



Anstarren oder Wegsehen?

*Erfahrungen im Alltag und wertvolle Tipps
von und mit Menschen mit Behinderungen*



DIVEREX



Leseprobe

edition  winterwork

DIVEREX®

Anstarren oder Wegsehen?

Erfahrungen im Alltag und wertvolle Tipps
von und mit Menschen mit Behinderungen

Vorwort:

Liebe Leser, bitte haben Sie Verständnis für das ungewöhnliche Layout. Wir möchten dieses Buch auch für Leute mit starken Sehbehinderungen lesbar machen und haben uns daher für eine größere Schrift mit 1,5-fachen Zeilenabstand entschieden.

Die Verbindung von geschriebenem Wort in Kombination mit dem Hörbuch soll möglichst große Barrierefreiheit schaffen.

Dadurch hoffen wir, möglichst viel Gutes für Menschen mit Handicap und deren Umfeld bewirken zu können.

Dieses Buch bildet eine Sammlung von Erfahrungen und Meinungen von Menschen mit und ohne Handicap ab.

Es hat weder den Anspruch auf Vollständigkeit noch auf Perfektion.

Wir erhoffen und wünschen uns, dass dieses Buch zwischen Menschen mit und ohne Handicap weitergereicht werden kann.

Nun lassen Sie uns gemeinsam starten.

Sascha Stoltze, Rollstuhlfahrer



Anstarren oder Wegsehen?

Im Jahr 2007 hatte ich einen der typischen Motorradfahrerunfälle, die Sie aus Radio oder Fernsehen kennen. Ein über 80-jähriger Autofahrer hat mir die Vorfahrt genommen. In diesem Moment hat sich mein ganzes Leben und das Leben meines näheren Umfeldes komplett geändert.

Aus meinen Erfahrungen als laufender Mensch und denen der letzten Jahre aus Sichtweise eines Menschen mit Handicap kann ich Ihnen im Folgenden einige Dinge mitteilen, die Ihnen vielleicht weiterhelfen können.

Ich möchte Ihnen eine kleine Auswahl von Begebenheiten aus meinem Alltag als Rollstuhlfahrer und die Reaktionen meiner Mitmenschen in Deutschland und in anderen Ländern näherbringen. Vorher möchte ich kurz erzählen, wer ich bin.

Geboren wurde ich 1972 im Gebiet der ehemaligen DDR. Ich hatte keinen reibungslosen Start ins Leben.

Aufgrund einer embryonalen Fehlbildung musste ich während meiner Kindheit und Jugend oft diverse medizinische Behandlungen und Eingriffe über mich ergehen lassen.

Aufgrund dessen ist mir der Krankenhausalltag schon lange Zeit vor meinem Verkehrsunfall bekannt gewesen. Sogar meine Ehefrau lernte ich auf der Urologie kennen, im Rahmen der Entfernung meiner rechten Niere.

Ich besuchte eine Schule für Körperbehinderte in Karl-Marx-Stadt, danach eine allgemeinbildende Schule, die POS (Polytechnische Oberschule). Nach meinem Schulabschluss 1988 begann ich meine Lehre als Industriekaufmann.

Genau drei Monate war ich bis zur – wendebedingten - Kündigung in meinem Beruf tätig.

Einige Zeit der Orientierungslosigkeit ließen mich als jungen Erwachsenen auf unkluge Gedanken kommen. Andere würden es als Lehre fürs Leben sehen.

Meinen Lebensunterhalt verdiente ich durch diverse Nebentätigkeiten, um meine Erwerbsunfähigkeitsrente aufgrund meiner Vorerkrankung aufzustocken.

Ende der 90er Jahre absolvierte ich ein Fernstudium zum Diplomprogrammierer (SGD) für die Programmiersprache C++. Unter anderem programmierte ich Lernsoftware.

Später spezialisierte ich mich auf Onlineanwendungen in verschiedenen Programmiersprachen und die Erstellung und Optimierung von Websites. Diese Tätigkeit übe ich auch derzeit noch für DIVEREX aus.

Aufgrund der folgenden, in Deutschland sehr häufig vorkommenden Gegebenheit, bin ich auf den Buchtitel 'Anstarren oder Wegsehen' gekommen.

Die ein oder andere Situation wird Ihnen bekannt vorkommen.

Gemeinsame Erlebnisse



Dass ich überhaupt Mitglied in einem Verein bin, dazu bedurfte es einigen Nachdrucks. Allein wäre ich diesen Schritt nicht gegangen. Zu groß war meine Verunsicherung gegenüber dem Unbekannten.

Ich hätte es insbesondere ohne Hilfe von außen jetzt noch nicht gemacht, da ich nicht sicher war, ob die für mich immer notwendige Hilfe stets verfügbar ist.

Ein Praxisbeispiel: Auf dem Weg zur Schießanlage ist jeweils eine Treppe hoch und runter zu bewältigen. Die Pfeile kann ich zwar allein in die Scheibe schießen, jedoch nicht in jedem Fall alleine herausziehen.

Wie soll ich das bewerkstelligen?

Ist ständig jemand verfügbar, um mich zu unterstützen?

Hat derjenige dazu auch Lust?

Falle ich jemandem zur Last?

Viele solche Gedanken beschäftigten mich im Vorfeld.

Sanfte Hilfe – und der damit verbundene Anschub – kam von meinem Physiotherapeuten Eddie.

Und dafür bin ich ihm heute sehr dankbar.

Jetzt sitze ich hier und schreibe in einem Buch darüber.

Danke, Eddie :-)

Rückblickend nach einigen Jahren im Verein kann ich feststellen, dass alles viel stressfreier, einfacher und unspektakulärer verläuft, als ich zuvor dachte.

Anfänglich gab es sicherlich das ein oder andere Problem bzw. Missverständnis. Alle Beteiligten haben sich

bemüht, die auftretenden Herausforderungen anzugehen, mir gern geholfen. So werde ich immer dabei unterstützt, den steilen Berg im Freigelände zu überwinden oder die zwei Treppenabsätze in der Bogensporthalle zu bewältigen.

Ich bin der Meinung, dass die Mitglieder meiner Bogensportgruppe nun auch viel mehr über die Belange einer Behinderung wie meiner wissen. Sie greifen zu, helfen, werden selbst wohl nie Behindertenparkplätze mißbrauchen.

Es profitieren alle Beteiligten von gemeinsamen Erlebnissen. Diese gemeinsamen Erfahrungen sensibilisieren ungemein.

Mein Tipp: Suchen Sie gezielt den Austausch untereinander. Dieser hilft, Missverständnissen vorzubeugen, Hemmschwellen abzubauen. Wichtig hier: aufkommende Unsicherheiten sofort ansprechen.

Weil es viele Dinge gibt, die man als Mensch ohne Behinderung nicht oder anders sieht/denkt/fühlt als der direkt Betroffene. Denn eine Behinderung erschwert vieles, macht manches auch einfacher.

Auf jeden Fall hat man einen anderen Blickwinkel oder ist, vielleicht aufgrund von Taubheit oder Blindheit, voll auf seine funktionstüchtigen Sinne angewiesen. Wie würde sich Ihr Leben anfühlen, so ganz ohne Augenlicht? Schon die Vorstellung fällt Ihnen schwer? Überlegen Sie, was Ihnen dann helfen würde, ein angenehmes Leben zu führen. Und dann überlegen Sie bitte, was konkret davon Sie den Leuten mit Sehbehinderungen in Ihrem Umfeld zukommen lassen können. Es hilft oft meistens schon, einfach nur vorurteilsfrei und freundlich miteinander zu kommunizieren.

Das ist ein großer, wichtiger erster Schritt.

In unserem Verein ermöglichen wir es beispielsweise einem sehbehinderten Menschen mit nur 2% Sehkraft, Pfeil und Bogen zu schießen. Hier geht es uns weniger um das Treffen, viel mehr um das Gemeinschaftsgefühl. Und mit entsprechender Hilfestellung ein unbeschreibliches Erlebnis für alle Teilnehmer und natürlich auch der ein oder andere lustige Moment.

Auch ich erlebte oft an dem steilen Berg zum Trainingsplatz hinauf im Laufe der Jahre viele verrückte Situationen, über die wir jetzt noch lachen.

Durch die Hilfestellung und Zusammenarbeit untereinander entstehen viele gemeinsame Erlebnisse. Das verbindet.

Auch für Menschen mit geistigen Handicaps gilt – Einfühlungsvermögen und Verständnis von beiden Seiten vorausgesetzt – es ist vieles möglich und ergänzt sich ideal.

Bitte verstehen sie mich richtig; ich meine hier auch die nonverbale Kommunikation: aufeinander achten, auch mal zu sehen, wo es sinnvoller sein kann, keine Hilfe anzubieten. Und ich bitte auch alle Menschen mit Handicap um Rücksicht auf das eigene Umfeld. Kommt heraus aus der Opferrolle!

Macht die für euch realistisch möglichen Dinge selbst, auch wenn diese vielleicht nicht gleich gut gelingen. Nehmt nur Hilfe in Anspruch, wenn Ihr diese wirklich benötigt. Sonst ist es ein sehr schmaler Grat, dass Ihr eine unnötige Belastung für eure Freunde und Familie darstellt.

Mein eigener Eindruck: über die Zeit im Verein fühle ich mich mittlerweile als „ganz normales“ Mitglied. Mein Rollstuhl steht nun viel weniger im Fokus. Die notwendigen Hilfestellungen laufen automatisch ganz selbstverständlich nebenbei ab, meine Schießleistung steht im Vordergrund. Das finde ich für mich ein hervorragendes Ergebnis.

Neugierig auf mehr?

Das Buch „Anstarren oder Wegsehen“ finden Sie im Buchhandel, auf Amazon.de und direkt auf unserer Webseite www.diverex.de

Dort finden Sie auch unser Bühnenprogramm „Anstarren oder Wegsehen“ - eine Bereicherung für Ihre Veranstaltung zum Thema Menschen mit Handicap.

Herzliche Grüße senden Ihnen die Autoren



Sascha Stoltze und Ronny Kienert

Der direkte Kontakt zu uns:

R. Kienert

Tel.: 0178 4714578

E-Mail: r.kienert@diverex.de

S. Stoltze

Tel.: 0172 9580278

E-Mail: s.stoltze@diverex.de

Unser Unternehmen:

DIVEREX bietet Unternehmen und Vereinen die Möglichkeit, von unseren Erfahrungen bei der Reorganisation der internen Abläufe zu profitieren.

Unsere Tätigkeitsschwerpunkte sind:

- Optimierung des Internetauftritts von Unternehmen und Vereinen
- Menschen mit Handicap besser bei Firmen und Vereinen einbinden
- Sicherheit im Bezug auf Menschen mit Behinderung verbessern