

SPORT MIT HANDICAP

THEMA HEUTE: Einschränkungen und Chancen aus Sicht eines Trainers



„Es sind einfach alles ganz tolle Menschen“

GEISTIGE BEHINDERUNG Hermann Rößing begleitet seit vielen Jahren die Laufgruppe der WfbM in Burhufe

Für Probleme sorgen eher die körperlichen Einschränkungen. Auch Eltern können zum Bremsklotz werden.

VON JOCHEN SCHRIEVERS

BURHAUF – Mit einem breiten Lächeln und glänzenden Augen winkt Hermann Rößing durch die Glasfront des Besprechungsraums. Eine Gruppe der Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM) in Burhufe macht Feierabend und verabschiedet sich gebührend. Rößing arbeitet im Berufsausbildungsbereich der WfbM und leitet seit vielen Jahren dort die Laufgruppe.

Laufen mit Kollegen

Der Sport ist für ihn eine gute Gelegenheit, den Gesetzen, Vorschriften und Maßgaben zu entkommen. Dass er dadurch nicht nur seine Arbeitszeit, sondern auch seine Freizeit mit denselben Menschen verbringt, stört ihn dabei nicht. Auf der Arbeit leitet er die Menschen mit Behinderung im Rahmen ihrer Ausbildung an, „danach sind es einfach nur Kollegen“, erklärt der 53-Jährige. In der Laufgruppe hat er es vor allem mit geistigen Behinderungen zu tun. Das Spektrum reicht dabei von Lernschwächen bis zum Down-Syndrom. Doch das spielt für Rößing keine Rolle. „Wichtig ist, dass jeder ohne Angstzustände in der Gruppe laufen kann“, macht er deutlich. Dennoch ist es schon vorgekommen, dass er einzelne nicht mehr mitgenommen hat. „Das hat dann aber meistens körperliche Gründe. Einige haben Herzfehler oder schwere Diabetes, darauf kann ich in der Gruppe nicht aufpassen“, erklärt er.

Den größten Unterschied zwischen seiner Trainerarbeit mit behinderten Menschen und der anderer Übungsleiter sieht er im Organisationsaufwand. „Ich kann nicht einfach einen Termin per WhatsApp verschicken, das funktioniert einfach nicht. Und wenn ich einfach nur Zettel aushändige, verschwindet davon auch die Hälfte“, sagt er. Daher ist die Vorbereitungszeit vor Wett-



Hermann Rößing ist Trainer, Motivator, Vorgesetzter und Kollege – vor allem ist er aber ein Teil einer starken Gemeinschaft.

BILD: JOCHEN SCHRIEVERS

kämpfen schon länger als bei anderen Gruppen. Auch im Training kommt es schon einmal zu Komplikationen. Einige seiner Schützlinge können mit Zahlen nicht viel anfangen. Daher helfen Ansagen wie „noch drei Runden“ wenig. Wieviel drei Runden sind, können einige einfach nicht abschätzen. Doch das sei einigen gesunden Läufern sicher auch schon passiert, dass sie nicht mehr genau wissen, wie viele Runden sie noch müssen, sagt Rößing lachend.

Persönliche Erfolge

Laufen ist für ihn ideal, um Menschen mit und ohne Behinderung zusammen zu bringen. Andere Sportarten würden gerade in der Arbeit mit geistig Behinderten nicht so gut funktionieren. „Fußball

oder Handball wäre in dieser Gruppe undenkbar“, sagt er. Die Koordination in Ballsportarten in einer Mannschaft und das damit verbundene Tempo würden einige schlichtweg überfordern. Beim Laufen kann jeder, obwohl er Teil einer Gruppe ist, seine ganz persönlichen Erfolge feiern. Ob vordere Platzierung oder Verbesserung der eigenen Bestzeit im hinteren Feld sei dabei egal. „Ich habe einen Läufer, dessen Bruder spielt Fußball, seine Schwester reitet. Wenn er nach einem Lauf mit einer Medaille nach Hause kommt, ist das sein großer Moment“, erklärt Rößing. Und diese Anerkennung, etwas alleine geschafft zu haben, sei sehr wichtig. Denn bei vielen hat es von diesen Momenten bislang nicht allzu viele gegeben.

Dass Sport auch positive Effekte auf die Ausprägung der jeweiligen Behinderung haben kann, hat Rößing mehrfach erlebt. Gerne erinnert er sich an eine Läuferin, die sowohl motorisch als auch psychisch beeinträchtigt war. Unter anderem stotterte sie stark. Bei einem Lauf fokuzierte sie sich so auf das Ziel, wollte unbedingt gewinnen, dass sie laut anfang zu reden – nahezu fehlerfrei. Heute habe sie zwar immer noch eine Art Akzent, rede ansonsten aber normal, berichtet Rößing.

Sport statt Medikamente

Auch bei Behinderten, die zu Aggressionen neigen, sei Sport ein gutes Mittel. Bei einem seiner Athleten wussten sich die Mediziner nicht mehr anders zu helfen, als ihn

mittels Psychopharmaka ruhig zu stellen. Er hatte im Vorfeld unter anderem eine Küche demoliert. Durch das Lauftraining und die Anerkennung in der Gruppe habe er die Aggressionen so weit unter Kontrolle bekommen, dass er mittlerweile wieder ohne Medikamente zurecht kommt.

Viele Dinge, die seine Arbeit erschweren, werden von außen hereingetragen, sagt Rößing. Ein Faktor seien die Eltern. So ist es schon vorgekommen, dass ein Vater seinem 40-jährigen Sohn die Teilnahme an der Laufgruppe verboten hat. Was für gesunde Menschen undenkbar ist, passiert bei Vormundschaften durchaus. Die Gründe dafür können ebenso vielfältig sein, wie die Behinderungen selbst. „Das fängt an bei Neid, weil die Eltern selbst nie etwas er-

reicht haben“, berichtet Rößing. Anderen passt es einfach nicht in die Geschichte, wenn das behinderte Kind plötzlich Erfolge feiert. „Wie, der kann laufen? Du hast doch immer erzählt, der kann alleine gar nichts“, spielt Rößing ein Gespräch zwischen einer Mutter und ihrer Nachbarin nach. Andere hingegen sind begeistert über die Fortschritte und Leistungen ihrer Kinder.

Andere Wahrnehmung

Doch die Lage habe sich deutlich verbessert. Während Behinderte früher so gut wie möglich aus der Öffentlichkeit fern gehalten wurden, ist die Wahrnehmung inzwischen eine andere. Menschen mit Behinderungen sind Teil der Gesellschaft, auch wenn das noch nicht bei allen angekommen sei. Er und seine Laufgruppe werden bei allen Veranstaltungen gut aufgenommen. Und dass die Läufergemeinschaft auch gerne nach Burhufe kommt, das haben die beiden Ostfriesischen Lauf- und Walkingfeste gezeigt, bei denen Rößing federführend mitgearbeitet hat.

Ihm ist es letztlich egal, was andere Menschen über seine Laufgruppe denken. Für ihn bietet sie eine gute Gelegenheit, dem gemeinsamen Hobby nachzugehen. Und auf seine Mitstreiter mit den unterschiedlichsten Einschränkungen, Behinderungen und Macken will er auf keinen Fall verzichten. „Es sind einfach alles ganz tolle Menschen“, sagt er, wieder mit seinem gewinnenden Lächeln und den glänzenden Augen.

Volle Unterstützung

Der Laufsport hat ihm auch das persönliche Glück beschert. Über den Sport sind er und seine Lebensgefährtin sich näher gekommen. Dass sie hinter seiner Tätigkeit als Trainer steht und ihm die Freiräume lässt, die er dafür braucht, ist ihm sehr wichtig. „Anders geht es nicht“, sagt er und wirkt dabei sehr zufrieden. Hermann Rößing scheint seine berufliche und private Erfüllung gefunden zu haben. Und Menschen mit Behinderungen und der Laufsport sind ein entscheidender Teil davon.



Unterstützung aus den eigenen Reihen und der gesamten Läufergemeinschaft treibt Sportler und Trainer an.

BILD: JOCHEN SCHRIEVERS

Unsere weiteren Freizeitangebote finden Sie auf unserer Homepage: www.wfbm-aurich-wittmund.de

Werkstätten für behinderte Menschen Aurich-Wittmund gemeinnützige GmbH

Leistung, die Menschen verbindet!

Gebauer
Das Sanitätshaus

Beinprothesen-Technik seit 1921
kompetent, richtungsweisend, fortschrittlich

Wilhelmshaven - Oldenburg - Sande - Wittmund www.gebauer-hilft.de Tel. 0 44 21 / 75 66 0