lebenshilfe
Wege für Menschen

Leitfaden für Inklusion im Sport

MOI – Move on to Inclusion



Lebenshilfen Soziale Dienste GmbH
A-8010 Graz, Conrad-von-Hötzendorf-Straße 37

Subventionsgeber:

Das Land Steiermark
Sport

GRAZ SPORT

Special Olympics Österreich

Kooperationspartner:

ASKÖ

SPORT UNION

ASVÖ

Vorwort

Das Land Steiermark

Sportlandesrat Anton Lang



Sport – in zahlreichen Facetten – ist ein großer Teil meines persönlichen Lebens. Es ist mir daher ein besonderes Anliegen die Bevölkerung unabhängig von Alter, Geschlecht, sozialem Hintergrund, körperlicher oder geistiger Beeinträchtigung oder Herkunft zu mehr Sport zu animieren.

Als Herzensanliegen sehe ich es an, Menschen mit Beeinträchtigung in alle Bereiche der Gesellschaft zu integrieren und ihnen mehr Lebensqualität zu ermöglichen. Durch die Special Olympics World Winter Games wurde das Thema „Inklusion“ einer breiten Öffentlichkeit sichtbar gemacht – jetzt gilt es, diese Bühne zu nützen und aufzuzeigen, wie wichtig Verbesserungen in diesem Bereich sind.

Es ist daher aus meiner Sicht wichtig, auch im Sinne der Nachhaltigkeit, dieses Thema weiter voranzutreiben. Denn neben dem gesundheitlichen Aspekt der Sportangebote in den örtlichen Vereinen hat der Sport auch einen großen Einfluss auf das soziale Miteinander in einer Gesellschaft.

Umso mehr freut es mich daher, dass Projekte wie „Move on to Inclusion“ darauf abzielen, bessere Zugänge für Menschen mit Handicap und hier speziell für Kinder und Jugendliche zu lokalen Sportvereinen zu schaffen und ihnen damit auch eine Teilnahme an breitensportlichen Aktivitäten in ihrer Umgebung zu ermöglichen.

Mir bleibt daher nur noch, mich bei den Initiatoren des Projektes sehr herzlich zu bedanken. Jede Initiative, die das bestehende Sport- und Bewegungsangebot in der Steiermark ausweitet und zu einem Zusammenwachsen der Gesellschaft beiträgt, ist absolut erfreulich!

Mit einem sportlichen „Glück auf!“

A. Lang

Anton Lang
Steirischer Sportlandesrat

Vorwort



Die Special Olympics World Winter Games waren ein Jahrhundertereignis für das Land Steiermark und die Stadt Graz. Es war ein weltweit sichtbares Zeichen für die Leistungsfähigkeit von Menschen mit Behinderungen, für ihre Liebenswürdigkeit und die Nächstenliebe.

Sport ist ein wichtiger Faktor, um an der Gesellschaft teilzunehmen. Sport ist Bestätigung für jeden Einzelnen von uns und fördert die Gesundheit. Sport gibt uns ein Gefühl der Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft und ist so ein wichtiger Motor der Integration und Inklusion.

Mit Move on to Inclusion wollen wir Inklusion in unserer heimischen Sportlandschaft noch stärker verankern. Unser Ziel ist es, sowohl die ansässigen Sportvereine, als auch Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung im Rahmen dieses Projektes inklusionsfit zu machen.

In diesem Sinne bin ich davon überzeugt, dass wir mit diesem Leitfaden des Projektes „Move on to Inclusion“, und dem Support aus dem Projekt diese Brücke für alle Menschen in den organisierten Breitensport schaffen können und so auf dem Weg in eine inklusivere Gesellschaft wieder einen wesentlichen Schritt weiterkommen.

Ich wünsche Ihnen dafür alles Gute und viel Erfolg.
Mit sportlichen Grüßen

Stadtrat Kurt Hohensinner, MBA

Vorwort



Noch gerne denken wir an die Special Olympics World Winter Games im letzten Jahr zurück. Es waren unvergessliche Tage, die wir gemeinsam mit mehr als 2.600 Athleten und 1.100 Trainern aus 105 Nationen in Graz, Schladming und Ramsau erleben durften. Wir haben immer betont, dass es das große Ziel ist, unsere Athleten vom Rand der Gesellschaft in die Mitte zu rücken. Das ist uns mit den Weltspielen eindrucksvoll gelungen. Diese Stimmung und dieses Denken haben sich seither auch in der Bevölkerung festgesetzt, und darüber bin ich sehr froh.

Durch die World Winter Games haben viele Sportvereine begonnen, sich intensiver mit dem Thema „Inklusion“ auseinanderzusetzen. Neue Ideen wurden geboren oder sind bereits umgesetzt. Diesen Schwung wollen wir auch in Zukunft spüren. Mit jedem Projekt und jeder Aktion machen wir einen weiteren Schritt nach vorne, sodass „Inklusion“ keine Vision mehr ist, sondern selbstverständlich zu unserer Gesellschaft gehört.

Es geht aber nicht primär nur um Weltspiele oder Nationale Spiele, die abwechselnd jedes Jahr stattfinden. Genauso wichtig sind die vielen kleinen Veranstaltungen, die von unseren Institutionen, Trainern und zahlreichen Freiwilligen über zwölf Monate hindurch abgehalten werden. Jedes Event leistet einen wichtigen Beitrag für unsere Athleten und für die Inklusion im Allgemeinen. Es freut mich daher sehr, dass mit „Move on to Inclusion“ ein Leitfaden entstanden ist, der es jedem Verein und Verband erleichtern soll, im Zeichen der Inklusion zu handeln. Dass sind die Maßnahmen, die wir benötigen, um eine noch breitere Basis für unsere Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung schaffen zu können.

Ich wünsche dem Projekt Move to Inclusion für ihre Aufgaben alles Gute
und wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit.

Präsident von Special Olympics Österreich
Jürgen Winter, Bgm. Schladming

Move on to Inclusion

Für Menschen mit Behinderungen ist es nicht selbstverständlich, an Sport- und Bewegungsangeboten in Vereinen in ihrer Umgebung teilzunehmen. Um auch in diesem Bereich Inklusion voranzutreiben, wurde ein Leitfaden erarbeitet.

Der Leitfaden richtet sich an alle Personen, die sich mit dem Thema Inklusion, Behinderung, Sport und Bewegung auseinandersetzen. Er soll einen Weg der Annäherung an Inklusion im Sport zeigen und dafür eine Hilfestellung sein. Daher richten sich die nächsten Seiten an SportlerInnen mit Behinderungen, Sportvereine, Behindertenorganisationen und alle interessierten Personen.

Der Leitfaden wurde mit Hilfe von 19 Interviews mit ExpertInnen aus den Bereichen des Sports und der Behindertenarbeit erstellt. Die Auswertung der Interviews erfolgte mit der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2010).

Ziel des Projektes „MOI – Move on to Inclusion“ ist es, die erforderlichen Strukturen und Prozesse für inklusive Sportangebote aufzuzeigen und deren Umsetzung zu fördern. Menschen mit Behinderungen sollen verstärkt die Möglichkeit haben, an inklusiv ausgerichteten Sportangeboten aktiv teilnehmen zu können. So werden vielfältige Begegnungsmöglichkeiten zwischen Menschen mit Behinderungen und Vereinen geschaffen, die zu einer Bereicherung für beide Seiten führen.



Wie sieht Inklusion im Sport aus?

Inklusion ist vielfältig und vielseitig, darum soll das Inklusionsstufenmodell eine Hilfestellung zur Annäherung an Inklusion im Sport sein. Das Modell, wie in Abbildung 1 zu sehen, ist in fünf Hauptstufen und zusätzlich einer vorbereitenden Stufe gegliedert. Die Darstellung zeigt den Weg von der Integration bis zur Inklusion im Sport. Das Inklusionsstufenmodell bildet die Basis dieses Leitfadens und soll als Grundlage für die Erklärung von Inklusion im Sport dienen.

Vorbereitende Maßnahmen zum Erreichen der inklusiven Ziele

- Sportliche Vorbereitung der SportlerInnen
- Soziale Vorbereitung der SportlerInnen
- Hygienische Vorbereitung der SportlerInnen
- Vorbereitung der benötigten Mobilität der SportlerInnen

Stufe 1 - Integration in Verein

SportlerInnen mit Behinderungen nutzen die Ressourcen (z.B.: Sportanlage) des Sportvereins.

Stufe 2 - Interaktion mit Verein

Ein erster Austausch zwischen Sportverein und SportlerInnen mit Behinderungen passiert und es findet sporadisch ein gemeinsames Training statt.

Stufe 3 - Unified Sportangebote nach den Regeln von Special Olympics

Ein regelmäßiges Angebot, bei dem
SportlerInnen mit und ohne Behinderungen miteinander trainieren und an Bewerben teilnehmen.

Stufe 4 - extern unterstütztes Training im Verein

SportlerInnen mit Behinderungen besuchen ein regelmäßiges Training im Verein und bekommen Unterstützung von einer externen Person.

Stufe 5 - Inklusive Sportangebote

Das regelmäßige Trainingsangebot wird von SportlerInnen mit Behinderungen ohne Unterstützung von außen genutzt. Die SportlerInnen sind ein Teil des Sportvereins.

Wie sieht Inklusion im Sport aus?

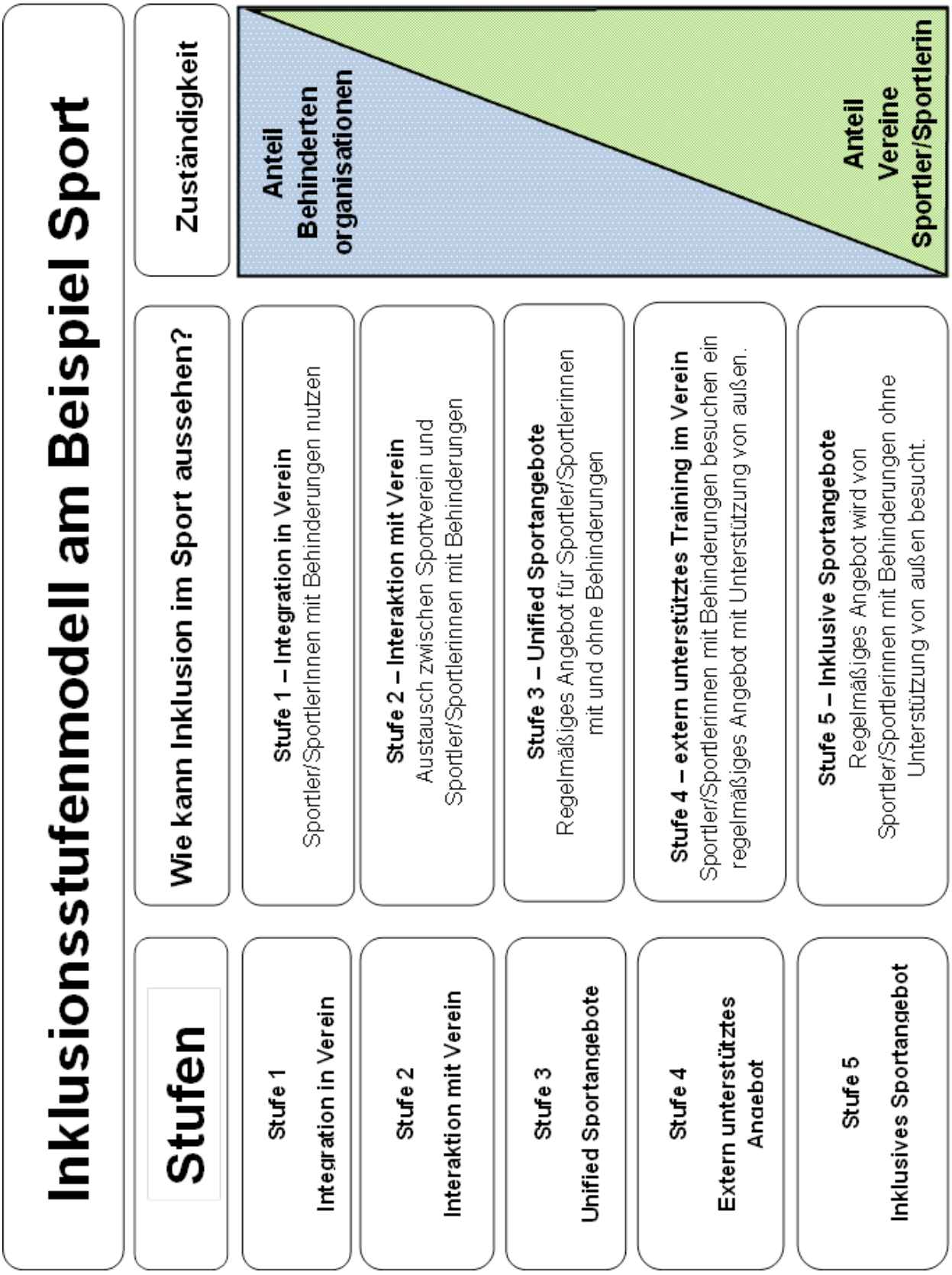


Abbildung 1: Inklusionsstufenmodell am Beispiel Sport (Gruber & Doppelhofer)

Strukturen von inklusivem Sport

Abbildung 2 zeigt, welche Personengruppen miteinander zu tun haben, wenn man inklusive Sport- und Bewegungsangebote durchführt, wie diese voneinander abhängig sind und wo man Unterstützung erhalten kann.

Im Mittelpunkt steht das inklusive Angebot, um das sich die drei Bereiche Verein, SportlerIn und Behindertenorganisation sammeln. Die interagierenden Personen des Vereins, der Behindertenorganisation und die SportlerInnen mit Behinderungen stehen im direkten Austausch durch das Angebot.

Ein notwendiger und wichtiger Teil des Angebots sind die Personen, die nicht direkt mit den Angeboten in Verbindung stehen, aber ohne deren Unterstützung die Durchführung nicht möglich ist. Seitens des Vereins und der Behindertenorganisation sind das die Führungsebenen und auf der Seite der Sportler/innen das Unterstützungsnetzwerk.

Bei der Umsetzung von inklusiven Angeboten gibt es Unterstützungsmöglichkeiten durch außenstehende Einrichtungen wie Dachverbände, Special Olympics, ÖBSV, regionale Strukturen und MOI.

Die öffentliche Hand wiederum gibt die notwendigen Rahmenbedingungen für inklusive Sport- und Bewegungsangebote vor.



Strukturen von inklusivem Sport

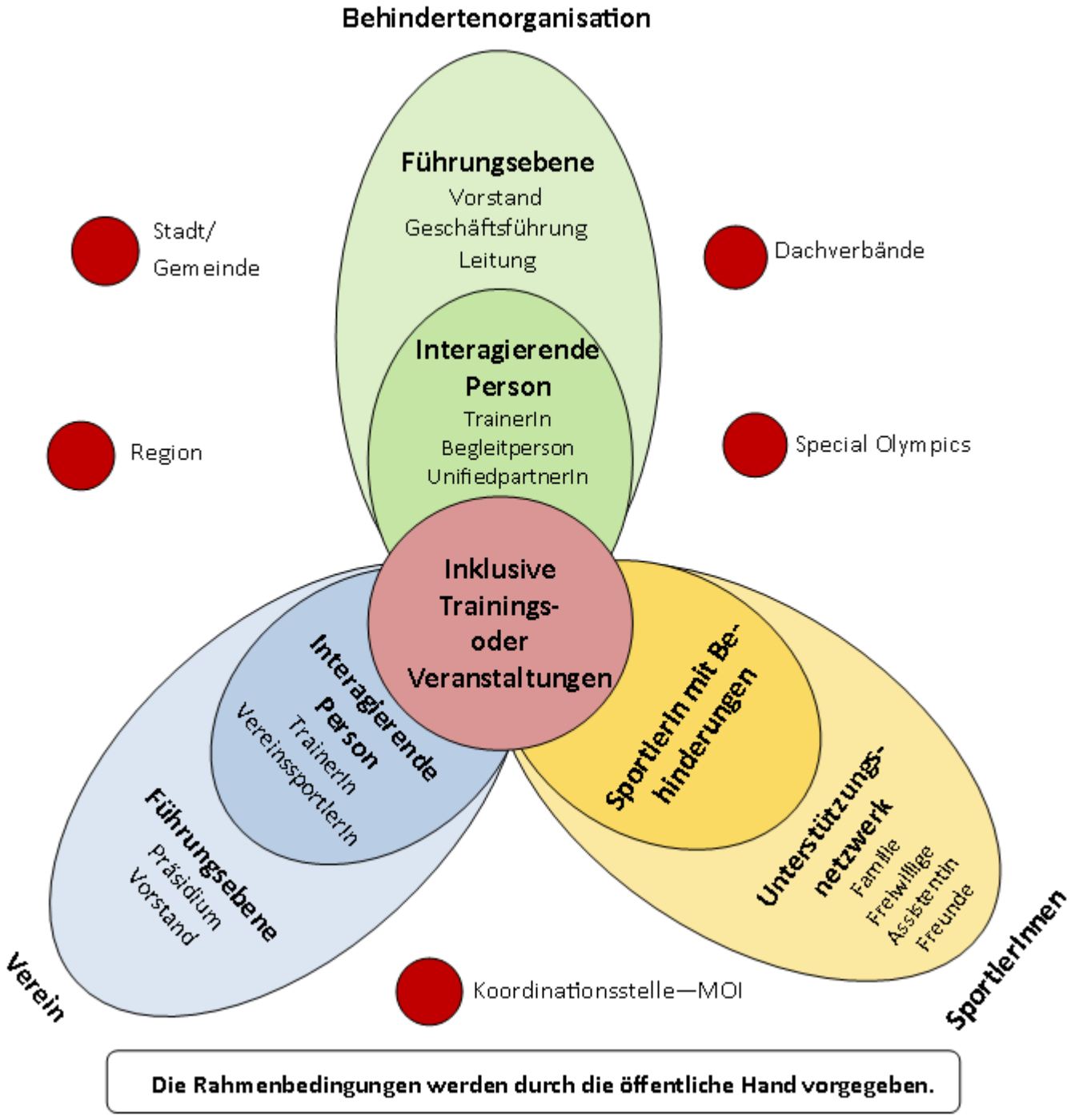


Abbildung 2: Strukturen von inklusivem Sport (Gruber & Doppelhofer)

Nutzen von inklusivem Sport

Aus Sicht der Sportler/innen mit Behinderung

Es gibt viele Gründe, die dafür sprechen, dass SportlerInnen mit Behinderung an inklusiven Sport- und Bewegungsangeboten teilnehmen.

Sportler/innen mit Behinderung können zeigen, wozu sie fähig sind. Dadurch steigt die Motivation der Person für sportliche Aktivitäten. Zudem sind inklusive Sport- und Bewegungsangebote persönlichkeitsbildend und heben den Selbstwert der Person, die Wertschätzung und Anerkennung für ihr Tun erfährt.

Weiters wird die Möglichkeit geboten, neue Beziehungen zu knüpfen. Aus gesundheitlicher Sicht hilft Sport und Bewegung, fit und mobil zu bleiben, der/die Sportler/in mit Behinderung kümmert sich aktiv um die eigene Gesundheit und das eigene Wohlbefinden.



Abbildung 3: Nutzen von inklusivem Sport aus der Sicht der SportlerInnen mit Behinderungen

„Während der Zeit, wo ich Sport betrieben habe, hatte ich keine einzige depressive Phase." – Martin R.

Nutzen von inklusivem Sport

Aus Sicht des Vereins

Inklusive Angebote sind nicht nur aus sozialer Sicht eine Bereicherung. Durch die Aufnahme neuer Mitglieder wird der Verein größer und bekommt durch sein soziales Engagement ein positives Bild in der Öffentlichkeit. Der inklusive Sport bringt dem Verein neue Sichtweisen und fördert den Breiten- und Gesundheitssport. Das Miteinander steht im Vordergrund und eröffnet neue Möglichkeiten.



Abbildung 4: Nutzen von inklusivem Sport aus Sicht des Vereins

„Die SpielerInnen mit Beeinträchtigung kommen auch am Wochenende zu den Spielen der anderen. Es ist ein großes soziales Gefüge.“ – Andreas S.

Nutzen von inklusivem Sport

Aus Sicht der Vereinsmitglieder, die an inklusiven Angeboten teilnehmen

Die Mitglieder des Vereins gewinnen durch den gemeinsamen Sport mit Sportler/innen mit Behinderung Anerkennung aus dem eigenen sozialen Umfeld und können ihr eigenes sportliches Wissen weitergeben.

Die positiven Erlebnisse machen Spaß, sind persönlichkeitsbildend und sinnerfüllend.



Abbildung 5: Nutzen von inklusivem Sport aus Sicht der Vereinsmitglieder

„Es sind Menschen, die in irgendeiner Form eine Beeinträchtigung haben, aber Menschen wie du und ich und sie hängen mich sogar in meinem Sport ab." – Alois K.

„Man sollte sich nicht selbst viele Barrieren in Sportarten setzen - man sollte es einfach probieren und dem Ganzen eine Chance geben." – Arne Ö.

Nutzen von inklusivem Sport

Aus Sicht der Behindertenorganisation

Sport und Bewegung von Menschen mit Behinderungen in Vereinen hat einen positiven Nutzen für Behindertenorganisationen. Die Inklusion, die in der UN-Behindertenrechtskonvention beschrieben ist, kann über den Sport in die Gesellschaft getragen werden.

Die Organisation setzt sich über diesen Bereich verstärkt mit Inklusion auseinander, erreicht eine breitere Öffentlichkeit und hat die Möglichkeit, regional präsenter zu sein. Steigende Bewegungsfreudigkeit trägt zum Wohlbefinden und zur Gesundheitsvorsorge bei. Gleichzeitig kann Sport und Bewegung ein Motivationsfaktor für den Alltag sein – sowohl für Menschen mit Behinderungen als auch für Mitarbeiter/innen.



Abbildung 6: Nutzen von inklusivem Sport aus Sicht von Behindertenorganisationen

„Es ist so wichtig, dass Menschen mit Behinderung mobil bleiben und sich fit halten." – Ursula V.

Wie können inklusive Sportangebote funktionieren

Die ExpertInneninterviews haben gezeigt, dass einige Faktoren gegeben sein müssen, damit inklusive Sportangebote funktionieren können.

Allgemein

- Schritt für Schritt vorgehen, nichts überstürzen oder erzwingen.
- Alle beteiligten Personen haben Interesse, etwas zu verändern und sind von der Idee begeistert.
- Das Wichtigste ist, dass einfach probiert wird!

Aus Sicht der Sportler/innen mit Behinderung

- Die Begleitung für die SportlerInnen muss gewährleistet sein.
- Sportler/innen brauchen eine gute Unterstützung, sodass ein Gefühl von Sicherheit entsteht.
- Sportler/innen und die Sportgruppe lernen sich Schritt für Schritt gegenseitig kennen.
- Sportler/innen bekommen genügend Zeit und Unterstützung, um die Übungen umzusetzen.
- Trainingsangebote werden regelmäßig besucht.

Aus Sicht des Unterstützernetzwerkes der Sportler/innen

- Es braucht einen guten Informationsfluss zwischen dem Verein und dem Unterstützernetzwerk.
- Es ist geklärt, wer wofür zuständig ist, beispielsweise für Hilfestellungen bei Trainingsübungen oder für die Unterstützung im hygienischen Bereich.

Aus Sicht des Vereins

- Der Verein und seine Mitglieder setzen sich mit dem Thema Inklusion im Sport auseinander.
- Der Verein steht hinter der Idee der Inklusion.
- Es gibt eine Ansprechperson zum Thema Inklusion im Verein.
- Es werden regelmäßige inklusive Angebote gesetzt.

Wie können inklusive Sportangebote funktionieren

Aus Sicht der interagierenden Personen im Verein

- Es gibt mindestens eine Ansprechperson für die Sportler/innen mit Behinderung.
- Mindestens eine Person weiß über die Bedürfnisse der Sportler/innen mit Behinderung Bescheid.
- Es braucht einen guten Informationsfluss zwischen den Sportler/innen mit Behinderung und ihrem Unterstützernetzwerk.
- Das Trainerteam gibt den Sportler/innen mit Behinderung genügend Zeit, die Aufgaben umzusetzen.

Aus Sicht der Behindertenorganisation

- Die Behindertenorganisation steht hinter der Idee inklusiver Sport- und Bewegungsangebote und unterstützt diese aktiv.
- Bewusstseinsbildung zum Thema Sport- und Bewegung in der Organisation wird forciert.
- Die Behindertenorganisation fühlt sich vorerst für die Organisation der Begleitung der Sportler/innen mit Behinderung zuständig und ist bei Bedarf Ansprechpartnerin.

Aus Sicht der Interagierenden Person der Behindertenorganisation

- Die interagierenden Personen achten auf einen guten Informationsfluss zwischen dem Verein, der Begleitperson und dem/der Sportler/in.

Aus Sicht von Special Olympics Österreich

- Special Olympics bringt seine Expertise in Bezug auf die bestehenden Unified Sportarten inklusive dem bestehenden Regelwerken in die jeweiligen Vereine ein.
- Special Olympics bringt didaktische und methodische Erfahrungswerte und Ausbildungen in die Vereine ein.
- Special Olympics begleitet die Vereine bei der Organisation inklusiver Sportveranstaltungen.
- Special Olympics dient als Plattform für den internationalen Austausch über den inklusiven Sport.
- Special Olympics bringt flächendeckend seine Familien-, Gesundheits- und Freiwilligenhelferprogramme ein.

Herausforderungen von inklusivem Sport

Inklusive Sport- und Bewegungsangebote sowie deren Maßnahmen brauchen Zeit. Daher sollten das Vorgehen Schritt für Schritt umgesetzt werden, um ein nachhaltiges Angebot zu ermöglichen.

Herausforderungen der Sensibilisierung

Für viele Personen bestehen Herausforderungen und Berührungsängste im Umgang mit Menschen mit Behinderungen, vor allem, wenn es noch keinen Erfahrungen in dieser Hinsicht gibt. Durch die Auseinandersetzung, Aneignung von Basiswissen und ersten Begegnungen können Ängste abgebaut werden. Damit kann das Interesse für Inklusion geweckt werden.

Herausforderungen für Sportler/innen, Vereine und Behindertenorganisationen

Grundlegend gilt es die „Barrieren im Kopf“ und Berührungsängste in den drei Bereichen – Strukturmodell Seite 7 – abzubauen. Dafür muss zwischen Sportler/innen, Verein und Behindertenorganisation sowie innerhalb dieser Bereiche der Informationsfluss funktionieren, damit niemand im Vereinsleben untergeht. Zudem ist zu bedenken, dass

- die Barrierefreiheit der Sportanlagen angedacht werden sollte.
- Sport und Bewegung als wichtiger Teil im Alltag von Behindertenorganisationen integriert wird.
- die An- und Abfahrt der Sportler/innen zur Sportstätte zu klären ist.
- jede Person eine konkrete individuelle Hilfestellung erhält, wenn sie benötigt wird.

Weitere Herausforderungen

Derzeit gibt es keine klar formulierten Rahmenbedingungen für inklusive Sport- und Bewegungsangebote, es fehlt oft an Strukturen und Mittel für die konkrete Umsetzung der Angebote. Weiters gibt es kaum Information über bestehende Unterstützungs- und Fördermöglichkeiten.

Wie finden SportlerInnen mit Behinderungen und Vereine zueinander?

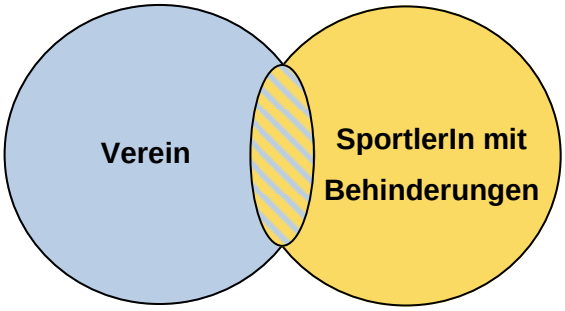
Es gibt vielfältige Möglichkeiten, wie Sportler/innen mit Behinderung und Vereine zueinanderfinden können. Am einfachsten ist es, nach Schnittpunkten (Abbildung 7) zu suchen, an denen sich beide Seiten auf einfache und ungezwungene Art und Weise treffen und kennenlernen können.

Wie kommen Sportler/Sportlerinnen und Vereine zusammen?

Besuch von Bewerben und Veranstaltungen

Behindertensportveranstaltungen (Turniere, Trainings, usw.)

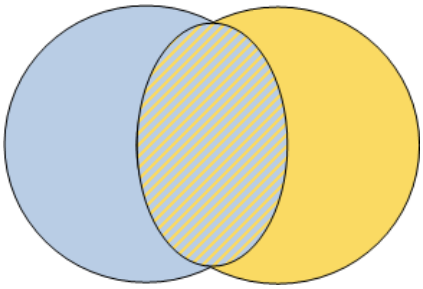
Vereinssportveranstaltungen (Meisterschaftsspiele, Trainings, usw.)



Gemeinsame Trainings und Veranstaltungen

Gemeinsame Trainings (Schnuppertraining, gemeinsame Einheiten, usw.)

Veranstaltungen (eigene Wertung für Sportler/Sportlerinnen mit Behinderungen, usw.



Unified Trainings und Bewerbe

Gemeinsame Vorbereitung und Teilnahme an Bewerben

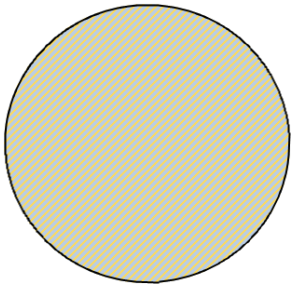


Abbildung 7: Wie kommen Sportler/SportlerInnen mit Behinderungen und Vereine zusammen? (Gruber & Doppelhofer)

Hilfreiche Fragestellungen vor dem ersten Training

Generell

- Hat es ein erstes Kennenlernen zwischen den Sportler/innen mit Behinderung und dem Verein gegeben?

SportlerInnen mit Behinderungen

- Habe ich eine Ansprechperson im Verein?
- Kenne ich den Weg zum Training? Wenn ich den Weg nicht alleine weiß, habe ich eine Begleitperson, die mir dabei hilft?
- An wen kann ich mich beim Training wenden, wenn ich Hilfe benötige?

Verein

- Möchte ich inklusive Sportangebote in meinem Verein umsetzen?
- Wer ist die Ansprechperson für den/die Sportler/in?
- Habe ich die Kontakte des Sportlers/der Sportlerin und die des Unterstützernetzwerks?
- Weiß ich über Besonderheiten des Sportlers/der Sportlerin Bescheid und ist gegebenenfalls abgeklärt, wer Unterstützungstätigkeiten durchführt?
- Hat sich das Team oder die Trainingsgruppe mit dem Thema Inklusion auseinandergesetzt?

Behindertenorganisation

- Ist die Begleitung des Sportlers/der Sportlerin gesichert?
- Haben wir die Kontakte des Vereins und der Ansprechperson im Verein?
- Wer ist die Ansprechperson für den Verein?

Wichtige Kontakte in der Steiermark

MOI – Move on to Inclusion
Lebenshilfen Soziale Dienste GmbH
Anzengrubergasse 8, 8010 Graz
www.lebenshilfen-sd.at/moi

Lebenshilfen Soziale Dienste GmbH
Anna Doppelhofer, Bakk.phil, BSc
+43 676 845278 683
anna.doppelhofer@lebenshilfen-sd.at

Lebenshilfen Soziale Dienste GmbH
Thomas Gruber, BSc
+43 676 84 52 78 684
thomas.gruber@lebenshilfen-sd.at

Special Olympics Steiermark
Ernst Summer
+43 6765022117
www.specialolympics.at
blk-steiermark@specialolympics.at

ASVÖ
Nadja Büchler
+43 316 82 74 19 11
buechler@asvoe-steiermark.at

Sportunion
Mag. Arne Öhlknecht
+43 316 3244 3086
arne.oehlknecht@sportunion-steiermark.at

ASKÖ
Mag. Goran Pajicic
+43 (0)316 58 33 54 DW 18
+43 (0)676 91 81 137
goran.pajicic@askoe-steiermark.at

Sportamt Stadt Graz
Mag. Manfred Schaffer
+43 316 872-7878
sportamt@stadt.graz.at

Land Steiermark - Referat Sport
Mag. Christof Kröpfl, Bakk
+43 316 877-2268
sport@stmk.gv.at

BISI
Dr. Heinz Tippl
www.inklusionssport.at
heinz.tippl@aon.at
office@stbsv.at

ÖBSV
Steirischer Behindertensportverband
+43 699 11174684
+43 664 4852820

IMPRESSUM

Lebenshilfen Soziale Dienste GmbH
Conrad von Hötzendorf-Straße 37a • 8010 Graz
Autoren: Thomas Gruber, Anna Doppelhofer
2018 © Lebenshilfen Soziale Dienste GmbH
Alle Rechte vorbehalten