

## Integration im und durch Sport

Verschiedene wissenschaftliche Untersuchungen kommen ebenfalls zum Schluss, dass Behindertensport die Integration in den Alltag unterstützen kann. So auch Turn- und Sportlehrerin Francisca Eugster Büsch, mit der Procap zusammenarbeitet, in ihrer Lizenzarbeit im Fach Sonderpädagogik. Sport könne das «physische Selbstbild und Potential fördern», indem er «lebenspraktische Bewegungs- und Handlungsgrundlagen» vermittele, und schliesslich auch zum Knüpfen sozialer Kontakte führe. Man unterscheidet zwischen Integration im Sport und Integration durch Sport. Dabei kann es natürlich auch Schnittstellen geben. Ein Hintergrundpapier der Organisation «Plusport» definiert es so:

- Integration im Sport findet dann statt, wenn ein Behindertensportler Mitglied einer Behindertensportgruppe ist;
- Integration durch Sport ergibt sich dann, wenn ein Behindertensportler beispielsweise mit Freunden oder seiner Familie Skiferien verbringt und durch ein solches Beziehungsnetz berufliche oder private Entwicklungen möglich werden;
- Wenn ein Behinderter Mitglied einer Sportgruppe Nichtbehinderter ist, bezeichnet das «Plusport» als Integration im und durch Sport.

Zur beruflichen Entwicklung durch Sport meint Eugster: «Bewegung und Sport führt zu einem besseren Selbstbild, das hilft, sich im Arbeitsmarkt zu positionieren.» Das Wohlbefinden, das sich durch Sport erreichen lasse, wirke sich positiv auf die berufliche Sozialisation aus. Integration im Behindertensport bezeichnet sie hingegen nur als Teilziel. Es bedeute aber immerhin einen Schritt aus der Isolation heraus und es gebe im reinen Behindertensport keine Stigmatisierung, weil man unter seinesgleichen sei. «Hochzufrieden» zurück in den Alltag

Für Procap Sport stehen im Behindertensport Gesundheit, Wohlbefinden, die Erhaltung oder Verbesserung körperlicher Fähigkeiten sowie die Entwicklung eines guten Körpergefühls im Vordergrund. Der Schwerpunkt der zentralen Sportkursangebote liegt dabei auf Outdoorsport, wobei gemäss vier erlebnispädagogischen Prinzipien gearbeitet wird: aussergewöhnliche Erlebnisse; Abwechslung vom Alltag; integrative Angebote - «Miteinander»; Tandem-Prinzip - «Füreinander». Als Methode werden Kooperationsprojekte initiiert, in denen die Teilnehmenden mit und ohne Behinderung voneinander lernen können. «Dabei spielen die Gruppendynamik und der Teamgeist eine wichtige Rolle», erklärt Helena Bigler, Leiterin von Procap Sport und Reisen. «Behinderte sind Profis in ihrem spezifischen Lebensbereich, davon können Helfer lernen.» Nichtbehinderte würden durch die enge Zusammenarbeit zudem auch sehen, was es heisst, behindert zu sein.

So etwa auch beim kürzlichen Gebirgstrekking auf die Länta-Hüte im Graubünden. Gehbehinderte wurden auf speziellen Trekkingrollstühlen über die steinigen Wege geschoben und gestossen. Darunter auch Sonja Häsler aus Basel: «Seit Jahren konnte ich die Berge erstmals hautnah erleben.» Das Erlebnis sei für sie aber auch unter dem gesellschaftlichen Aspekt bereichernd gewesen. Sonja Häsler: «Innert Kürze sind dreissig meist unbekannte Leute zu einer Truppe hilfsbereiter Menschen zusammengeschweisst worden und es kam mir vor, als würde man sich schon lange kennen.»

Auch der 81-jährige blinde Alfred Post war begeistert von der Bergtour: «Wir Behinderte haben zwei unvergesslich schöne Tage in den Alpen erlebt, einen gemütlichen Aufenthalt in der schönen Länta-Hütte verbracht und sind am Sonntag wieder hochzufrieden in unseren oft etwas trostlosen Alltag zurück gekehrt.»

Adrian Hauser