

Ergebnisse des Forschungsprojekts

Engagement für Inklusion - Projektleitende mit Behinderung als Expert*innen in eigener Sache

Inhalt

Eigenschaften und Fähigkeiten von Menschen, die sich engagieren	1
Gelingensfaktoren – Dinge, die das Engagement erleichtern	2
Herausforderungen – Dinge, die das Engagement erschweren	4
Motivationen	6
Wünsche und Forderungen	8
Empfehlungen	10

Die Interviews sollten klären: Warum setzen sich Menschen mit Behinderung für Inklusion ein? Und: Was hält andere davon ab?

„Motivation“ meint hier nicht nur innere Gründe wie Ziele oder Bedürfnisse. Auch persönliche Eigenschaften, Fähigkeiten und äußere Umstände zählen dazu. Sie können beim Engagement helfen, andere machen es schwer oder verhindern es.

Im Bericht werden zuerst die Eigenschaften und Fähigkeiten der Interview-Teilnehmenden beschrieben. Danach kommen fördernde und hindernde Bedingungen, Motivationen, Wünsche und Forderungen. Zum Schluss geben sie Tipps für andere Menschen mit Behinderung.

Eigenschaften und Fähigkeiten von Menschen, die sich engagieren

Die Eigenschaften und Fähigkeiten der Teilnehmenden können in fünf wichtigen Punkten zusammengefasst werden:

1. Selbstbewusstsein, Mut, starker Wille und Ausdauer
2. Selbstständigkeit

3. Bewusstsein für Ungerechtigkeit und politisches Interesse
4. Freude am Kontakt und an Kommunikation
5. Digitale Kenntnisse und Computerwissen

Alle Teilnehmenden sind selbstbewusst und engagieren sich öffentlich – z. B. durch Vorträge, Seminare, Lesungen, Beratung oder sie leiten eigene Gruppen. Sie betonen: Mut ist wichtig, aber man kann ihn lernen.

Sie sind ehrgeizig, geben nicht auf und verbessern ständig ihre Fähigkeiten. Auch wenn andere ihnen wenig zutrauen oder Fehler passieren, machen sie weiter.

„Auch wenn es viel Kraft kostet – und das tut ´s teilweise auch. Ich mach das, wie gesagt, mit Spaß.“ (TN 05)

Sie arbeiten selbstständig, entwickeln eigene Ideen und Lösungen. Sie erkennen gesellschaftliche Ungerechtigkeiten und interessieren sich oft für Politik. Manche haben sich mit der UN-Behindertenrechtskonvention beschäftigt, schreiben Petitionen oder sprechen mit Politiker*innen.

Sie sind offen und kommunikativ, knüpfen Kontakte und bauen Netzwerke auf. Alle nutzen digitale Möglichkeiten wie Social Media oder Online-Meetings. Manche beherrschen zusätzlich Programme zur Text- oder Bildbearbeitung und andere Technik.

Eine Teilnehmende sagt: Jeder hat Fähigkeiten, die er einsetzen kann – und man kann vieles lernen, wenn man aufmerksam durchs Leben geht, fährt oder rollt.

Gelingensfaktoren – Dinge, die das Engagement erleichtern

In den Interviews nannten die Teilnehmenden verschiedene Dinge, die es leichter machen, sich zu engagieren:

1. Unterstützung und Zugehörigkeit

2. Offenheit von Menschen ohne Behinderung
3. Sichtbarkeit
4. Wissen über Möglichkeiten
5. Zugang

Viele werden von Familie, Freund*innen, Vorgesetzten oder anderen Personen ermutigt. Besonders wichtig sind Assistenzpersonen und die Tandempartnerin oder der Tandempartner bzw. eine Vertrauensperson, die ihre Ideen und Wünsche unterstützt.

„Und in diesem Projekt habe ich meine Tandempartnerin an der Seite. Da sind wir zu zweit unterwegs und vor allem auf Augenhöhe. Das ist MEGA MEGA wichtig. Dann findet ein ganz anderer Austausch statt.“ (TN 01)

Viele haben Netzwerke mit Menschen mit und ohne Behinderung. Die „Community“ – also Menschen mit ähnlichen Erfahrungen und Zielen – gibt Kraft, schafft Zusammenhalt und macht es möglich, gemeinsam mehr zu erreichen.

„Weil wenn sich nur EINER stark macht, ist zwar auch gut, aber wenn sich eine ganze GRUPPE zusammenbündelt, hat man natürlich mehr Gewalt und traut sich vielleicht auch Dinge zu tun, die man als alleinstehende Person nicht tun würde.“ (TN 05)

Auch außerhalb dieser Community erfahren manche Teilnehmende Wertschätzung, zum Beispiel in inklusiven Gruppen oder bei Begegnungen mit nicht-behinderten Menschen. Positives Feedback motiviert.

Eine inklusive Gesellschaft gelingt nur, wenn Menschen mit und ohne Behinderung gleichberechtigt zusammenarbeiten.

Damit Menschen aktiv werden, müssen sie wissen, wo und wie sie sich einbringen können. Viele erfahren davon über Freunde, Familie oder im Rahmen ihres bisherigen Engagements.

Sichtbarkeit ist ebenfalls wichtig. Wer gesehen und gehört wird, kann mehr bewirken. In Gruppen fällt es oft leichter, etwas zu erreichen als allein. Aber auch Einzelpersonen können Sichtbarkeit schaffen, zum Beispiel durch öffentliche Auftritte, Social Media oder Artikel in Zeitschriften. Einige der Teilnehmenden haben dadurch Preise gewonnen, was sie besonders motivierte.

Ein weiterer Punkt ist der Zugang: Damit Engagement möglich ist, müssen Barrieren abgebaut werden – zum Beispiel durch Hebebühnen für Rollstuhlnutzende, technische Hilfsmittel für Kommunikation oder durch digitale Treffen. Fördergelder helfen, Projekte zu finanzieren.

Herausforderungen – Dinge, die das Engagement erschweren

Die Teilnehmenden berichten von vielen Hindernissen, die ihr Engagement schwer machen und sie entmutigen. Es gibt vor allem zwei Arten von Barrieren:

- **Strukturelle Barrieren** (Bürokratie, Regeln, fehlende Zugänge)
- **Einstellungsbezogene Barrieren** (Vorurteile und Haltungen von Menschen ohne Behinderung)

Strukturelle Barrieren

Oft sind Zuständigkeiten unklar und Abläufe kompliziert. Für manche Projekte müssen die Teilnehmenden nachweisen, dass sie mit Menschen ohne Behinderung oder mit einer Organisation zusammenarbeiten – das macht es schwer, als Einzelperson aktiv zu sein.

Schwierig ist auch, Assistenz für sein Engagement zu beantragen. Man muss sich dabei immer wieder rechtfertigen und sehr private Dinge erzählen.

Es ist generell nicht leicht, Assistenzpersonen zu finden.

Die Vorbereitungszeit für Interviews und Vorträge ist oft sehr kurz. Man braucht aber Zeit, so etwas vorzubereiten. Menschen ohne Behinderung vergessen oft, dass dafür zusätzliche Zeit nötig ist.

Sprache kann ebenfalls eine Hürde sein: Manche Menschen ohne Behinderung sprechen zu schnell. Menschen mit Sprachbeeinträchtigung haben umgekehrt Schwierigkeiten, verstanden zu werden.

„Schwer ist, wenn die Kommunikation nicht geht.“ (TN 06)

Bauliche Barrieren sind ebenfalls ein Problem. Bei Veranstaltungen fehlen oft barrierefreie Unterkünfte.

"Unterkünfte (..), das ist ein Dauerbrenner bei Präsenzveranstaltungen, dass es das fast nirgendwo gibt." (TN 04)

Manche Orte wie Bildungseinrichtungen oder Bühnen sind für Rollstuhlnutzende schwer oder gar nicht zugänglich. Manchmal wird Barrierefreiheit versprochen, aber nicht eingehalten.

Einstellungsbezogene Barrieren

Manche Menschen ohne Behinderung trauen Menschen mit Behinderung wenig zu. Wenn jemand nie die Chance bekommt, selbst zu entscheiden oder etwas allein zu machen, lernt er es auch nicht.

„Und wenn ich NIE die Chance habe, irgendwas mal ALLEINE zu machen oder alleine zu entscheiden, weil ich immer so KLEIN gehalten werde, dann werde ich das auch NIE.“ (TN 03)

Es fehlt oft an Wertschätzung – auch finanziell. Menschen mit Behinderung werden häufig gebeten, unbezahlt zu arbeiten, obwohl Menschen ohne Behinderung für dieselbe Arbeit Geld bekommen. Viele finden das ungerecht und ärgern sich, dass Inklusion oft nur gewünscht ist, wenn sie nichts kostet.

Berührungsängste sind ein weiteres Problem. Manche Menschen ohne Behinderung sind unsicher im Kontakt mit Menschen mit Behinderung.

Teilnehmende berichten, dass manchmal nur so getan wird, als ob sie mitentscheiden dürfen. Sie haben manchmal das Gefühl, dass sie nur dabei sein

dürfen, weil Leute dann sagen können: Menschen mit Behinderung waren dabei. Ihre Vorschläge werden nicht immer berücksichtigt. Termine werden nicht mit ihnen abgesprochen. Manche Politiker wollen nur ein Foto mit ihnen, aber nicht mit ihnen sprechen.

Motivationen

Die Interviews zeigen viele Gründe, warum sich Menschen mit Behinderung engagieren. Dazu gehören:

1. Die UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK) umsetzen
2. Wut und Enttäuschung
3. Eigene Betroffenheit und Solidarität
4. „Wenn ich es nicht mache...“
5. Aufklärung, Sensibilisierung und Sichtbarkeit
6. Selbstbestimmung, Erfolgserlebnisse und Gemeinschaft
7. Spaß und Lernen
8. Erfolge
9. Ablenkung

UN-BRK umsetzen

Viele wollen die Rechte aus der UN-BRK verwirklichen. Sie möchten Barrieren abbauen – sowohl in Gebäuden als auch in den Köpfen der Menschen.

„Ich möchte, dass Menschen mit Behinderungen endlich eine Lobby in der Gesellschaft haben.“ (TN 05)

Bildung spielt dabei eine wichtige Rolle. Sie bieten Vorträge, Seminare oder Online-Gruppen an, oft in einfacher Sprache, damit alle teilnehmen können. Eine

Person kritisiert, dass Menschen mit sogenannter geistiger Behinderung oft keinen Zugang zu Erwachsenenbildung haben.

„Bildung darf kein Luxus sein. Bildung muss bis ins hohe Alter gehen und so sein, wie ich sie brauche.“ (TN 03)

Wut und Enttäuschung

Manche sind wütend und enttäuscht, weil die UN-BRK zwar unterschrieben wurde, sich aber wenig verändert hat. Auch stört sie, dass Menschen mit Behinderung oft in den Medien fehlen oder von Schauspieler*innen ohne Behinderung dargestellt werden.

Betroffenheit und Solidarität

Viele engagieren sich, weil sie selbst betroffen sind und weil sie anderen Menschen mit Behinderung helfen wollen. Sie wissen, wie wichtig es ist, eine Stimme zu haben – und sprechen auch für Menschen, die selbst nicht sprechen können.

„Du kämpfst IMMER. Und wenn du kämpfst, dann kämpfst du nicht nur für dich, sondern auch für die anderen Menschen.“ (TN 01)

„Wenn ich es nicht mache...“

Manche fühlen sich verantwortlich, etwas zu tun, weil sie oft die Einzigen mit Behinderung in wichtigen Gruppen sind. Ohne ihr Engagement würde die Perspektive von Menschen mit Behinderung fehlen.

Aufklärung und Sichtbarkeit

Ein Ziel ist, andere Menschen über das Leben mit Behinderung zu informieren. Mehr Engagement bedeutet mehr Sichtbarkeit – und jede Gelegenheit sollte genutzt werden.

„Weil ich es einfach ganz wichtig finde, dass es in der Gesellschaft mal ankommt, dass alle Menschen die gleichen Rechte haben.“ (TN 07)

Selbstbestimmung, Erfolgserlebnisse und Gemeinschaft

Alle wollen selbst bestimmen, was sie tun, und nicht den üblichen Weg (z. B. von der Förderschule nur in die Werkstatt) gehen. Sie genießen es, eigene Projekte zu leiten oder selbst bei Vorträgen zu sprechen.

Gemeinschaft und Treffen mit Gleichgesinnten motivieren ebenfalls.

Spaß und Lernen

Viele engagieren sich, weil es ihnen Spaß macht. Manche engagieren sich auch, um neue Fähigkeiten zu lernen oder anderen etwas beizubringen.

„Ich finde es cool, Menschen mit Behinderung was beizubringen.“ (TN04)

Erfolge

Wenn man Ziele erreicht hat – allein oder im Team – motiviert das, weiterzumachen. Manche haben auch schon Artikel veröffentlicht oder Preise gewonnen.

Ablenkung

Für manche ist Engagement auch eine Möglichkeit, sich von alltäglichen Problemen abzulenken.

Wünsche und Forderungen

Die Teilnehmenden wünschen sich, dass mehr Menschen mit Behinderung aktiv werden. Wenn sich viele engagieren, können sie sich besser vernetzen, Erfahrungen austauschen und ihre Fähigkeiten zusammen nutzen.

So werden ihre Anliegen sichtbarer und sie können mehr erreichen.

Eine Idee ist eine Online-Plattform, auf der sich Menschen mit Behinderung finden und zu bestimmten Themen zusammentun.

Damit sich mehr Menschen engagieren, müssen Hindernisse abgebaut werden.

Es reicht nicht, dass Betroffene motiviert sind – auch die Rahmenbedingungen

müssen stimmen.

Dafür sind Politik, Behörden und Bildungseinrichtungen verantwortlich.

Eine Forderung ist, dass mehr Menschen mit Behinderung im Bundestag vertreten sind.

Es gibt noch viele Barrieren, die beseitigt werden müssen, zum Beispiel:

- Gebäude, die nicht barrierefrei sind
- Komplizierte Sprache
- Schwierige Bürokratie
- Fehlende Unterstützung

Besonders wichtig ist persönliche Assistenz. Ohne Assistenz können viele nicht zu regelmäßigen Treffen, Veranstaltungen oder Seminaren gehen.

Auch die Einstellung von Menschen ohne Behinderung muss sich ändern. Sie sollen Menschen mit Behinderung als gleichwertige Erwachsene sehen.

Assistenzkräfte sind Angestellte und nicht ihre Eltern.

Berührungsängste sollen abgebaut werden.

Freizeit-Assistenz ist oft schwer zu bekommen. Einige wünschen sich, dass Freunde, Bekannte oder Studierende ihnen Zeit schenken und die Interessen von Menschen mit Behinderung ernst nehmen.

Das Engagement von Menschen mit Behinderung soll mehr anerkannt werden.

Sie sollen für ihr Wissen und ihre Erfahrung bezahlt werden – nicht nur kleine Geschenke bekommen.

„Erstmal muss es anders werden, dass die Wertschätzung und das Geld da sind, dass sich Leute auch sagen: Ja wenn ich dafür was bekomme, und wenn ´s nur wenig ist, dann seh ich auch eine Wertschätzung und nicht nur eine Ausnutzung.“ (TN 01)

Außerdem wünschen sie sich echte Beteiligung: Sie wollen nicht nur mitreden, sondern auch, dass ihre Vorschläge umgesetzt werden.

Besonders bei Veranstaltungen für Menschen mit Behinderung sollen ihre Interessen im Mittelpunkt stehen.

Empfehlungen

Die Teilnehmenden geben Tipps an andere Menschen mit Behinderung:

Setzt euch für eure eigenen Bedürfnisse ein.

Verfolgt eure Ideen und macht euch sichtbar.

Traut euch, auch wenn ihr unsicher seid.

Fangt klein an – zum Beispiel im Gespräch mit Freunden oder in kleinen Projekten.

Hört nicht auf Menschen, die sagen: „Das kannst du nicht.“

Geht euren eigenen Weg und sammelt Erfahrungen.

Jeder Mensch hat Stärken.

Sucht ein Engagement, das zu euch passt.

Das kann zum Beispiel sein:

- Aus dem eigenen Leben erzählen
- In einer Gemeinde helfen

Man muss nicht gleich den Behindertenbeauftragten anschreiben.

Oft ist es besser, klein anzufangen und Schritt für Schritt zu wachsen.

Erfolge motivieren und geben Kraft.

Informiert euch über Gruppen in eurer Nähe.

Gemeinsam erreicht man mehr als allein.

Wer unsicher ist, sollte sich eine Vertrauensperson suchen.

Diese Person soll euch ermutigen – nicht entmutigen.

All diese Tipps beruhen auf den Erfahrungen von Menschen mit Behinderung, die sich schon länger engagieren. Also von Expertinnen und Experten in eigener Sache. Sie zeigen, wie ein erster Schritt ins Engagement gelingen kann.