

Fachtagung Empowerment und Teilhabe 22. November in Kassel

Vortrag

Empowerment und Selbstbestimmt-Leben-Bewegung

Brigitte Faber, Weibernetz e.V.



Schönen guten Tag.

Mein Name ist Brigitte Faber.

Ich freue mich sehr, dass ich für diesen Vortrag eingeladen wurde.

Ich arbeite beim Weibernetz.

Weibernetz ist die Interessen-Vertretung für Frauen mit Behinderung.

Bei uns machen Frauen mit ganz unterschiedlichen Behinderungen mit.

Zum Beispiel: Frauen im Rollstuhl, blinde Frauen, Frauen mit Lern-Schwierigkeiten, schwerhörige Frauen, Frauen mit psychischen Problemen.

Und: Wichtige Entscheidungen dürfen bei uns nur die Frauen mit Behinderung treffen. Denn sie sind die Expertinnen in eigener Sache.

Frauen ohne Behinderung dürfen bei uns gerne mitmachen.

Aber Sachen, die für Frauen mit Behinderung wichtig sind, dürfen sie nicht entscheiden.

Die Netzwerke von Frauen mit Behinderung in den Bundes-Ländern sind auch bei uns Mitglied.

Wir arbeiten für ganz Deutschland.

Wir arbeiten in Arbeits-Gruppen mit.

Wir reden mit Politikerinnen und Politikern.

Wir sagen: das ist für Frauen mit Behinderung wichtig

Und wir halten Vorträge.

Ich wurde gebeten, meinen Vortrag in einfacher oder Leichter Sprache zu halten.

Das mache ich sehr gerne.

Denn Leichte Sprache ist wichtig.

Damit alle verstehen können: Darum geht es in dem Vortrag

Der Vortrag heißt:

Empowerment und Selbst-bestimmt-Leben-Bewegung.

Und da ist schon ein Problem.

Empowerment ist kein einfaches Wort.

Ich habe nachgeschaut: welche anderen Worte gibt es für Empowerment.

Das sind andere Worte für Empowerment:

- Befähigung
- Ermächtigung

Das sind auch keine einfachen Worte.

Vielleicht haben einige von Ihnen ja schon gehört:

„Boh, die Lisa hat Power. Die macht das total super!“

Oder: „Klasse, der Klaus hat Power. Was der alles schafft!“

Power haben heißt Kraft haben.

Em-**power**-ment hat also etwas mit Kraft zu tun.

Und mit Stärke

Empowerment hat zwei Seiten

Die eine Seite heißt:

Eigene Stärken entdecken.



Die andere Seite heißt:

Menschen stärken und Mut machen.



Die eigenen Stärken entdecken.



Ich muss für mich schauen:

- **Was will ich?**

Zum Beispiel: Wo möchte ich wohnen?

Wie möchte ich wohnen?

Was möchte ich arbeiten?

- **Was kann ich gut?**

Zum Beispiel: Ich kann gut singen.

Oder: Ich kann gut Briefe schreiben.

Oder: Ich kann gut zuhören.

- **Was kann ich nicht so gut?**

Zum Beispiel: Ich kann nicht so gut rechnen.

Oder: Ich kann nicht so gut Lesen.

- **Was möchte ich besser können?**

Zum Beispiel: Ich möchte besser Lesen können.

Oder: Ich möchte besser rechnen können.

- **Was möchte ich verändern?**

Zum Beispiel: Ich möchte in einer eigenen Wohnung wohnen.

Oder: Ich möchte lernen, „Nein“ zu sagen. Wenn ich etwas nicht will.



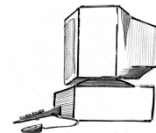
Die Menschen stärken und Mut machen.

- **Das richtige Werkzeug geben.**

Wenn eine Frau etwas schrauben möchte,
braucht sie einen Schrauben-Schlüssel.

Wenn ein Mann eine Mail schreiben möchte,
braucht er einen Computer.

Einer Person das richtige Werkzeug geben: das ist Empowerment



- **Helfen, das richtige Werkzeug zu bekommen.**

Ich habe das richtige Werkzeug auch nicht.

Aber ich weiß: so kann man es bekommen.

Ich helfe der Frau oder dem Mann dabei, es zu bekommen.

Das ist auch Empowerment.

- **Das nötige Wissen geben**

Zum Beispiel das Wissen über Rechte.

Um sagen zu können: das darf ich tun.

Und das dürfen andere tun.

Aber auch: das darf ich nicht tun.

Und das dürfen andere nicht tun.

Einer Person das nötige Wissen geben: das ist Empowerment.



- **Helfen, das nötige Wissen zu bekommen**

Ich habe das nötige Wissen auch nicht.

Aber ich weiß: so kann man es bekommen.

Ich helfe der Frau oder dem Mann dabei, das Wissen zu bekommen.

Auch das ist Empowerment.

- **Mut machen**

Mut machen ist ganz wichtig.

Mut machen ist, wenn jemand sagt: Du schaffst das!

Du kannst das! Ich glaube an Dich!

Einer Person Mut machen: das ist auch Empowerment



Empowerment - das ist das Ziel:

Das Ziel von Empowerment ist die Selbst-Bestimmung

- **Eigene Lebenswege selbst bestimmen.**

Zum Beispiel: Das möchte ich arbeiten.

Oder: Ich möchte ein Kind haben.

Oder: Ich möchte kein Kind haben.

Zu lernen: Ich bestimme selbst über mein Leben

- **Eigene Lebens-Räume selbst bestimmen.**

Zum Beispiel: Dort möchte ich wohnen.

Oder: Solche Möbel möchte ich haben.

Oder: Dort möchte ich spazieren gehen.

Zu lernen: Ich bestimme selbst, wo ich lebe.



Empowerment in Amerika



Woher kommt Empowerment?

Empowerment ist ein englisches Wort.

Empowerment gab es zuerst in Amerika. In den USA.

Frauen und Männer mit schwarzer Hautfarbe haben gesagt:

Wir sind Bürgerinnen und Bürger.

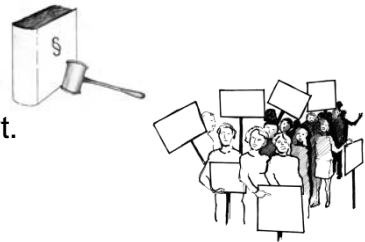
Genauso wie die Menschen mit weißer Hautfarbe.

Wir wollen die gleichen Rechte haben.

Die Menschen mit schwarzer Hautfarbe haben demonstriert.

Für ihre gleichen Rechte als Bürgerinnen und Bürger.

Der Kampf für diese gleichen Rechte heißt Bürger-Rechts-Bewegung.



Empowerment in Deutschland



Frauen und Männer mit Behinderung haben gesagt:

Wir sind auch Bürgerinnen und Bürger.

Genauso wie die Menschen ohne Behinderung.

Wir wollen auch die gleichen Rechte haben.

Die Menschen mit Behinderung haben auch demonstriert.

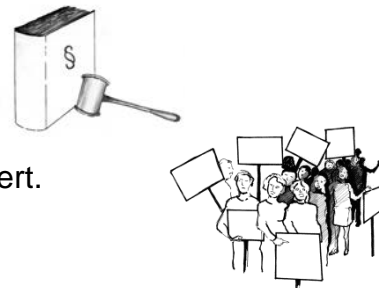
Für ihre gleichen Rechte als Bürgerinnen und Bürger

Auch dieser Kampf für die gleichen Rechte heißt Bürger-Rechts-Bewegung.

Die Frauen und Männer mit Behinderung haben sich zusammen geschlossen.

Sie haben die Selbst-bestimmt-Leben-Bewegung gegründet.

Die Selbst-bestimmt-Leben-Bewegung ist eine Bürger-Rechts-Bewegung



Die Selbst-bestimmt-Leben-Bewegung

Menschen mit Behinderung sagen:



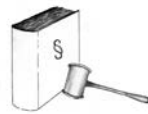
Wir wissen selbst am besten:

- **Was wir möchten.**
- **Wie wir leben wollen.**
- **Was wir nicht möchten.**



Die Frauen und Männer in der Selbst-bestimmt-Leben-Bewegung sagen:

- **Wir wollen nicht nur Geschenke.**
- **Wir wollen Rechte.**



Geschenke sind toll. Es ist schön, Geschenke zu bekommen.

Aber: die anderen bestimmen, ob ich etwas bekomme.

Ich habe kein Recht auf Geschenke.

Deshalb wollen wir Rechte für wichtige Dinge.

Zum Beispiel das Recht: So möchte ich wohnen. Oder: Ich möchte meinen Freund heiraten. Oder: Ich möchte ein Kind haben.

- **Wir wollen nicht, dass immer andere bestimmen**
- **Wir wollen nicht abhängig sein**
- **Wir wollen selbst bestimmen.**



Selbst bestimmen können

Damit ich selbst bestimmen kann, ist es gut

- **Sachen selbst zu können. Zum Beispiel eine Mail schreiben.**
- **Oder: Sachen mit Hilfe selbst zu können**
- **Sachen selbst zu wissen.**
- **Oder: Sachen mit Hilfe selbst zu wissen**



Beratung von Menschen mit Behinderung für Menschen mit Behinderung

Peer Counseling

Menschen mit Behinderung haben gesagt:

- **Wir können uns gegenseitig viele Tipps geben**
- **Menschen mit Behinderung können andere Menschen mit Behinderung gut beraten**



Diese Beratung nennt man Peer Counseling.

Das ist wieder ein schweres Wort.

Peer Counseling ist auch englisch.

Es heißt: Gleiche beraten Gleiche.

Die Menschen habe etwas gemeinsam. Und darüber wird beraten.

Das können ganz verschiedene Sachen sein.

Zum Beispiel: Eine Frau mit Behinderung berät eine Frau mit Behinderung.



Oder. Eine Frau mit Behinderung berät einen Mann mit Behinderung.

Oder: eine Mutter berät eine Mutter.

ZsL

Von Menschen mit Behinderung wurden Zentren gegründet.

Zuerst in Amerika.

Und dann auch in Deutschland.

Ein solches Zentrum heißt: Zentrum zum selbstbestimmten Leben behinderter Menschen

Das ist sehr lang. Aber es gibt eine Abkürzung: **Z s L**

(Zentrum zum **S**elbst bestimmten **L**eben)



In diesen ZsL gibt es viele verschiedene Angebote.

Es gibt zum Beispiel

- **Informationen** (zu Gesetzen. Oder zu Hilfen.)



- **Beratung**

Dann beraten Frauen und Männer mit Behinderung andere Frauen und Männer mit Behinderung.
(Peer-Counseling)



- **Schulungen**



- **Mut machen.**

In einem ZsL machen Menschen mit Behinderung anderen Menschen mit Behinderung Mut.



Es gibt heute viele ZsL in Deutschland.

Dort sind Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen aktiv.

Zum Beispiel brauchen ganz viele dieser Menschen einen Rollstuhl.

Oder sie können nicht so gut sehen.

Oder sie sind blind.



Menschen mit Lern-Schwierigkeiten gibt es in den ZsL fast keine.

Das ist sehr schade.

Auch Menschen mit psychischen Problemen sind fast keine in den ZsL.

Auch das ist sehr schade.

Und auch gehörlose Menschen sind fast keine in den ZsL.

Das ist genauso schade.

Ganz schwierig ist es für Menschen mit Autismus.

Sie können oft nicht dort sein, wo viele andere Menschen sind.

Und sie haben noch keine Selbst-Vertretung.



Menschen mit Lern-Schwierigkeiten haben in Amerika einen eigenen Verein gegründet. Dieser heißt People First.

Auch in Deutschland wurde ein solcher Verein gegründet.

Dieser hieß auch People First.

People First heißt übersetzt: Mensch zuerst.

Denn Menschen mit Lern-Schwierigkeiten sind zuerst Menschen.

Das ist wichtig.

Die Behinderung kommt erst an zweiter Stelle.

Der Verein in Deutschland heißt heute: „Mensch zuerst – Netzwerk People First Deutschland.“



Die Frauen und Männer von Mensch zuerst sagen: Wir vertreten uns selbst!

Bei Mensch zuerst vertreten Menschen mit Lern-Schwierigkeiten die Interessen von Menschen mit Lern-Schwierigkeiten.

In Arbeits-Gruppen.



Oder in der Politik.



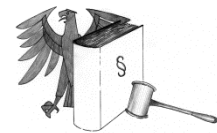
Und sie schreiben: das brauchen Menschen mit Lern-Schwierigkeiten.

Und sie sagen: Menschen mit Lern-Schwierigkeiten haben die gleichen Rechte.

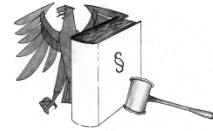
Wie alle anderen Menschen auch.

Menschen mit Lern-Schwierigkeiten sind Expertinnen und Experten in eigener Sache.

Mensch zuerst gehört auch zu der Selbstbestimmt-Leben-Bewegung.



Menschen mit psychischen Problemen schließen sich auch zusammen.
Es gibt einen Verein: den Bundes-Verband Psychiatrie-Erfahrener.
Dort sind Frauen und Männer aktiv, die schon einmal in der Psychiatrie waren.
Sie sagen: Menschen mit psychischen Problemen haben es sehr schwer.
Ihre Interessen werden oft nicht beachtet.
Und auch sie sagen: Menschen mit psychischen Problemen
haben die gleichen Rechte wie alle anderen Menschen.
Doch diese Rechte werden oft nicht beachtet.



Es muss noch viel geschehen.

Damit alle Menschen die gleichen Rechte bekommen.
Egal ob sie eine Behinderung haben.
Oder ob sie ohne Behinderung leben.



Ich bin nun am Ende meines Vortrages.
Ich danke Ihnen für Ihr Zuhören.

Zeichnungen bunt: © Reinhild Kassing, Kassel

Zeichnungen grau: © Sonja Karle

Zeichnung Frau mit Schrauben-Schlüssel: WINDOWS Clip Art