



Inhalt

Verstehen	2
Kommunizieren	3
Umgebung gestalten	6
Erklären und vorzeigen	8
Sich verhalten	10
Zusammenarbeiten	12
Good Practice	13
Hinweise	14

Kategorien

Schulstufe: Ab Primarschule (Schulsport)
Alter: ab ca. sechs Jahren

Menschen mit Hörbehinderung im Sport

In einer vielfältigen Gesellschaft ist es entscheidend, dass alle Menschen die gleichen Chancen haben, ihre sportlichen Talente zu entfalten. Für Menschen mit Hörbehinderung wird der Zugang zum Sport jedoch oft durch Kommunikationsbarrieren erschwert. Dieses Dossier bietet einen Leitfaden für Lehrpersonen, Leiterinnen und Leiter sowie Trainerinnen und Trainer, um sie bei der inklusiven Arbeit im Sport zu unterstützen.

Inklusion erfordert mehr als technische Hilfsmittel – sie verlangt Bewusstsein und Verständnis von allen, die im Sport tätig sind. Dieses Dossier richtet sich insbesondere an Lehrpersonen und Leiterinnen und Leiter im Schul- und Breitensport. Es zeigt, wie barrierefreie Kommunikation gefördert und eine inklusive Umgebung geschaffen werden kann, in der alle Teilnehmenden ihr volles Potenzial entfalten können. Diese Prinzipien gelten ebenso im Spitzensport.

Sensibilisierung an erster Stelle

Um eine inklusive Atmosphäre zu schaffen, ist die Sensibilisierung aller Beteiligten – von der Lehrperson bis zur Sportleitung und den Mitspielenden – entscheidend. Wie kann sichergestellt werden, dass Menschen mit Hörbehinderung aktiv und gleichberechtigt im Training oder in der Sportlektion eingebunden sind? Dieses Dossier gibt klare Antworten und Empfehlungen.

Eine Sensibilisierung bedeutet auch, die vielfältigen Fähigkeiten und Potenziale von Menschen mit Hörbehinderungen anzuerkennen und zu fördern. Lehr- und Leiterpersonen sowie Trainerinnen und Trainer müssen die speziellen Bedürfnisse von Menschen mit Hörbehinderung verstehen und gezielte Massnahmen ergreifen, um Barrieren abzubauen. Auf folgenden Seiten sind praktische Werkzeuge und Methoden zu finden, die im Sportalltag sofort angewendet werden können.

Eine gemeinsame Sprache finden

Ein besonderer Fokus liegt auf der Entwicklung einer gemeinsamen Sprache, die visuelle und gestische Elemente integriert. Dies ermöglicht eine Verständigung auch ohne gesprochene Sprache. Zudem zeigt das Dossier, wie technische Hilfsmittel die Kommunikation unterstützen können. Diese Massnahmen sind sowohl im Breitensport als auch im Spitzensport wichtig, wo die Anforderungen oft noch höher sind.

Zusammenfassend dient dieses Dossier als Ratgeber für alle, die im Sport tätig sind und eine inklusive, barrierefreie Sportpraxis fördern möchten. Es soll dazu ermutigen, eine Sportkultur zu schaffen, die von Offenheit, Respekt und Gleichberechtigung geprägt ist, sodass der Sport ein Ort wird, an dem jeder, unabhängig von seinen Voraussetzungen, willkommen ist und erfolgreich sein kann.



Verstehen

Menschen mit Hörbehinderungen haben spezifische Bedürfnisse, die berücksichtigt werden müssen, um eine inklusive Umgebung zu schaffen. Dazu gehört zunächst ein grundlegendes Verständnis für die verschiedenen Arten von Hörverlusten und deren Auswirkungen auf die Kommunikation und das Lernen.

Was ist Hörverlust?

Leiter- oder Lehrpersonen in der Schule sollten grundlegende Kenntnisse über verschiedene Arten von Hörverlusten (siehe Box), deren Ursachen und Auswirkungen erlangen. Dadurch können sie besser verstehen, wie Hörverluste die Kommunikation und die Teilnahme am Sport beeinflussen können. Ein Beispiel hierfür ist eine Person, die von Geburt an normal hört und zu einer Spätertaubung aufgrund eines Hörsturzes oder einer anderen Ursache kommt.

Diese Konstellation ist jedoch nicht mit Menschen vergleichbar, die von Geburt an taub sind und deren Erstsprache die Gebärdensprache ist. Hörbehinderte Personen mit Erstsprache Gebärdensprache haben es mit dem Lippenlesen einfacher als spätertaubte Personen, weil sie von klein an auf das Lippenlesen angewiesen sind, während die Spätertaubten noch hörten.

Personen, die im späteren Lebensalter ertauben, weisen in der Regel bereits im Kindesalter eine gute lautsprachliche Entwicklung auf. Im Gegensatz dazu ist bei von Geburt an hörbehinderten Menschen eine logopädische Therapie im frühen Kindesalter empfehlenswert, um die Aussprache der Laute und Silben zu erlernen.

Es gibt hörbehinderte Menschen, die nur sprechen können, während eine Gruppe sowohl sprechen als auch Gebärdensprache beherrscht. Eine weitere Gruppe verwendet ausschliesslich Gebärdensprache. Des Weiteren lassen sich Unterschiede hinsichtlich der Fähigkeit zum Lippenlesen feststellen, welche jedoch nicht auf den Bildungsgrad zurückzuführen sind, sondern auf die jeweilige sprachliche Ausdrucksfähigkeit.

Die Hilfsmittel, welche in Form von Hörgeräten oder Cochlea-Implantaten (siehe Box) zur Verfügung stehen, dienen lediglich der Unterstützung bei der Wahrnehmung von Geräuschen. Ihre Funktion beschränkt sich auf die Verbesserung der Hörleistung, nicht jedoch auf die sprachliche Verarbeitung und die Orientierung in Geräuschkulissen.



Gehörlos, taub, schwerhörig

Es gibt verschiedene Arten von Hörverlust. Ein Hörverlust von etwa 50 Dezibel (dB) wird als Schwerhörigkeit verstanden. Ein Hörverlust zwischen 20 und 40 dB wird als leichte Schwerhörigkeit bezeichnet. Hochgradige Schwerhörigkeit liegt zwischen 60 und 80 dB vor. Ein Hörverlust von über 90 dB gilt als Resthörigkeit, während ein Hörverlust von über 120 dB als Gehörlosigkeit bzw. Taubheit bezeichnet wird.

Zur Veranschaulichung: Das Ticken einer Armbanduhr ist etwa 20 Dezibel und ein normales Gespräch ist 55 Dezibel laut. Normaler Verkehrslärm beträgt etwa 75 Dezibel während das Dezibel-Level einer Autohupe bei zirka 105 dB liegt.

Hörgerät oder Cochlea-Implantat?



Ein **Cochlea-Implantat (CI)** stimuliert das Innenohr. Es kann Menschen mit einem schweren bis hochgradigen Hörverlust bis hin zur Taubheit helfen, besser oder überhaupt wieder zu hören. Der Audioprozessor für ein Cochlea-Implantat wird am Ohr oder frei vom Ohr getragen, je nachdem, welches Prozessormodell die Patienten auswählen. Dieser externe Prozessor kommuniziert direkt mit dem eingesetzten Implantat. Während Hörgeräte von einem Hörakustiker individuell ausgewählt und eingestellt werden, werden Cochlea-Implantate im Rahmen eines einfachen chirurgischen Eingriffs direkt unter der Haut eingesetzt.



Hörgeräte verstärken Töne und Geräusche. Sie eignen sich deshalb für Menschen mit leichtem bis hochgradigem Hörverlust. Das Hörgerät wird dabei am Ohr oder im Gehörgang getragen. Die verstärkten Geräusche werden durch Haarsinneszellen aufgenommen und weitergeleitet.

Bildquelle: [Hörgeräte-Modelle](#) | [Alle Hörgeräte-Arten auf einen Blick](#) | KIND

Kommunizieren

Kommunikation mit Menschen mit Hörbehinderungen ist für alle möglich. Man muss nur wissen, wie. Da Körpersprache auch ins Spiel kommt, ist es wichtig einen lockeren Auftritt zu geben. Ein Grundsatz: Nicht zu viel herumstudieren, sonst verkrampft man sich und erschwert die Kommunikation.

Kommunikation ist eine individuelle Angelegenheit, die Bedürfnisse und die Präferenzen von Menschen mit Hörbehinderungen können variieren. Daher ist entscheidend, verschiedene Kommunikationswege anzubieten und zu respektieren, um sicherzustellen, dass alle Beteiligten effektiv kommunizieren können und sich verstanden fühlen.

Das Mundbild

Durch Lippenlesen verstehen die Menschen mit Hörbehinderungen im Durchschnitt nur 30 Prozent des Gesagten. Der Rest besteht aus Kombination und Raten. Also: Nutzen Sie das Mundbild und achten Sie darauf, sehr deutlich und in Schriftdeutsch zu sprechen. Es sollte nicht zu schnell, aber auch nicht zu langsam gesprochen werden.

Ein wichtiger Hinweis für Männer: Ein Vollbart erschwert dem hörbehinderten Gegenüber das Lippenlesen. Ein ebenfalls verbreitetes Verhalten: Häufig versuchen Menschen, durch übertriebene Grimassen hörbehinderten Menschen zu helfen, schnell zu verstehen. Diese Methode ist jedoch nicht effektiv und kann den Betroffenen das Gefühl geben, nicht richtig kommunizieren zu können. Es gilt also: einfach und klar in normaler Lautstärke sprechen.



Link

Folgende Website ist auf die Thematik Lippenlesen spezialisiert und bietet gleich ein Online-Tool zum Üben:

[Pro Audito](https://www.pro-audito.ch/) | Anlaufstelle für Menschen mit Schwerhörigkeit in der Schweiz (pro-audito.ch)

Weitere Links

[Sonos](#) | Schweizerischer Hörbehindertenverband
[Schweizerischer Gehörlosenbund SGB-FSS](#)

Ist Lippenlesen die Lösung?

Ein Grossteil der Hörenden nimmt an, dass alle Gehörlose Lippenlesen, gut schreiben und lesen können. Diese Fähigkeiten sind nur teilweise vorhanden und sind deshalb nicht immer Lösungsansätze.

Mundbild

Kontext: Man muss rund 100x Lippen ablesen, um etwas verstehen zu können.



Einfacher zum Ablesen



Schwieriger zum Ablesen

Gelesen werden können nur rund 30 Prozent des Gesagten. Ein Satz wie «Von 30 Lauten können nur 11 von den Lippen abgelesen werden» würde sich für Hörende folgendermassen anhören: «on reig auen Onnen ur el onen ippen ab eleen eren».

Besondere Schwierigkeiten bereiten z.B.:

- Konsonanten wie: b – p, k – g, t – d, f – v – ph, v – w, m – n,
- Wörter wie: dreissig – fleissig, weiss ich, weiss nicht, Kampf – Krampf, Organ – Orkan, Mutter – Butter, gejagt – gesagt.

Die Körpersprache

Menschen mit Hörbehinderungen haben eine stärker entwickelte visuelle Wahrnehmung. Wenn Sprechende ihre Hände zur Kommunikation nutzen, wird die Verständigung für beide Seiten erleichtert. Es muss nicht gleich die Gebärdensprache sein. Auch einfache Gesten verbessern das Verständnis. Wenn die Hände regungslos in den Taschen stecken oder fest zusammengehalten werden, erschwert das die Kommunikation zusätzlich.

Körpersprache macht die Kommunikation sympathischer und leichter verständlich. Ein wichtiger Hinweis: Viele Wörter in der Gebärdensprache sind bildhaft (ikonisch). So zeigt man zum Beispiel ein «Auto» durch das Bewegen der Hände, wie am Lenkrad. So, wie wir es beim Autofahren tun.



Freude



Überraschung



Angst



Traurigkeit



Wut

Zudem hilft es auch, die Mimik ins Spiel zu bringen, indem man mit dem Gesicht Freude, Traurigkeit, Wut etc. ausdrückt (siehe Bildreihe).

Die Sprachen

Einige Menschen mit Hörbehinderungen haben Resthörvermögen oder profitieren von Hörgeräten oder Cochlea-Implantaten (siehe Box, S. 2), um sich in gesprochener Sprache zu verständigen und selbst zu sprechen. Oft kombinieren sie gesprochene Sprache mit Lippenlesen, um die Kommunikation zu erleichtern. Je nach Ausmass ihres Hörverlusts können sie jedoch Schwierigkeiten haben, gesprochene Sprache vollständig zu verstehen, selbst mit diesen Hilfsmitteln.

Auch trotz Hilfsmitteln können Umgebungsgeräusche, die Qualität der Stimme der Sprechenden oder andere Faktoren die Verständlichkeit beeinträchtigen. Deshalb ist die gesprochene Sprache allein möglicherweise nicht die optimale Kommunikationsform für Menschen mit Hörbehinderungen, insbesondere für stark hörbehinderte Personen. Sie bevorzugen möglicherweise andere Kommunikationsformen, wie Gebärdensprache oder schriftliche Kommunikation, um sich effektiver auszudrücken und Informationen zu erhalten.

Laura Setz, Fachperson für Menschen mit Hörbehinderungen im Sport, erklärt uns im Video, worauf es bei der Arbeit mit Menschen mit Hörbehinderung im Sport ankommt. Das Video wurde in Gebärdensprache (deutsch) aufgenommen und ist Untertitelt.

[Zum Video](#)

Gesprochene Sprache und Gebärdensprache

Die Unterschiede zwischen gesprochener Sprache und Gebärdensprache sind vielfältig und betreffen verschiedene Aspekte der Kommunikation. Hier sind einige wichtige Unterschiede.

- **Modalität: Gesprochene Sprache** wird **auditiv** wahrgenommen und besteht aus gesprochenen Wörtern mit Tonhöhe, Betonung und Intonation.

Gebärdensprache ist hingegen **visuell** und umfasst Handformen und -bewegungen, Gesichtsausdrücke und Körperhaltung.

- **Grammatik:** Gesprochene Sprache **folgt einer Grammatik** mit Wortreihenfolge und Satzstruktur.

Die **Gebärdensprache nutzt eine eigene Grammatik**, die auf Raum und Bewegung basiert sowie ein eigenes Vokabular. Beim Vokabular gibt es Überschneidungen zwischen den beiden Sprachen, aber auch Unterschiede und Wörter ohne direkte Entsprechung.

Gesprochene Sprache und Gebärdensprache sind also **zwei verschiedene Kommunikationsformen** mit eigenen Merkmalen, Regeln und kulturellen Aspekten. Es ist wichtig, ihre Unterschiede zu verstehen und beide Formen der Kommunikation respektvoll anzuerkennen und zu behandeln.

Basisgebärden mit Kindern

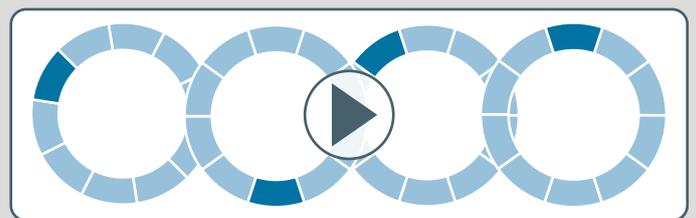
Um Kindern mit einer Hörbehinderung den Einstieg zu erleichtern, ist es von Vorteil, einige Basisgebärden zu kennen. Diese Gebärden sind oft bildhaft und leicht zu merken, was auch im Alltag nützlich ist.

Nachfolgend zeigen wir in Videos, wie die Begrifflichkeiten der Spiel- und Bewegungsgrundformen des Magglinger Ausbildungsverständnisses in Gebärdensprache ausgedrückt werden.

Diese Basisgebärden helfen dabei, grundlegende Sportbegriffe visuell und verständlich für Menschen mit Hörbehinderung darzustellen und ihre Sportteilnahme zu erleichtern.



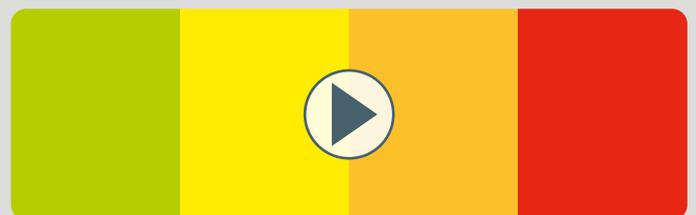
Bewegungsgrundformen



Spielgrundformen



Grundbegriffe



Farben

Umgebung gestalten

Leiterinnen und Leiter sollten mit Rücksicht und Empathie auf Menschen mit Hörbehinderungen eingehen. Das schafft eine barrierefreie, inklusive und unterstützende Umgebung.

Bei der Auswahl der Trainingsumgebung sollten Leiter- oder Lehrpersonen sowie Trainer/-innen darauf achten, gut beleuchtete Bereiche zu wählen, Hintergrundgeräusche zu vermeiden und klare Sichtlinien für visuelle Kommunikation bereitzustellen.

Findet der Sport im Freien statt, sollten Menschen mit Hörbehinderungen nicht direkt der Sonneneinstrahlung ausgesetzt sein. Denn diese beeinträchtigt einerseits die Sicht auf die Leiter- oder Lehrpersonen. Zudem können dunkle Schatten das Ablesen von Gesichtern und Lippen erschweren.

Die Ausführungen zum Umgang mit Athletinnen und Athleten sowie Schülerinnen und Schüler mit Hörbehinderungen in der Sporthalle, Sport- oder Spielplatz gelten nicht automatisch für alle Sportarten und Aktivitäten. Im Folgenden ein paar Beispiele, von besonders herausfordernden Umgebungen:

...Im Wald

Menschen mit Hörbehinderungen haben oft eine stark ausgeprägte visuelle Wahrnehmung, jedoch können sie Schwierigkeiten mit der Orientierung haben und sich im Wald leicht verirren. Rufe hören sie entweder nicht oder können deren Ursprung oft nicht lokalisieren. Beim Sport legen viele ihre Hörgeräte ab, da diese durch Schwitzen unangenehm werden. Wichtig zu wissen: Selbst mit Hörhilfen können sie zwar Rufe wahrnehmen, aber oft nicht genau orten, woher sie kommen. Dies kann zu Verwirrung führen und dazu, dass sie in die falsche Richtung laufen. Daher sind Rufe in solchen Situationen wenig hilfreich.

Es ist wichtig, sich vor einem Waldspiel gut vorzubereiten und mit der hörbehinderten Person zu klären, wie sie sich im Notfall verhalten soll. Bei **Versteckspielen** mit Kindern ist besondere Vorsicht geboten. Die Leiterpersonen sollten den Wald gut kennen und die **Gefahren eines Verirrens einschätzen** können. Bei einem **Orientierungslauf** ist es ratsam, **zwei Kinder gemeinsam** laufen zu lassen, damit sie sich gegenseitig unterstützen können. Es müssen nicht zwingend ein hörbehindertes und ein hörendes Kind zusammenlaufen; auch zwei hörbehinderte Kinder können ein Team bilden.

...im Schwimmbad

Beim Schwimmen sind **Hörhilfen** wegen des Wassers **nicht angebracht**. Deshalb müssen Anweisungen gut überlegt sein. Längere **Besprechungen sollten vor oder nach dem Schwimmen** stattfinden, wenn die Athletinnen und Athleten die Hörhilfen tragen können bzw. wollen. Das ständige Herausnehmen und Einsetzen des Hörgerätes ist anstrengend und nicht förderlich. Z.B. beim Tauchen werden Körpersprache bzw. Händesprache eingesetzt. Das kann auch beim Schwimmen gemacht werden. Beispiel: Vorzeigen einer bestimmten Schwimmbewegung.



...auf der Skipiste

Beim **Skifahren und Snowboarden im Spitzensport** müssen Leiterpersonen **zusätzliche Anstrengungen** unternehmen. Hörende Athletinnen und Athleten können Anweisungen oder Feedback vor dem Trainingslauf über Funk empfangen, während die Leiterpersonen auf der Piste stehen. **Athleten/-innen mit Hörbehinderungen** hingegen müssen **Feedbacks nach dem Trainingslauf** im Ziel, am Start oder während der Liftfahrt erhalten, da sie **Funkanweisungen oft nicht verstehen** oder während des Trainings keine Hörhilfen tragen.

Wichtiger Hinweis

Es ist allen Betroffenen selbst überlassen, ob sie Hörgeräte oder Cochlea-Implantate tragen wollen oder nicht. Es gibt Sportlerinnen und Sportler sowie Schülerinnen/Schüler, die keine Hörgeräte oder Cochlea-Implantate tragen. Man sollte sie nicht fragen, warum sie keine tragen, nur damit die Kommunikation für die Leiter- oder Lehrpersonen einfacher ist. Sie müssen sie sich so oder so anstrengen.

Erklären und vorzeigen

Im Training mit hörbehinderten Menschen ist es entscheidend, Körpersprache gezielt einzusetzen, um klare Signale zu vermitteln. Die Leiterperson sollte auf die individuellen Bedürfnisse achten, um eine inklusive Atmosphäre zu schaffen. Geduld und Respekt sind unerlässlich, um Vertrauen aufzubauen und gemeinsam sportliche Erfolge zu erzielen.

Einstieg in die Aktivität

Im Rahmen der Spielausführung erfolgt zunächst eine Erklärung, gefolgt von einem Vorzeigen unter Einsatz von Körpersprache. Die Leiter- oder Lehrpersonen sollten sich daran halten. Idealerweise wird die Erklärung kurz und klar gehalten. Anschliessend wenden sich die Leiter- oder Lehrpersonen direkt an die hörbehinderte Person, um zu erfragen, ob alles verständlich war oder ob eine Wiederholung erwünscht ist. Da nicht alle hörbehinderten Menschen Informationen gleich schnell aufnehmen, ist es wichtig, dass Leiter- oder Lehrpersonen Geduld und Respekt zeigen.

Von diesem Zeitpunkt an ist es jedoch nicht angebracht, hörbehinderte Menschen vor der Gruppe zu fragen, ob sie die Erläuterungen verstanden haben oder eine Wiederholung benötigen. Solche Situationen können als diskriminierend empfunden werden und eine Belastung darstellen.

Stellen wir uns die umgekehrte Situation vor: Man ist die einzige hörende Person in einer Gruppe von Menschen mit Hörbehinderungen. Wenn dann die Gruppenmitglieder und die ebenfalls hörbehinderten Leiter- oder Lehrpersonen fragen, ob man alles verstanden hat, was gebärdet wurde, könnte man sich inkompetent fühlen, sich angemessen verständigen zu können.

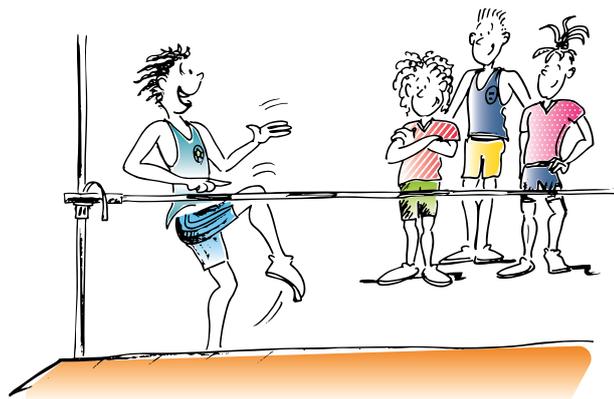
Während der Aktivität

Für hörbehinderte Menschen kann es frustrierend und diskriminierend sein, wenn bei sportlichen Aktivitäten Instruktionen verwendet werden, die ausschliesslich auf akustischen Signalen basieren, wie Klatschübungen, Trillerpfeifen oder Anweisungen wie «Augen zu und laufen». Solche Praktiken schliessen hörbehinderte Menschen aus und schaffen unnötige Barrieren. Die Leiterpersonen sollten gut vorbereitet sein und alle Teilnehmenden integrieren, ohne jemanden auszuschliessen.

Das Ersetzen von verbalen oder auditiven Hinweisen durch visuelle oder taktile Signale ist entscheidend, um die Inklusion von hörbehinderten Menschen im Sport zu gewährleisten. Leiterpersonen sollten sich der Bedürfnisse aller Teilnehmer bewusst sein und alternative Methoden verwenden, damit alle die gleichen Chancen zur aktiven Teilnahme haben. Dazu gehören **Handzeichen, visuelle Anweisungen oder andere nicht-akustische Mittel** zur Übermittlung von Informationen.

Ein Beispiel wäre eine Übung, bei der hörbehinderte Personen frontal zu den Leiterpersonen stehen, um zu beobachten, wann diese in die Hände klatschen, und dann loslaufen. Es ist wichtig, dass hörbehinderte Personen stets Blickkontakt zu den Trainerinnen und Trainern halten.

Ein weiteres Beispiel wäre ein Ballspiel, bei dem hörende Sportlerinnen und Sportler keine verbalen Zurufe verwenden, sondern mit Handzeichen anzeigen, wem der Ball zugespielt wird, um Chancengleichheit zu gewährleisten.



Nach der Aktivität

Feedback sollte nicht nur technische Aspekte, wie die Klarheit und Deutlichkeit der Anweisungen umfassen. Sie erfordert auch Empathie von der Lehrperson, die unterstützende Massnahmen anbieten sollte. Trainerinnen und Trainer sowie Leiter- und Lehrpersonen sollten sich in die Lage von Menschen mit Hörbehinderungen versetzen und ihnen bestmögliche Unterstützung bieten, sei es durch zusätzliche Erklärungen, visuelle Hilfen oder andere Massnahmen, die eine effektive Kommunikation ermöglichen.

Empathie und Verständnis für die individuellen Bedürfnisse und Herausforderungen von Sportlerinnen und Sportlern mit Hörbehinderungen sind entscheidend für eine erfolgreiche Zusammenarbeit. Trainerinnen und Trainer sollten einen offenen Dialog mit ihren Athletinnen und Athleten führen und aktiv nach Rückmeldungen fragen, um ihre Kommunikationsstrategien kontinuierlich zu verbessern.

Das Ziel des Feedback- und Beurteilungsprozesses sollte es sein, eine unterstützende und inklusive Umgebung zu schaffen, in der Sporttreibende mit Hörbehinderungen die bestmögliche Betreuung erhalten und ihr volles Potenzial entfalten können. Indem Trainerinnen und Trainer sensibel und einfühlsam kommunizieren und ihre Fähigkeiten kontinuierlich weiterentwickeln, tragen sie wesentlich zum Erfolg ihrer Sportlerinnen und Sportler bei.

Unterstützenden Technologien: Menschen mit Hörbehinderung, die keine Gebärdensprachbedarf haben, können von unterstützenden Technologien wie Funkübertragungs-Anlagen (FM-Anlagen, siehe Bild) oder speziellen Kommunikationsgeräten profitieren. Es ist empfehlenswert, dass die Leiterpersonen im Vorfeld die Menschen mit Hörbehinderungen nach ihren benötigten Hilfsmitteln fragen und diese individuell einsetzen.

Unterstützungspersonen: Der Einbezug von Gebärdensprachdolmetschern oder Unterstützungspersonen mit Gebärdensprachkompetenz kann in manchen Fällen die Kommunikation erleichtern und sicherstellen, dass gehörlose Menschen vollständig am Training und den Aktivitäten teilnehmen können.

Visuelle Hilfsmittel: Es gibt visuelle Hilfsmittel, die Menschen mit Hörbehinderung helfen können, Informationen besser zu verstehen und zu verarbeiten, wie Piktogramme, Schaubilder, Videos oder visuelle Anweisungen. Leiterinnen und Leiter sollten solche Hilfsmittel zur Verfügung stellen und gewährleisten, dass sie für alle zugänglich sind.



Ein Beispiel von FM-Anlagen

Sich verhalten

Um ein hörbehindertes Kind im Sport vor Mobbing und Missverständnissen zu schützen, ist Sensibilisierungsarbeit entscheidend. Bereits im Schulsport sollte über verschiedene Behinderungen aufgeklärt werden. Auch Erwachsene im Breitensport benötigen oft Unterstützung, um Barrieren zu überwinden. Im Leistungssport sind klare, visuelle Signale unerlässlich, da Hörhilfen oft nicht erlaubt sind.

Mit Kindern und Jugendlichen (Schulsport und Vereinsport)

In Kindergruppen ist es sehr wichtig, dass ein hörbehindertes Kind – wenn es das einzige in der Gruppe ist – nicht als erstes eine Übung vormachen muss. Das kann schnell zu Mobbing führen, weil es die Anweisung vielleicht nicht ganz verstanden hat und von den anderen Kindern ausgelacht wird. Dies würde die Entwicklung des Selbstvertrauens stark beeinträchtigen.

Um solche Situationen zu vermeiden, ist es ratsam, bereits im Schulsport über verschiedene Behinderungen aufzuklären und Sensibilisierungsarbeit zu leisten.

Beispiel: Um sich besser in Kinder mit Hörbehinderungen einzufühlen, kann man Gehörschutz und Ohrstöpsel tragen. Das unterdrückt fast alle Geräusche. Es ist sinnvoll, dass nur wenige hörende Kinder auf einmal diese Geräuschunterdrückung erleben. So können sie gleichzeitig nachempfinden was es heisst, in der Minderheit zu sein und Schwierigkeiten bei der Kommunikation zu haben. Wenn alle hörenden Kinder Gehörschutz tragen würden, würden sie zwar die Herausforderung des Nicht-Hörens gemeinsam erleben, jedoch nicht das Gefühl haben, allein zu sein und nichts zu verstehen, während die anderen kommunizieren können.

Weil sich die Kinder noch in der Entwicklung befinden, ist es von Vorteil, solche Erfahrungen früh sammeln können. Das bereitet sie auf einen offenen Umgang mit Menschen mit Behinderungen vor und verhilft ihnen zu einem Verständnis für die Thematik. Denn heute noch sind viele Erwachsene gegenüber Menschen mit Behinderungen unvorbereitet.

Mit Erwachsenen (Breitensport)

In der Regel sind Erwachsene selbstständiger, können bei Bedarf selbst signalisieren, falls sie Erklärungen nicht verstehen. Es gibt aber auch einige, die aus einem Schamgefühl heraus in einer Gruppe nicht reagieren. Dies um nicht aufzufallen. Und um zu vermeiden, dass die anderen denken, dass wegen einer Person mit Hörbehinderung viel Zeit in der Kommunikation verloren geht und die hörbehinderte Person dann im Sportkurs nicht erwünscht ist. Ist also eine Person mit Hörbehinderungen in einem Kurs ist, ist es wichtig, die anderen Teilnehmenden von Anfang an zu informieren und für den richtigen Umgang zu sensibilisieren.

Wenn es sich um regelmässige Sportkurse oder Vereinstrainings handelt, ist es ratsam, eine Sensibilisierungsaktion durchzuführen, bei der einige Personen Gehörschutz und Ohrstöpsel tragen. Das zeigt ihnen auf, wie anstrengend es ist, miteinander zu kommunizieren. Sie werden schnell erkennen, wie wichtig es ist, die Hände zur Kommunikation zu benutzen (siehe Beispiel «Mit Kindern und Jugendlichen»).



Ohne Hilfsmittel im Leistungssport

In allen Sportarten ist es wichtig, dass Trainerinnen und Trainer berücksichtigen, dass Menschen mit Hörbehinderungen im Wettkampf oder Training oft keine Hilfsmittel wie Hörgeräte oder Cochlea-Implantate verwenden wollen bzw. müssen. Sie müssen darauf vorbereitet sein, ohne diese Hilfsmittel auszukommen. Diese Hilfsmittel dienen in der Regel dazu, die Kommunikation mit den hörenden Trainerinnen und Trainern zu erleichtern und zum Teil auch das Gleichgewicht zu stabilisieren.

Bei offiziellen Wettkämpfen wie an der Weltmeisterschaft und den Deaflympics, den Olympischen Spielen der Gehörlosen, gelten strenge Richtlinien für Sommer- und Winterwettkämpfe von Menschen mit Hörbehinderungen. Dort ist das Tragen von Hilfsmitteln nicht erlaubt (siehe unten). Sollten Menschen mit Hörbehinderungen Hörgeräte oder Cochlea-Implantate vor Wettkampfbeginn tragen, werden sie disqualifiziert. Es ist daher unerlässlich, dass Trainerinnen und Trainer effektive Kommunikationstechniken beherrschen, die ohne diese Hilfsmittel auskommen und eine klare Verständigung sicherstellen.

Das International Committee of Sports for the Deaf (ICSD) beschreibt die Richtlinien für Hörgeräte und Cochlea-Implantate wie folgt:

- *«Es ist strengstens verboten, dass ein Teilnehmer während des Aufwärmens und des Wettkampfs innerhalb der Sperrzone Hörgeräte/Verstärker oder externe Cochlea-Implantate verwendet. Es ist klar, dass die Verwendung von Verstärkung im Sport einen Vorteil gegenüber denjenigen bringt, die sie nicht verwenden. Daher ist sie beim Aufwärmen und im Wettkampf verboten. Jede Sportart hat ihre eigene Definition des <Sperrgebiets>.»*

(Quelle: [Audiogram Regulations | ICSD](#))

Da die Hörhilfen während der Wettkämpfe nicht zur Verfügung stehen, müssen Menschen mit Hörbehinderungen alles visuell wahrnehmen. Hier einige Beispiele:

- Bei offiziellen Wettkämpfen, wie z.B. Ski Alpin, gibt es normalerweise eine Zeittafel vor dem Starthaus, die anzeigt, wann der Start erfolgen muss. Steht diese Technik nicht zur Verfügung, muss im Vorfeld klar kommuniziert werden, wie Athletinnen und Athleten mit Hörbehinderungen informiert werden können. So kann durch ein leichtes Klopfen auf die Schulter signalisiert werden, dass der Start in Kürze erfolgt. Während des Starts sollte jedoch nicht kräftig auf die Schulter geklopft oder gestossen werden, da dies die Konzentration der Sportlerinnen und Sportler beeinträchtigen kann.
- Beim Schwimmen und in der Leichtathletik (z.B. bei 100m oder 200m) gibt es beim Start am Boden ein Lichtsignal, das wie eine Ampel funktioniert. Sie gibt den Start frei.
- Bei Teamsportarten wie Fussball oder Handball tragen die Schiedsrichter neben der Trillerpfeife eine Fahne. Durch Schwingen der Fahne können sie das Spiel unterbrechen.

Zusammenarbeiten

Durch eine ideale Förderung von Peer-Support und Zusammenarbeit zwischen Hörenden und Hörbehinderten können Trainerinnen und Trainer sowie allgemein im Sport tätige Lehrpersonen eine inklusive Umgebung schaffen, in der sich alle Kinder unterstützt fühlen und voneinander lernen können.

Die Förderung der Zusammenarbeit innerhalb eines Teams ist besonders wichtig, wenn es um Athletinnen und Athleten sowie Schülerinnen und Schüler mit Hörbehinderungen geht. Leiter- oder Lehrpersonen sowie Trainer/innen spielen hierbei eine entscheidende Rolle, da sie ein Umfeld schaffen müssen, das auf die individuellen Bedürfnisse und Stärken dieser Athletinnen und Athleten eingeht.

Eine zentrale Massnahme zur Förderung der Zusammenarbeit ist die **Sensibilisierung** aller Teammitglieder für die besonderen Anforderungen von Athletinnen und Athleten mit Hörbehinderungen. Leiter- oder Lehrpersonen können Workshops oder Schulungen anbieten, um das Verständnis für die spezifischen Kommunikationsbedürfnisse zu fördern und Strategien zur effektiven Zusammenarbeit zu entwickeln.

Darüber hinaus ist eine offene und **inklusive Kommunikation** von entscheidender Bedeutung. Trainerinnen und Trainer sollten sicherstellen, dass alle Teammitglieder die Möglichkeit haben, sich frei zu äussern und gehört zu werden, unabhängig von ihrer Hörfähigkeit. Die Verwendung von visuellen Hilfsmitteln wie Gesten oder schriftlichen Notizen kann die Kommunikation erleichtern und sicherstellen, dass alle Athletinnen und Athleten oder Schülerinnen und Schüler gleichermaßen einbezogen werden.

Gemeinsame Ziele und Visionen sind ebenfalls wichtig für die Förderung der Zusammenarbeit. Trainer/-innen sowie Leiter- oder Lehrpersonen sollten gemeinsam mit den Athletinnen und Athleten sowie mit den Schülerinnen und Schülern klare Ziele setzen und Strategien entwickeln, um diese zu erreichen. Indem sie die Sportler/innen oder Kinder aktiv in den Entscheidungsprozess einbeziehen, stärken sie das Gefühl der Eigenverantwortung und Motivation, dass die Zusammenarbeit im Team unterstützt.

Peer-Support ist einen weiteren wichtigen Aspekt der Teamarbeit für Athletinnen und Athleten mit Hörbehinderungen. Leiter- oder Lehrpersonen können Möglichkeiten schaffen, in denen sich die Teammitglieder gegenseitig unterstützen und voneinander lernen können. Dies kann durch Mentoring-Programme, gemeinsame Trainingsübungen oder die Organisation von Gruppendiskussionen und Feedback-Sitzungen geschehen.

Peer-Support bei Menschen mit Hörbehinderung ist die gegenseitige Unterstützung und der Erfahrungsaustausch zwischen Betroffenen, um Empowerment, Informationen und Gemeinschaft zu fördern.



Good Practice

Im Folgenden einige Beispiele für Kennenlernspiele zwischen hörenden und hörbehinderten Menschen.

Partnerschaftliche Übungen

Während des Trainings oder Spiels können Paare aus A und B gemeinsam an kooperativen Spielen teilnehmen, bei denen sie aufeinander angewiesen sind, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen. So lernt Person A mit einer Person B umzugehen.

Person A und B sind gemeinsam verbunden (z. B. mit Spielbändel, Arm an Arm oder Bein an Bein). Sie müssen einige Bälle oder andere Gegenstände über Hindernisse zum Ziel bringen.

Um das Ziel erreichen zu können, müssen sie lernen, gemeinsam zu kommunizieren. Während der Aktivität wird gleichzeitig über das Vorgehen gesprochen.

Bemerkung: Zwischen Person A und B muss Augenkontakt möglich sein und Körpersprache zum Einsatz kommen.

Material: Spielbändel, verschiedene Gegenstände

Gemeinsame Projekte

Personen A und B arbeiten zusammen an gemeinsamen Projekten oder Aufgaben, bei denen sie Probleme lösen oder kreative Lösungen finden müssen. Diese Zusammenarbeit fördert ihre Teamfähigkeit und ihre Fähigkeit zur Kooperation.

Alle Menschen in einer Gruppe haben die Seile in den Händen. Mit den Seilen bauen sie einen Turm aus Gegenständen. Wenn Person B auch in dieser Gruppe weilt, können die Personen A nicht nur untereinander schnell reden, sondern müssen Rücksicht auf B nehmen und Augenkontakt aufnehmen. Sie müssen die Informationen so vermitteln, dass Person B diese auch verstehen kann und richtig steuern kann.

Variation

- Eine Gruppe muss gemeinsam vom Startpunkt bis zum Ziel gelangen, ohne den Boden zu berühren. Hier ist eine klare Kommunikation notwendig, um zu entscheiden, welche Gegenstände verwendet und übergeben werden sollen, um das Ziel effektiv zu erreichen.

Bemerkung: Es ist wichtig zu beachten, dass in Gruppen, in denen Personen A in der Mehrheit sind und Person B eine Minderheit darstellt, die Kommunikation oft nur zwischen den Personen A stattfindet. Am Ende wird Person B dann lediglich eine Zusammenfassung der Ergebnisse präsentiert.



Person A = Hörende Person. Person B = Hörbehinderte Person

Workshops/Kurse in Gebärdensprache oder Vortrag über den Umgang mit Menschen mit Hörbehinderungen

Schulen, Verbände oder Vereine können selber Workshops organisieren und eine betroffene Person als Expertin und Referentin einladen. Am besten nehmen sie vorgängig Kontakt mit Swiss Deaf Sport auf.

Der Schweizerische Gehörlosenbund SGB-FSS und deren Partnerorganisationen bieten Kurse für Gebärdensprache an. Dort lernt man auch die Grundlagen über die Kommunikation mit hörbehinderten Menschen. Dies ermöglicht es ihnen, besser mit Menschen mit Hörbehinderung zu kommunizieren und eine unterstützende Umgebung zu schaffen.

- [Swiss Deaf Sport](#)

Hinweise

Literatur

- Langenfelder M. (2008): Gehörlosigkeit im Alltag: Gehörlose Menschen und ihre Strategien im Umgang mit der hörenden Welt. Saarbrücken: VDM Verlag Dr. Müller

Links

- [Gebärdensprache Lexikon | Gebärden Online-Lexikon SGB-FSS](#)
- [Gehörlose Mitarbeitende: Tipps fürs Team | EnableMe](#)

Swiss Deaf Sport

ist die Dachorganisation des Hörbehindertensports in der Schweiz und ist schweizweit die älteste Behindertenorganisation. Gegründet wurde sie 1930. Swiss Deaf Sport

- bietet allen gehörlosen Menschen aus der ganzen Schweiz ein [breites und attraktives Sportangebot](#);
- engagiert sich in der [Nachwuchsförderung](#) und unterstützt [ambitionierte Sportlerinnen und Sportler](#) bei internationalen Wettkämpfen;
- strebt eine Integration durch Sport an und stärkt so die Selbstständigkeit und dadurch wiederum die Lebensqualität.

Aus und Weiterbildung

Swiss Deaf Sport hat auch die Aufgabe, die Aus- und Weiterbildung von Personen zu fördern, die für eine Sportabteilung bei dem Verband oder einen Sportverein tätig sein wollen.

- [Zu den Ausbildungsangeboten](#)

Partner



Impressum

Herausgeber: Bundesamt für Sport BASPO,
2532 Magglingen

Autoren: Philipp Steiner, Geschäftsführer Swiss Deaf Sport; Kristina Steiner, Bachelor Erziehungs- und Bildungswissenschaft; Laura Setz, Fachperson für Menschen mit Hörbehinderungen im Sport (Videos)

Redaktion: Raphael Donzel, Francesco Di Potenza
mobilesport.ch

Videos: Yannik Leibacher, BASPO

Zeichnungen: Leo Kühne

Layout: Franziska Küffer BASPO