

Luca Sápi

**EINE KURZE EINFÜHRUNG
IN DIE THEMATIK DER
MOBILITÄTSBEEINTRÄCHTIGUNG**



Kofinanziert von der
Europäischen Union

INCLUSION
TANDEM



An dem Projekt beteiligte Organisationen:



Meisterwerk Mensch

Deutschland



Holdkő Kulturális Alapítvány

Ungarn

Kooperationspartner:



Finanziert durch die Europäische Union. Die hierin enthaltenen Meinungen und Aussagen spiegeln die Ansichten der Autoren wider und stimmen nicht unbedingt mit den offiziellen Standpunkten der Europäischen Union oder der Exekutivagentur Bildung, Audiovisuelles und Kultur (EACEA) überein. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür haftbar gemacht werden.



DIE GRUNDLAGEN GUTER UNTERSTÜTZUNG

Eine Mobilitätsbeeinträchtigung bestimmt für sich genommen nicht, wie aktiv eine Person ihr Leben führen kann. Vielmehr hängt es davon ab, wie zugänglich die Umgebung für sie ist. Menschen geraten oft nicht wegen der Beeinträchtigung selbst in schwierige Situationen, sondern weil die gebaute Umwelt (zum Beispiel Treppen, enge Türen oder das Fehlen eines Aufzugs) ihnen nicht erlaubt, sich unabhängig zu bewegen oder am alltäglichen Leben teilzunehmen. Deshalb ist es wichtig, dass sich auch die Gesellschaft anpasst und eine Umgebung schafft, in der jeder Mensch frei und mit gleichen Chancen leben kann.

INHALTSVERZEICHNIS

Bezeichnung	6
Arten	6
Terminologie	7
Unterstützung leisten	8
Unterstützung in konkreten Situationen	9
Unterwegs in der Stadt	
Türen und Gebäude	
Treppen und Rampen	
Geschäfte und Büros	
Soziale Situationen	
Freizeit, Kultur und Sport	11

Bildung und Arbeit	12
Schule	
Arbeitswelt	
Privatleben	13
Zusammenfassung	14

BEZEICHNUNG

Mobilitätsbeeinträchtigung ist ein Sammelbegriff, der sich auf eine physiologische Behinderung bezieht. Verschiedene Krankheiten, Unfälle oder Entwicklungsstörungen wirken sich auf das Muskel-Skelett-System in unterschiedlicher Weise aus, sodass es schwierig ist, sie als eine einzige Kategorie zu behandeln. Auch das Ausmaß und die Schwere der Einschränkungen beeinflussen die Bewegungsfähigkeit erheblich – manche können sich ohne Hilfsmittel bewegen, andere nutzen einen Stock oder Rollator, und wieder andere verwenden einen Rollstuhl.

ARTEN

Es gibt verschiedene Arten von Mobilitätsbeeinträchtigungen, die das Leben der Betroffenen unterschiedlich beeinflussen. Lähmungen können vollständig oder teilweise sein und eine Körperseite oder nur die oberen oder unteren Gliedmaßen betreffen. Orthopädische Fehlbildungen, wie Skoliose oder Hüftluxation, können die Bewegung dauerhaft erschweren. In manchen Fällen entstehen Mobilitätsbeeinträchtigungen durch Schädigungen nach Hirnverletzungen, zum Beispiel durch Sauerstoffmangel bei der Geburt oder durch einen Unfall. Zu den Arten von Mobilitätsbeeinträchtigungen zählen auch der Verlust eines oder mehrerer Gliedmaßen durch Amputation sowie angeborene Fehlbildungen.

TERMINOLOGIE

Beim Sprechen über Menschen mit Mobilitätsbeeinträchtigungen – wie auch bei anderen Behinderungen – ist es sehr wichtig, eine angemessene Sprache zu verwenden. Allgemein akzeptierte Bezeichnungen sind „Mensch mit Mobilitätsbeeinträchtigung“, „Mensch mit körperlicher Behinderung“ oder, wenn tatsächlich ein Rollstuhl genutzt wird, „Rollstuhlnutzer*in“. Am wichtigsten ist jedoch, die Person zu sehen und zu benennen – nicht nur die Behinderung. Also nicht einfach „der/die Behinderte“ oder „der/die Gehbehinderte“, sondern zum Beispiel „Mann mit Mobilitätsbeeinträchtigung“, „Frau mit körperlicher Behinderung“ oder „Kind mit Mobilitätsbeeinträchtigung“. So wird die Behinderung nicht als einziges bestimmendes Merkmal dargestellt, sondern als ein Attribut unter vielen.

Dabei ist zu beachten, dass persönliche Vorlieben unterschiedlich sind. Manche Menschen empfinden diese Begriffe als natürlich und bezeichnen sich selbst als Rollstuhlnutzer*in, Mensch mit Behinderung oder Mensch mit Mobilitätsbeeinträchtigung. Andere verwenden diese Begriffe jedoch gar nicht.

Es gibt allerdings auch Wörter, die heute unbedingt vermieden werden sollten. Begriffe wie „Krüppel“, „Invalide“ oder „Behinderte“ sind mittlerweile abwertend. Früher waren sie offizielle oder umgangssprachliche Bezeichnungen, daher können sie in älteren Büchern, Zeitungen oder sogar medizinischen Dokumenten vorkommen. Sie hatten damals nicht unbedingt eine negative Bedeutung, sind aber mit der Zeit stigmatisierend und

verletzend geworden. Deshalb sollten diese Ausdrücke heute vermieden und stattdessen respektvolle, personenzentrierte Begriffe verwendet werden.

UNTERSTÜTZUNG LEISTEN

Für Menschen mit Mobilitätsbeeinträchtigung ist Unabhängigkeit besonders wichtig. Deshalb gilt als erste Regel: Sprich die betroffene Person an, frage nach und handle erst danach. Eine unerwartete Bewegung – zum Beispiel plötzliches Anfassen oder Schieben des Rollstuhls – kann erschreckend und unangenehm sein. Viel besser ist es, zuerst das Gespräch zu suchen und zu fragen: „Kann ich Ihnen helfen?“ Wenn die Antwort „Nein“ lautet, sollte das respektiert werden. Wenn die Antwort „Ja“ lautet, ist es sinnvoll nachzufragen: „Wobei darf ich helfen?“ Denn es macht einen Unterschied, ob man eine Tür öffnen, beim Einsteigen in einen Bus helfen oder eine Haltemöglichkeit anbieten soll.

Viele denken, dass Unterstützung nur für Rollstuhlnutzer*innen wichtig ist. Doch nicht alle Menschen mit Mobilitätsbeeinträchtigung nutzen einen Rollstuhl. Manche bewegen sich mit Stock, Gehgestell oder Rollator, viele jedoch auch ohne sichtbare Hilfsmittel. In solchen Fällen kann es dennoch schwerfallen, lange zu stehen – ein Sitzplatz, eine Stange oder eine Anlehnmöglichkeit können dann wichtig sein. Diese unsichtbaren Schwierigkeiten nennt man „nicht-sichtbare Behinderungen“. Jemand kann beispielsweise Hüftprobleme haben, eine Prothese tragen, ein orthopädisches Hilfsmittel nutzen

oder einfach Gleichgewichtsschwierigkeiten haben. Besonders im öffentlichen Nahverkehr ist das bedeutsam: Auch wenn es von außen nicht erkennbar ist, ist es für die Person entscheidend, sitzen oder sich festhalten zu können. Daher sollte man, wenn man den Eindruck hat, dass jemand schwer stehen kann, immer höflich einen Sitzplatz anbieten.

Helfen bedeutet nicht, die Kontrolle zu übernehmen, sondern Unterstützung dort anzubieten, wo sie gebraucht wird. Eine Tür zu öffnen, auf einen freien Sitz hinzuweisen oder kleine Rücksichtnahmen können eine große Hilfe sein.

UNTERSTÜTZUNG IN KONKRETEN SITUATIONEN

Unterwegs in der Stadt

Öffentliche Verkehrsmittel stellen oft Herausforderungen dar. Die passende Unterstützung hängt davon ab, welche Hilfsmittel die Person nutzt. Bei Rollstühlen ist es am besten, beim Ein- und Aussteigen Barrierefreiheit zu sichern. Den Rollstuhl ohne zu fragen zu schieben ist unangemessen und kann gefährlich sein. Besser ist es, die Person direkt anzusprechen: „Darf ich Ihnen beim Auffahren der Rampe helfen?“

Bei Gehstützen, Rollator oder Krücken dienen diese entweder beim Einsteigen oder beim Halten des Gleichgewichts im Fahrzeug. Wichtig ist: immer fragen, niemals Hilfsmittel ohne Zustimmung wegnehmen und ausreichend Platz lassen. Schon

ein Anstoßen oder Stolpern über Hilfsmittel kann zu Unfällen führen. Sinnvolle Fragen wären: „Soll ich den Rollator halten, während Sie einsteigen?“ oder „Darf ich Ihren Arm halten, damit Sie leichter hochkommen?“

Menschen ohne Hilfsmittel können trotzdem langsamer oder unsicherer beim Einsteigen sein. Da dies oft nicht sichtbar ist, sind Geduld und Höflichkeit besonders hilfreich.

Ganz wichtig: Akzeptiere es, wenn jemand Hilfe ablehnt. Auch wenn Bewegungen von außen unsicher wirken, kennt die Person ihre eigene Mobilität am besten. Ungefragtes Eingreifen kann schaden oder sogar Unfälle verursachen.

Türen und Gebäude

Eingangstüren sind oft schwer zu öffnen. Am besten unterstützt man, indem man die Tür öffnet und der Person Zeit lässt. Jemanden ohne Zustimmung zu ziehen oder den Rollstuhl zu schieben, ist respektlos. Stattdessen sollte man Raum geben, die Tür offenhalten und, falls vorhanden, auf Aufzüge oder Rampen hinweisen.

Treppen und Rampen

Treppen sind große Hindernisse. Man kann Hilfe anbieten, etwa beim Erreichen eines Geländers oder durch den Arm zum Festhalten – aber nur, wenn die Person es möchte. Bei Rollstuhlnutzer*innen ist unaufgefordertes Anheben gefährlich. Unterstützung heißt: den Weg frei halten und Anweisungen befolgen. Bei Rampen genügt oft geduldiges Warten.

Geschäfte und Büros

Auch kleine Gesten wie das Anbieten eines Stuhls, das Zeigen des Aufzugs oder das Herunternehmen von Waren aus dem Regal sind hilfreich. Wichtig ist, die Person direkt anzusprechen, nicht den Begleiter.

Soziale Situationen

In Gesellschaft zählen Aufmerksamkeit und Gleichbehandlung. Man sollte nicht über die Person in der dritten Person sprechen, sondern sie direkt einbeziehen. Menschen mit Mobilitätsbeeinträchtigungen können auch Sprachschwierigkeiten haben und Hilfsmittel wie Sprachcomputer nutzen. Geduld ist hier entscheidend.

FREIZEIT, KULTUR UND SPORT

Freizeit und Kultur sind für Menschen mit Behinderungen genauso wichtig. Barrieren entstehen oft durch mangelnde Zugänglichkeit. Vorausschauendes Denken hilft: Ist der Veranstaltungsort barrierefrei? Gibt es Rampen, Aufzüge, barrierefreie Toiletten, reservierte Plätze?

Im Theater oder Kino kann es hilfreich sein, beim Finden des Platzes zu helfen – aber immer nach den Wünschen der Person fragen. Bei Konzerten oder Festivals ist Rücksicht im Gedränge wichtig. Im Park oder Museum helfen Sitzgelegenheiten oder barrierefreie Wege.

Beim Sport ist Selbstständigkeit besonders bedeutend. Menschen sollen Aktivitäten eigenständig ausprobieren können. Überbehütung nimmt Freude und Selbstvertrauen. Gleichzeitig ist Aufmerksamkeit wichtig, um Unfälle im Gedränge zu vermeiden.

Das Wichtigste: Jeder weiß selbst am besten, was er braucht. Rücksicht auf individueller und gesellschaftlicher Ebene macht Teilhabe möglich.

BILDUNG UND ARBEIT

Schule

Schule bedeutet Lernen, Entwicklung und Freundschaften. Kinder mit Mobilitätsbeeinträchtigung sollen gleichermaßen teilnehmen können – mit Rampen, Aufzügen, geeigneten Toiletten und sicheren Außenbereichen.

Auch Mitschülerinnen und Lehrkräfte tragen viel bei. Wichtig ist, dass Kinder verstehen, dass ihre behinderten Mitschülerinnen genauso gerne spielen und lernen – nur auf andere Weise. Ein Kind im Rollstuhl kann zum Beispiel im Tor spielen.

Lehrkräfte können durch kleine Anpassungen helfen: mehr Zeit für Aufgaben, Sitzplatzarbeit statt Tafelgang, Einsatz digitaler Hilfsmittel wie Tablets.

Arbeitswelt

Am Arbeitsplatz sind Barrierefreiheit und ergonomische Ausstattung entscheidend. Kleine Gesten, wie freie Bewegungsflächen oder zugängliche Dokumente, sind hilfreich.

Flexible Arbeitszeiten und Homeoffice sind besonders für Menschen mit anstrengendem Arbeitsweg wertvoll. Wichtig ist: die Person als vollwertige Kolleg*in sehen und ihre Stärken nutzen.

PRIVATLEBEN

Familien- und Liebesleben von Menschen mit Mobilitätsbeeinträchtigung ist genauso vielfältig. Die Umwelt sollte sie nicht nur durch die Behinderung sehen.

Oft sind es verletzende Fragen oder Vorurteile, die belasten – etwa zu Fähigkeiten oder Sexualität. Doch Mobilitätsbeeinträchtigung schließt Intimität oder Elternschaft nicht aus.

In Beziehungen zählen Respekt, Gleichwertigkeit und Liebe – nicht ein ständiges „Pflegeverhältnis“. Menschen mit Mobilitätsbeeinträchtigung können auch liebevolle Eltern sein. Unterstützung heißt, ihre Elternrolle zu respektieren.

ZUSAMMENFASSUNG

Eine Mobilitätsbeeinträchtigung bestimmt nicht allein das Leben. Entscheidend ist die Offenheit und Zugänglichkeit der Gesellschaft. Mit Geduld und Respekt können Menschen mit Behinderungen in allen Lebensbereichen – Bildung, Arbeit, Familie, Freizeit, Kultur – selbstbestimmt teilhaben.

Die wahren Barrieren liegen oft nicht im Körper, sondern in Umwelt und Denken. Wenn wir aufmerksam und offen sind, wird es selbstverständlich, dass Menschen mit Behinderung gleichwertige Mitglieder der Gemeinschaft sind. Akzeptanz, Rücksicht und Zusammenarbeit bereichern uns alle.

