

## Inklusion im Breitensport

Von Renate Link

Alle reden von Inklusion. Was verbirgt sich eigentlich hinter dem Wort und was hat das mit Breitensport zu tun? Geht es dabei nicht um Kinder mit Behinderung und Schule? Ich möchte Ihre Neugier wecken und Sie einladen, sich mit dem Thema Inklusion zu beschäftigen. Es geht bei Weitem nicht nur um Kinder und Schule oder um Behinderung.

Das Wort Inklusion kommt vom lateinischen „inclusio“, was mit Einschluss, Zugehörigkeit übersetzt werden kann. Aktion Mensch sagt: „Inklusion heißt wörtlich übersetzt Zugehörigkeit, also das Gegenteil von Ausgrenzung. Wenn jeder Mensch – mit oder ohne Behinderung – überall dabei sein kann, in der Schule, am Arbeitsplatz, im Wohnviertel, in der Freizeit, dann ist das gelungene Inklusion. In einer inklusiven Gesellschaft ist es normal, verschieden zu sein. Jeder ist willkommen. Und davon profitieren wir alle: zum Beispiel durch den Abbau von Hürden, damit die Umwelt für alle zugänglich wird, aber auch durch weniger Barrieren in den Köpfen, mehr Offenheit, Toleranz und ein besseres Miteinander.“

Verschiedenheit hat viele Facetten, Behinderung ist nur eine davon. Alter, kulturelle Zugehörigkeit oder Geschlecht sind weitere Facetten von Vielfalt, die auch im Breitensport vertreten sind. Übungsleiter\_innen haben mit dieser Vielfalt sicherlich überraschende, schöne oder anstrengende Begegnungen. Dass sportliche Aktivitäten zum psychischen und physischen Wohlbefinden beitragen, sowohl durch die Bewegung selbst, als auch durch das Zusammensein mit anderen, ist bekannt. Dieses Zusammensein ist bereichernd, funktioniert aber nicht immer reibungslos.

Wir möchten Ihnen im nebenstehenden Interview ein Beispiel für gelebte Inklusion vorstellen.

Zur Unterstützung der Übungsleiter\_innen möchte der Stadtverband für Sport Heilbronn im Mai eine Bedarfserhebung zum Thema Inklusion starten.

### Zur Autorin:

Renate Link, 43 Jahre, lebt im Landkreis Heilbronn und arbeitet seit Oktober 2015 bei den Offenen Hilfen im Bereich Inklusionsprojekte. Sie hat 2015 ihr Studium Inklusive Pädagogik und Heilpädagogik B.A. beendet. Sport ist ihr sehr wichtig, um wie sie sagt „den Kopf frei zu bekommen und einen Ausgleich für die Büroarbeit zu haben“.



## NICHT NUR REDEN, SONDERN MACHEN, MACHEN, MACHEN

*Uwe Kolb (40) lebt in Neipperg. Er ist seit 1999 Mitglied im Deutschen Alpenverein (DAV) und leitet seit 2009 den Offenen Klettertreff (OKT). Dieser findet einmal im Monat statt und richtet sich an Kletterbegeisterte ab 18 Jahren. Info unter [www.dav-heilbronn.de/cms/kletterarena](http://www.dav-heilbronn.de/cms/kletterarena). Renate Link hat sich mit ihm über den Offenen Klettertreff in der DAV Kletterarena unterhalten.*

*Herr Kolb, wie sind Sie zum Klettern gekommen?*

**Kolb:** Ich war schon immer sportlich aktiv und habe das auch im Zivildienst in einer Jugendhilfeeinrichtung miteinbringen können. Dort wurde mit den Jugendlichen geklettert. Ich habe mit Höhenangst angefangen, aber es war interessant zu merken, dass ich mit jeder Wiederholung meine Grenzen verschieben konnte. Nicht aufgeben, immer wieder versuchen und weiterkommen. Auch bei den Jugendlichen, mit denen ich gearbeitet habe, gab es im Klettern eine hohe Motivation. Wenn mir was wirklich wichtig ist, dann arbeite ich daran. Das Klettern bietet einen Rahmen für ein positives Feedback.

*Wer kann beim Offenen Klettertreff mitmachen?*

**Kolb:** Nach einem Schnupperklettern kann man den Topropekurs machen. Grundvoraussetzung ist, die Sicherung zu beherrschen. Der OKT ist ab 18 Jahren. Wir haben momentan Leute von 20 bis 60 Jahren in der Gruppe, immer wieder auch Menschen mit Handicap. Die Gruppe ist im Leistungsniveau sehr gemischt, so findet sich immer ein Partner. Beim Klettern spielen die Äußerlichkeiten weniger eine Rolle, egal ob groß oder klein, alt oder jung. Essentiell ist die menschliche Ebene. Klettern ist ein ehrlicher Sport, das kann eine Herausforderung sein. Natürlich kann es auch mal Konflikte geben, wenn man sich lieber von jemandem anderen sichern lassen will, aber das hat nichts mit Behinderung zu tun, sondern mit den Menschen.

*Gibt es Gründe, die eine Teilnahme am Klettertreff nicht möglich machen?*

**Kolb:** Nein, wir hatten beim Klettern schon

blinde oder hörbehinderte Menschen. Bei Hörgeschädigten läuft viel über die Augen, der Fokus liegt dann auf anderen Sinnen. Es muss eine klare Kommunikation möglich sein, zum Beispiel über Handzeichen oder Seilvibrationen, dann ist es auch egal, ob die Menschen die deutsche Sprache sprechen. Die Erklärungen müssen eben viel bildhafter sein, man muss als Trainer mehr Erklärungen wiederholen und öfters kontrollieren, ob alles verstanden wurde. Immer wieder Input reingeben und schauen, wie ist das Verständnis. Man braucht etwas mehr Zeit, mehrere Durchläufe. Der Schwierigkeitsgrad beim Klettern kann variabel gestaltet werden, damit alle mitklettern können. Die Sicherheitsregeln müssen immer eingehalten werden.

*Muss eine Übungsleitung eine pädagogische Ausbildung haben, um Inklusion im Breitensport möglich zu machen?*

**Kolb:** Das Menschliche muss stimmen, pädagogisches Handeln liegt uns in den Genen. Wichtig ist es eine Beziehung zu finden, die Erfahrung, das Engagement und Selbstreflexion. Es ist eine Herausforderung umzudenken, wenn Menschen mit Handicap dabei sind. Manchmal ist es auch eine Gratwanderung zwischen Fordern und Überfordern. Man muss vieles ausprobieren, einen Input geben, im anderen Menschen lesen können, wie reagiert der, verlange ich zu viel? Auch muss die Zielsetzung geklärt sein, was will ich mit meiner Gruppe? Will ich meine Mannschaft schnell voranbringen oder gehen wir den Weg gemeinsam. Es wurde schon viel über Inklusion geschrieben, wichtig ist machen, machen, machen. ■