

Ergebnisse Workshops

Vereinstag „Zuversichtlich und solidarisch in der Zeitenwende“, 14.06.2025

Workshop 1. „Normalität“, was bedeutet das?

Normalität ist von der Gesellschaft bestimmt, was als normal empfunden wird, ändert sich im Laufe der Zeit. Es ist wichtig zu unterscheiden, welche Normen notwendig für ein gutes Zusammenleben sind, und wann es in einen negativen Druck zur Anpassung umschlägt. Das Bild des Regenbogens steht heute für Diversität, also dass Menschen sich in vielen Eigenschaften voneinander unterscheiden und daraus etwas Schönes entsteht. Werden solche Unterschiede herausgehoben, besonders wenn dies auf eine ausgrenzende Art geschieht, spricht man von Diskriminierung. Eine Teilnehmerin wünscht sich „Label, Klebezetzel“ statt fester Kategorien, die bei der Einschätzung des Gegenübers Orientierung geben können. Anders als beim „Schubladendenken“ sind solche Zuschreibungen veränderlich und wertfrei.

Unter den Teilnehmenden finden sich viele Aspekte zum Thema Diskriminierung. In der Schule (und anderen Institutionen) gilt es einer vorgegeben Norm zu entsprechen - im Verhalten und besonders beim Lernen, dessen Erfolg in Prüfungen und Noten bewertet wird. Das Individuelle kommt dabei zu kurz. Angepasstes Verhalten wird belohnt. Solche Systeme brauchen nicht als gegeben hingenommen zu werden!

Es kommt die Frage auf, ob Jungen und Männer mittlerweile gegenüber Frauen benachteiligt werden. Gender-Sprache wird kritisiert, wenn sie als absolut gesetzt wird. Als Wahlmöglichkeit je nach Kontext kann sie sinnvoll eingesetzt werden. Ebenfalls kritisiert wird, dass es Tabu-Themen gebe, zu denen nur ein enger Meinungskorridor als sagbar gilt.

In Bezug auf Autismus spielt das Abweichen von sozialen Normen eine große Rolle. Die Außenwelt erlebt autistische Menschen als „irgendwie anders“, ihnen wird häufig mit Befremden, Irritation oder sogar Ablehnung begegnet. Dass sich die Andersartigkeit im Zwischenmenschlichen zeigt, macht die Sache besonders schwierig: Sie betrifft Sprache, Gestik und Mimik, Kleidung, ungeschickte und hölzerne Bewegungen, spezielle Interessen, ein scharfes Gerechtigkeitsempfinden etc. Autistische Menschen folgen ihrem eigenen Maßstab von Normalität. Eine gute Strategie ist, die eigenen Besonderheiten gegenüber Anderen zu benennen und zu erklären – es genügt die Verhaltensebene, auch ohne die Autismusdiagnose zu erwähnen..Außerdem, die Selbstakzeptanz und

-wahrnehmung zu stärken, sich Verbündete zu suchen. Masking, also das Verbergen der besonderen Eigenschaften, um nach außen normal zu wirken, ist dagegen selbstschädigend. Um zu verhindern, dass autistische Menschen an den Rand gedrängt werden, ist es wichtig, dass sich mehr Wissen über Autismus in der Gesellschaft verbreitet. Neurodivergenz sollte als eine „normale“ Ausprägung des Menschseins wahrgenommen werden.

2. „Notfallkoffer“, was stärkt auf individueller Ebene in politisch harten Zeiten, z.B. bei diskriminierenden Aussagen?

„Diskriminierung“ bedeutet, dass ein Mensch oder eine Gruppe auf negative Weise gleich behandelt, also pauschal abwertende Aussagen gemacht werden, oder sie auf negative Art ungleich behandelt, also wegen einer zugeschriebenen Eigenschaft benachteiligt wird. Gründe für Diskriminierung können Angst, Unverständnis, die Aufrechterhaltung von Macht und Privilegien uvm. sein. Diese Gründe zu kennen und zu verstehen hilft dabei, sie zu überwinden. Eine Gruppe kann sich dadurch selbst aufwerten, indem sie eine andere abwertet. Deshalb ist ein „Wir-Gefühl“ zu hinterfragen. Diskriminierung kann auch im Verborgenen stattfinden (sogenannte „Mikro-Aggressionen“). Institutionen können Diskriminierung erzeugen, aufrecht erhalten und normalisieren.

Können Menschen immer gleich behandelt werden? Das Grundgesetz beruft sich auf universell gültige Menschenwürde, somit ist es eine gesellschaftliche Verantwortung, gegen Diskriminierung vorzugehen, Diversitätsbewusstsein zu schaffen. Es geht darum, wie die Ressourcen verteilt werden, benachteiligte Menschen und Gruppen brauchen unterstützende Leistungen (z.B. Eingliederungshilfe bei Behinderung). Es braucht Menschen, die bei Diskriminierung solidarisch sind und Zivilcourage zeigen (sogenannte „Allyship“).

Für Betroffene spielen strategische Überlegungen im Umgang mit diskriminierenden Strukturen eine Rolle: Für autistische Menschen öffnet die Diagnose einer Autismus-Spektrum-Störung die Tür für Unterstützung, auch wenn sie diese pathologisierende Zuschreibung ablehnen.

Menschen mit Diskriminierungserfahrung entwickeln häufig Schamgefühle, wenn sie die negativen Zuschreibungen als Teil ihres Selbst annehmen. Sie erleben Mobbing und Einsamkeit. Langfristig führt dies zu einem mangelnden Selbstwertgefühl. Autist:innen

betrifft all dies häufig.

Kommunikation ist wichtig, um Diskriminierung zu überwinden. Die Unterstellung einer Diskriminierung kann zu Abwehrmechanismen führen, die einer Lösung im Weg stehen. Im Gespräch hilft es, die individuellen Beweggründe und Wahrnehmung anzuerkennen, einander zuzuhören, aus einer Haltung des Respekts heraus. Nur in gegenseitigem Verständnis für verschiedene Positionen kann es gelingen, Gemeinsamkeiten zu finden und einander zu stärken.

3. „Aktivismus“, wie kann Protest, Solidarität, Schutz unserer Interessen aussehen in politisch harten Zeiten?

Wofür: Politischer Aktivismus muss sich nicht nur auf politische Themen konzentrieren, sondern es kann der Kampf für seine individuellen Werte bedeuten, was für einen selbst wichtig ist. Beim Thema Autismus wäre politischer Aktivismus z.B. der Kampf für Sichtbarkeit für autistische Menschen. Das Engagement muss sich nicht nur auf eine Verbesserung konzentrieren, sondern kann auch ein Kampf gegen einen möglichen Rückschritt sein. Zurzeit gibt es ja leider Bewegungen, z.B. Inklusion einzuschränken. Ein Kampf kann daher auch die Verteidigung heutiger Werte bedeuten.

Wo: Man kann sich in unterschiedlichen Organisationsformen engagieren, z.B. in klassischen Parteien, Gewerkschaften, Vereinen, NGOs, oder aber auch alleine in Social Media. Hier sind keine Grenzen gesetzt. Vermutlich ist es entscheidend, sich zu überlegen, wie man selbst für seine Werte am besten kämpfen kann.

Wie kann dieser Weg konkret aussehen? Politischer Aktivismus kann auch ganz konkret im eigenen Leben stattfinden. Wenn man regelmäßig mit Ungerechtigkeiten konfrontiert ist, kann allein schon sich dagegen wehren, ein politisch aktivistischer Schritt bedeuten. Dadurch kann "das System" schon allein herausgefordert und ein Missstand aufgezeigt werden. Gerade beim Thema Autismus zeichnet sich politischer Aktivismus auch oft in der Sichtbarmachung, Stiftung von Awareness (d.h. Bewusstsein) ab. Es gibt noch zu wenig Wissen z.B. bei Lehrkräften, Therapeuten. Da kann auch die Psychoedukation (d.h. die Vermittlung von Kenntnissen über eine psychische Verfasstheit und den Umgang damit) von uns für andere das Wissen erhöhen, so dass andere Autisten zukünftig dann profitieren können.

Hilfsmittel: Mit Hilfe von Demonstrationen kann man eine Sichtbarkeit erreichen. Für viele ist dies auch ein bewährtes Hilfsmittel. Allerdings können Demonstrationen für einige Autisten auch sehr reizüberflutend wirken. Dieses Hilfsmittel ist also nicht unbedingt barrierefrei. Es benötigt vermutlich noch mehr barrierefreie Hilfsmittel.

Rahmenbedingungen: Um politischen Aktivismus zu betreiben, ist es notwendig selbst aber in die Aktivität und aus der Opferrolle rauszugehen. Es braucht zudem eine kontinuierliche Selbstfürsorge, denn nur wer auch auf sich achtet, kann langfristig auch anderen helfen.

Es gibt also nicht DIE Möglichkeit sich zu engagieren, sondern es zeigte sich, dass die Ansätze am Ende höchst individuell sind. Die Diskussion war auch besonders meinungspluralistisch und so gab es auch den Appell stets auf diese Meinungspluralität zu fokussieren, um auch gemeinsamen politischen Aktivismus zu ermöglichen.