinrichtungen sind sehr bedeutsam und sollen nicht nur Betroffene erreichen, sondern auch Menschen, die sich mit Ableismus noch nicht auseinandergesetzt haben.

Bewegung und Spiel sind gute Möglichkeiten, um das Empowerment zu fördern. Informationen über die Diskriminierungsmechanismen sowie über Grundlagen der Heilpädagogik werden im Fachdiskurs in Zukunft an Bedeutung gewinnen. Die Heilpädagogik als Disziplin eignet sich besonders, um gegen Ableismus vorzugehen und Alternativen aufzuzeigen. Denn sie hat mit Menschen mit Behinderung, Angehörigen, Fachpersonen und Institutionen zu tun und kann diese vernetzen, sodass man gemeinsam gegen Diskriminierung vorgehen kann.

## Literatur

- Antidiskriminierungsbüro Sachsen e. V. (o. J.). *Behindertenfeindlichkeit*. [www.adb-sachsen.de/de/glossar?letter=B#adbGlossary-11](http://www.adb-sachsen.de/de/glossar?letter=B#adbGlossary-11)
- Birk, F. F. & Mirbek, S. (2020). Bodyshaming – der diskriminierte Körper – Diskriminierungssensible Arbeit als ein Thema der Psychomotorik. *Praxis der Psychomotorik. Zeitschrift für Bewegungs- und Entwicklungsförderung*, 45(3), 172–175.
- Interessenvertretung Selbstbestimmt Leben in Deutschland e. V. (2018). *Ableismus erkennen und begehen. Strategien zur Stärkung von Selbsthilfepotenzialen*. Kassel: Eigenverlag.
- Koebse, S. (2009). «Passives Akzeptieren» und «heroische Anstrengung» zum Zusammenspiel von Behinderung und Geschlecht. [www.zedis-ev-hochschule-hh.de/files/koebse\\_geschlecht\\_behinderung.pdf](http://www.zedis-ev-hochschule-hh.de/files/koebse_geschlecht_behinderung.pdf)
- Maskos, R. (o. J.). *Was heißt Ableism? Überlegungen zu Behinderung und bürgerlicher Gesellschaft*. <http://bidok.uibk.ac.at/library/maskos-ableism.html>
- Pieper, M. & Haji Mohammadi, J. (2014). Partizipation mehrfach diskriminierter Menschen am Arbeitsplatz. Ableism und Rassismus – Barrieren des Zugangs. In G. Wansing & M. Westphal (Hrsg.), *Behinderung und Migration Inklusion, Diversität, Intersektionalität* (S. 221–251). Wiesbaden: VS Springer.
- Scherr, A. (2016). *Diskriminierung/Antidiskriminierung – Begriffe und Grundlagen*. [www.bpb.de/apuz/221573/diskriminierung-antidiskriminierung-begriffe-und-grundlagen](http://www.bpb.de/apuz/221573/diskriminierung-antidiskriminierung-begriffe-und-grundlagen)
- Theunissen, G. & Plaute, W. (2003). *Handbuch Empowerment und Heilpädagogik*. Freiburg: Lambertus.
- Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (UN-Behindertenrechtskonvention, UN-BRK), vom 13. Dezember 2006, durch die Schweiz ratifiziert am 15. April 2014, in Kraft seit dem 15. Mai 2014, SR 0.109.
- Walgenbach, K. (2017). *Heterogenität, Intersektionalität, Diversität in der Erziehungswissenschaft*. Opladen: Budrich.
- Winker, G. & Degele, N. (2010). *Intersektionalität. Zur Analyse sozialer Ungleichheiten*. Bielefeld: Transcript.



Dr. Frank Francesco Birk  
Motologe M. A.  
Kindheitspädagoge B. A.  
Motopäde  
Erzieher und Kulturpädagoge  
[frankbirk2003@yahoo.de](mailto:frankbirk2003@yahoo.de)