

9. Quelle: Deutsches Rotes Kreuz, Generalsekretariat, Referat Behindertenarbeit (www.drk.de)

Wichtige Punkte für den Umgang mit behinderten Menschen

Helfen ist eine gute Sache, doch jede Hilfe muss überlegt, und sie muss auch erwünscht sein!

Sie kennen vielleicht die schon etwas alte Geschichte von den beiden wohlzogenen, hilfsbereiten jungen Leuten, die sich nach Kräften bemühten, eine alte Dame sicher über eine belebte Gross-Stadtstrasse zu begleiten. Die Dame schien besonders ängstlich, denn die beiden Wohltäter hatten Mühe, sie zum Weitergehen zu überreden und mussten gelegentlich sogar etwas nachhelfen. Sie schafften es aber schliesslich doch und verschwanden in aller Bescheidenheit ohne den Dank abzuwarten.

Die Dame stand nun auf der anderen Strassenseite und war sehr ausser Atem. Als sie sich etwas erholt hatte, schickte sie sich an, die Strasse wieder zu überqueren. Allein. Sie hatte gar nicht über die Strasse gewollt.

Zum Glück ist diese Geschichte von der Wirklichkeit inzwischen überholt - alte und behinderte Menschen sagen in der Regel nämlich, was sie wollen und was nicht. Dennoch erleben sie es häufig, dass ihre Mitmenschen eifrig bemüht sind, ihnen zu helfen und meinen, es sei falsche Bescheidenheit, wenn ihre Hilfe nicht angenommen wird. Behinderte Menschen sind jedoch nicht immer hilflos, denn sie haben gelernt, mit ihrer Behinderung zu leben und erwarten, so akzeptiert zu werden, wie sie sind. Oft können sich Personen mit einer Behinderung gut selbst helfen, und wenn nicht, dann wissen sie selbst am besten, wie Sie ihnen helfen können.

Als Grundregel gilt daher für Sie als helfende Person, vor jeder Hilfeleistung die Fragen zu stellen:

- Kann ich Ihnen helfen?
- Wie kann ich Ihnen helfen?

Sie sollten nicht darauf bestehen zu helfen, wenn der behinderte Mensch Ihr Angebot dankend ablehnt; oder darüber enttäuscht sein und das nächste Mal nicht mehr fragen, ob Sie helfen können, obwohl vielleicht gerade dann Ihre Hilfe nötig und willkommen wäre.

Wird Ihre Hilfe angenommen, so handeln sie bitte nach den Wünschen / Anweisungen der behinderten Person, denn sie weiß am besten, was zu geschehen hat.

Menschen mit körperlichen Behinderungen

Körperbehinderte Menschen können zu den erkennbaren auch weitere Behinderungen haben. Darum: erst fragen - dann helfen - nach den Anweisungen Ihres behinderten Gesprächspartners.

Gehbehinderte Menschen können Sie - auf Wunsch - behilflich sein z.B. beim Ein- und Aussteigen, beim Treppensteigen, beim Tragen, bei Eisglätte und Schnee. Passen Sie bitte beim Mitgehen das eigene Tempo dem des behinderten Menschen an.

Handbehinderten Personen können Sie Hilfe anbieten z.B. beim Öffnen von Flaschen, beim Schneiden von Lebensmitteln, beim Bedienen von Türen, Fahrstühlen usw.

Personen im Rollstuhl können Sie auf Wunsch bei der Überwindung von Stufen, Bordsteinkanten o.ä. Hindernissen behilflich sein. Auch hier folgen Sie bitte den Anweisungen Ihres behinderten Partners, der Ihnen die richtigen Handgriffe nennt.

Blinde Menschen

Einen blinden Menschen müssen Sie von vorne ansprechen, damit Sie erkannt werden. Er erschrickt, wenn Sie ihn ohne Vorbereitung berühren. Auch bei blinden Menschen gilt daher der Grundsatz:

Erst fragen - dann helfen! - Nach den Anweisungen des blinden Menschen.

Sprechen Sie ruhig und selbstverständlich von dem, was Sie sehen. Sagen Sie an, wenn eine Stufe, eine Pfütze oder ein anderes Hindernis kommt.

Beim Gehen hakt der blinde Mensch Sie ein, nicht umgekehrt.

Gegenstände in einer für die blinde Person unbekanntem Umgebung zeigen Sie bitte durch Hinführen Ihrer Hand an das betreffende Objekt an. Erläutern Sie bitte gleichzeitig, was Sie sehen.

Beschreiben Sie beim Essen, was es gibt, und fragen Sie dann, was der blinde Mensch davon wünscht.

Hilfe beim Zerkleinern der Speisen ist hier nicht immer nötig. Auch hier gilt für Sie:

Erst fragen - dann helfen!

Bitte fassen Sie blinde Menschen mit einem Hund niemals an.

Hörbehinderte und gehörlose Menschen

Sie müssen von hörbehinderten Menschen und gehörlosen Menschen gesehen werden, bevor Sie Ihnen Ihre Hilfe anbieten und gegebenenfalls berühren können - sie erschrecken sonst heftig.

Ihr Sprechen müssen hörbehinderte und gehörlose Personen von Ihrem Mund ablesen können. Stellen Sie sich deshalb bitte so, dass Ihr Gesicht gut beleuchtet ist und Sie ihnen möglichst gegenüber stehen.

Sprechen Sie langsam und deutlich, in normaler Lautstärke und ohne Übertreibungen. Sprechen Sie in kurzen Sätzen. Schreiben Sie Stichworte auf, wenn es um komplizierte Dinge geht. Geben Sie Arbeits- oder Handlungsanweisungen an gehörlose Menschen auf doppelte Weise: Machen Sie den Sachverhalt erst durch Gesten vor und sprechen Sie dann die Erklärung.

Menschen mit Sprachbehinderungen

Hören Sie sprachbehinderten Menschen geduldig und selbstverständlich an, auch wenn Sie beim Sprechen Fehler machen sollten oder längere Zeit benötigen.

Sprechen Sie bitte deutlich und normal. Bitte reden Sie mit sprachbehinderten Menschen nicht in Kindersprache (auch nicht mit Kindern).

Denken Sie daran, dass sich sprachbehinderte Menschen ihrer Behinderung sehr bewusst sind. Die Sprachbehinderung kann sich zu einer Sprechblockade entwickeln, wenn sich der/ die Betroffene nicht ernst genommen fühlt und dadurch zusätzliche Sprachhemmungen entstehen. Isolation und Kontaktstörungen mit der Umwelt können die Folge sein.

Menschen mit geistigen Behinderungen

Der Umgang mit geistig behinderten Menschen erfordert von Ihnen viel Geduld, Verständnis und Güte. Denn geistig behinderte Menschen möchten - ebenso wie Sie - ernstgenommen und freundlich behandelt werden.

Sprechen Sie bitte mit geistig behinderten Menschen in kurzen und klaren Sätzen (nicht in Kindersprache). Machen Sie lieber eine Sache vor, anstatt lange Erklärungen abzugeben. Geben Sie Anweisungen oder Bitten präzise und falls nötig, wiederholt. Gliedern Sie Aufträge in kleine Teilaufträge.

Geistig behinderte Menschen verstehen viel mehr, als allgemein angenommen wird. Höflichkeit und Freundlichkeit im Kontakt zu geistig behinderten Menschen sollten daher ebenso selbstverständlich sein wie im allgemein menschlichem Umgang.

Menschen mit Epilepsie

Epilepsie äussert sich nicht nur in Anfällen, sondern auch darin, dass der/die Betroffene manchmal ohne erkennbaren Anlass verstimmt und traurig ist.

Sie können in der Umgebung eines epilepsiekranken Menschen bei seiner richtigen Behandlung mitwirken. Hierzu sollten Sie wissen, dass es für die Betroffenen wichtig ist

- ihre Medikamente regelmässig und in der richtigen Dosierung zu nehmen
- stets zur gleichen Zeit schlafen gehen
- keinen Alkohol zu sich zu nehmen.

Entfernen Sie bitte bei einem Anfall alle gefährlichen Gegenstände aus der Nähe des/der Betroffenen und vermeiden Sie jede Verletzungsmöglichkeit. Veranlassen Sie gleichzeitig ärztliche Hilfe.

Bei solchen Notfällen müssen Sie selbstverständlich helfen und nicht „erst fragen“.

Menschen mit psychischen Erkrankungen (seelischen Behinderungen)

„Seelische Behinderungen“ sind nicht sichtbar, meist sogar nicht einmal direkt bemerkbar. Doch erkranken bei uns mindestens eine Million Menschen ein- oder mehrmals in ihrem Leben an einem seelischen Leiden in Form einer schweren Depression oder eines Angstzustandes, verbunden mit wahnhaften Vorstellungen. Diese psychischen Erkrankungen sind heute gut behandelbar. Sie sollten wissen, dass es für psychisch kranke Menschen wichtig ist

- ihre Medikamente regelmäßig und in der vorgeschriebenen Dosierung unter ärztlicher Kontrolle einzunehmen
 - Alkohol zu vermeiden
 - nicht besonderen zusätzlichen Anforderungen und Belastungen ausgesetzt zu sein.
- Seelische Behinderung wird für Sie, wenn überhaupt, oft dadurch erkennbar, dass der betroffene Mensch besondere Schwierigkeiten im Kontakt mit seinem sozialen Umfeld hat. Einem psychisch kranken Menschen helfen, heisst für Sie, mit Geduld, Beständigkeit und Offenheit die eigene Kontaktbereitschaft stets aufs Neue zu verdeutlichen und sich nicht enttäuscht zurückzuziehen, wenn ihr Angebot nicht (oder nicht gleich) angenommen wird. Helfen heisst auch hier für Sie, den betroffenen Menschen nicht wie einen Kranken oder Unmündigen zu behandeln, sondern ihm unter Berücksichtigung seiner besonderen Situation so „normal“ wie möglich zu begegnen.