

Zwischen Selbstbestimmung und Teilhabebarrieren:

Empowerment an der Schnittstelle von Flucht,
Migration und Behinderung



Inhalt

Einleitung	3
1. Empowerment an der Schnittstelle von Flucht, Migration und Behinderung	6
2. Projekterfahrungen – drei Jahre Empowerment an der Schnittstelle von Flucht, Migration und Behinderung	16
• ArrivalAid aus München – Praxisberichte	18
• Diakonisches Werk Freiburg – Praxisberichte	27
• Johannesstift Diakonie Proclusio aus Berlin – Praxisberichte	36
• Gemeinsame Erkenntnisse	45
• Statements von Selbstvertreter*innen	46
3. Migrant*innenselbstorganisationen und Empowerment	52
• InterAktiv	54
• ZAkī – Bildung und Kultur	56
• Shahrzad	60
4. Empfehlungen für erfolgreiche Empowerment-Arbeit	64
• Empowerment in der Praxis stärken	65
• Förderpraxis empowernd gestalten	67
Impressum	70

Einleitung

Die Lebensrealitäten von geflüchteten und migrierten Menschen mit Behinderungen und ihren Angehörigen sind in Deutschland von erheblichen strukturellen Barrieren geprägt. Grundlegende Rechtsansprüche, wie gleichberechtigte Teilhabe, Selbstbestimmung und Schutz vor Diskriminierung, werden in der Praxis häufig nicht eingelöst. Verschärft wird diese Situation zusätzlich durch restriktive Entwicklungen in der Asyl- und Migrationspolitik sowie drastische Kürzungen in der Sozialpolitik.

Behinderungsbedingte Schutz- und Unterstützungsbedarfe werden in Asylverfahren und in nachgelagerten sozialrechtlichen Prozessen häufig nicht oder erst verspätet identifiziert und berücksichtigt. In der Folge stoßen geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen sowohl unmittelbar nach ihrer Ankunft als auch noch Jahre später auf zahlreiche Barrieren – etwa bei der Unterbringung, Gesundheitsversorgung, Bildung oder Arbeit. Diese strukturellen Bedingungen wirken sich auf nahezu alle Lebensbereiche aus und beeinflussen maßgeblich ihren Zugang zu gesellschaftlicher Teilhabe.

Hinzu kommt, dass Leistungen für geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen in Deutschland auf verschiedene Rechtsbereiche und Leistungssysteme verteilt sind. Je nach Aufenthaltsstatus und Aufenthaltsdauer greifen unterschiedliche gesetzliche Regelungen und Zuständigkeiten, etwa aus dem Asylbewerberleistungsrecht, dem Sozialrecht oder der Eingliederungshilfe. Komplexe Verwaltungsstrukturen, schwer zugängliche Antragsverfahren, fehlende Informationen in verständlicher und mehrsprachiger Form sowie mangelnde Barrierefreiheit erschweren den Zugang zu notwendigen Leistungen erheblich.

Geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen erleben dabei häufig intersektionale Diskriminierung. Teilhabebarrrieren entstehen häufig nicht allein aufgrund der Behinderung, sondern durch das Zusammenwirken weiterer Merkmale wie Flucht- und Migrationserfahrung, Aufenthaltsstatus, Geschlecht, soziale Herkunft, Alter oder sexuelle Orientierung. Diese Barrieren bestehen nicht unabhängig voneinander, sondern überschneiden und verstärken sich gegenseitig.

Gleichzeitig verfügen geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen und ihre Angehörigen über vielfältige Ressourcen, Erfahrungen und Strategien, mit denen sie ihren Alltag bewältigen und aktiv gestalten. Diese wahrzunehmen und anzuerkennen, ist eine zentrale Voraussetzung dafür, Empowerment nicht nur als abstraktes Konzept, sondern als gelebte Praxis zu verstehen. Empowerment knüpft an die Perspektiven, Fähigkeiten und Entscheidungen der Menschen selbst an. Es schafft Räume, in denen sie ihre Rechte kennen, ihre Interessen vertreten, Selbstwirksamkeit erfahren und gesellschaftliche Teilhabe aktiv mitgestalten können.

Die UN-Behindertenrechtskonvention verpflichtet dazu, die Rechte von Menschen mit Behinderungen umfassend zu schützen – auch im Bereich der Asyl-, Migrations- und Integrationspolitik. Daraus ergibt sich der Auftrag, gleichberechtigte Teilhabe, Chancengleichheit und Selbstbestimmung für geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen sicherzustellen und inklusive Strukturen nachhaltig zu stärken.

Vor diesem Hintergrund setzt sich der Programmbereich **Crossroads | Flucht. Migration. Behinderung.** von Handicap International e. V. dafür ein, die Rechte und Teilhabemöglichkeiten geflüchteter und migrierter Menschen mit Behinderungen zu stärken. Im Mittelpunkt steht

ein Empowerment-Verständnis, das an die Ressourcen, Perspektiven und Erfahrungen der Betroffenen anknüpft und dazu beiträgt, Rahmenbedingungen für Selbstvertretung, Mitbestimmung und gleichberechtigte Teilhabe zu stärken. Dazu gehören unter anderem die Begleitung von Selbstvertretungs- und Selbsthilfegruppen, psychosoziale Gruppenangebote, Beratung und Erstorientierung sowie mehrsprachige Informationsveranstaltungen zu den Rechten von geflüchteten und migrierten Menschen mit Behinderungen in Deutschland. Gleichzeitig trägt Crossroads dazu bei, Fachkräfte zu sensibilisieren, Akteur*innen zu vernetzen und strukturelle Barrieren wahrnehmbar zu machen, um inklusive und partizipative Unterstützungsstrukturen langfristig weiterzuentwickeln.

Hieran knüpfte das Kooperationsprojekt **„Meine. Deine. Unsere Stimme: für ein starkes Wir“** an. Es wurde von Handicap International e. V. gemeinsam mit drei lokalen Organisationen umgesetzt – ArrivalAid gGmbH in München, dem Diakonischen Werk Freiburg und der Johannesstift Diakonie Proclusio gGmbH in Berlin – und von der Europäischen Union und Aktion Deutschland Hilft kofinanziert. Das dreijährige Projekt (2024–2026) verfolgte das Ziel, die Selbstbestimmung und gesellschaftliche Teilhabe von geflüchteten und migrierten Menschen mit Behinderungen zu stärken. Im Mittelpunkt stand, Räume für Austausch, Information und gegenseitige Unterstützung zu schaffen. Geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen sowie ihre Angehörigen wurden beim Aufbau von Selbstvertretungsgruppen begleitet und darin unterstützt, ihre Interessen wahrnehmbar zu machen und sich aktiv für ihre Rechte einzusetzen. Ergänzend dazu entstanden mehrsprachige Informationsveranstaltungen und psychosoziale Gruppenangebote, die den Menschen ermöglichten, sich zu orientieren, zu stabilisieren und zu vernetzen.

Die vorliegende Handreichung bündelt die Erfahrungen aus diesem Projekt und bringt die Perspektiven der am Projekt beteiligten Organisationen sowie der mitwirkenden Selbstvertreter*innen zusammen. Sie richtet sich an haupt- und ehrenamtlich tätige Personen, die mit geflüchteten und migrierten Menschen, Menschen mit Behinderungen sowie deren Angehörigen arbeiten, und versteht sich als praxisnahe Orientierungshilfe für eine empowernde und rechtsbasierte Praxis.

Im Mittelpunkt steht die Frage, wie Empowerment unter oftmals widersprüchlichen strukturellen Bedingungen gelingen kann. Diese Widersprüche zeigen sich beispielsweise dort, wo Selbstbestimmung und Partizipation gestärkt werden sollen, gleichzeitig aber restriktive gesetzliche Rahmenbedingungen, unsichere Aufenthaltsstatus, begrenzte Ressourcen oder institutionelle Barrieren die Handlungsspielräume der Betroffenen einschränken. Empowernde Praxis bewegt sich deshalb häufig im Spannungsfeld zwischen individueller Stärkung und strukturellen Grenzen.

Die Handreichung verbindet unterschiedliche Perspektiven. Sie informiert über zentrale Herausforderungen und Bedarfe geflüchteter und migrierter Menschen mit Behinderungen, reflektiert Erfahrungen aus drei Jahren Projektpraxis, sensibilisiert für Spannungsfelder in der praktischen Arbeit und formuliert konkrete Impulse für die Weiterentwicklung empowernder Ansätze. Gleichzeitig lädt sie dazu ein, die eigene Praxis kritisch zu reflektieren und Faktoren aufzuzeigen, die Empowerment fördern oder erschweren können.

Die Struktur der Handreichung orientiert sich an diesen Perspektiven. Auf die Einleitung folgt eine konzeptionelle Einführung in das Thema Empowerment an der Schnittstelle von Flucht und Behinderung (Kapitel 1). Anschließend werden die Erfahrungen aus drei Jahren Projektpraxis reflektiert – aus Perspektive sowohl der mitwirkenden Selbstvertreter*innen als auch

der Kolleg*innen der beteiligten Organisationen (Kapitel 2). Ergänzt wird dies durch eine Bildstrecke mit persönlichen Statements der Selbstvertreter*innen, die individuelle Stimmen und Erfahrungen aufzeigt. Danach beleuchten die drei Migrant*innenselbstorganisationen Inter-Aktiv e. V., ZAKi – Bildung und Kultur e. V. sowie Shahrzad e. V. das Thema Empowerment aus ihrer Perspektive und erweitern die Handreichung um praxisnahe Erfahrungen und zentrale Erkenntnisse (Kapitel 3). Den Abschluss bilden Empfehlungen für eine erfolgreiche Empowerment-Arbeit sowie gezielte Hinweise an projektmittelfördernde Institutionen (Kapitel 4).

Wir wünschen Ihnen eine inspirierende Lektüre, die zum Nachdenken anregt, neue Perspektiven eröffnet und Mut macht, empowernde Praxis aktiv mitzugestalten.

Über Crossroads

- Crossroads ist das Programm von Handicap International e. V. an der Schnittstelle Flucht, Migration und Behinderung. Seit 2018 setzt sich Crossroads für nach Deutschland geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen ein, um ihre Lebenssituation zu verbessern. Auf Grundlage der UN-Behindertenkonvention gibt Crossroads Handlungsempfehlungen an Politik und Verwaltung, stärkt die Selbstvertretung von Betroffenen, informiert sie über ihre Rechte und hilft bei Fragen zu Sozial- und Teilhabeleistungen. Ebenso berät und schult Crossroads Fachkräfte aus der Flüchtlings-, Migrations- und Behindertenhilfe und fördert ihre Vernetzung. Das Programm wird kofinanziert von der Europäischen Union und Aktion Deutschland Hilft.
- Handicap International (HI) ist eine gemeinnützige Organisation für Nothilfe und Entwicklungszusammenarbeit. Sie unterstützt weltweit Menschen mit Behinderung und besonders Schutzbedürftige.

🔗 www.hi-deutschland-projekte.de/crossroads



Kofinanziert von der
Europäischen Union



**Aktion
Deutschland Hilft**
Bündnis der Hilfsorganisationen

1. Empowerment an der Schnittstelle von Flucht, Migration und Behinderung



In diesem Kapitel möchten wir Einblicke in die Lebensrealitäten von geflüchteten und migrierten Menschen mit Behinderungen und ihren Familien geben. Unser Ziel ist es dabei, zentrale Herausforderungen hinsichtlich der gleichberechtigten Teilhabe am gesellschaftlichen Leben aufzuzeigen, ohne dabei die Handlungsspielräume und Ressourcen der Betroffenen aus dem Blick zu verlieren. Im Sinne eines rechtbasierten Ansatzes, wie er in der **UN-Behindertenrechtskonvention** verankert ist, steht dabei die Frage im Mittelpunkt, unter welchen Bedingungen **Empowerment** gelingen kann.

Welche Barrieren stehen der Teilhabe von geflüchteten und migrierten Menschen mit Behinderungen und ihren Familien im Wege?

Auf struktureller Ebene ist die Lebenssituation geflüchteter und migrierter Menschen mit Behinderungen häufig von Ausgrenzung, Unsicherheit und Diskriminierung geprägt. Viele bewegen sich in einem System, das aus komplexen Verwaltungsverfahren, Zuständigkeiten und unterschiedlichen Rechtskreisen besteht. Welche Leistungen in Anspruch genommen werden können und welche Behörde zuständig ist, hängt im Wesentlichen vom Aufenthaltsstatus und der Aufenthaltsdauer ab. Bei Personen, die sich noch im Asylverfahren befinden und weniger als 36 Monate in Deutschland leben oder eine Duldung haben, führt dies in der Praxis dazu, dass Leistungen zur medizinischen Versorgung, zu Hilfsmitteln, zu Pflege oder zur Eingliederungshilfe nur eingeschränkt bewilligt werden und mit erheblichen bürokratischen Anforderungen verbunden sind. Anträge auf Leistungen sind häufig mit umfangreichen Nachweispflichten verbunden, Bescheide schwer verständlich formuliert und Fristen knapp bemessen. Zudem sind Zuständigkeiten oft unklar oder Entscheidungen von unterschiedlichen Stellen abhängig. Ohne Unterstützung durch Beratungsstellen oder engagierte Einzelpersonen ist es für viele Betroffene kaum möglich, sich im System zurechtzufinden und Ansprüche vollständig geltend zu machen. Dies führt nicht selten zu Verzögerungen, Leistungslücken, Ablehnungen oder dem faktischen Verzicht auf prinzipiell zustehende Unterstützung.

Auch im Lebensbereich Wohnen zeigen sich die strukturellen Barrieren deutlich. Geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen leben nicht selten in Gemeinschaftsunterkünften, die weder barrierefrei noch an

UN-Behindertenrechtskonvention

Behinderung wird bis heute vor allem medizinisch und defizitorientiert verstanden: als individuelle Abweichung von einer vermeintlichen Norm, die durch Behandlung, Fürsorge oder Sonderstrukturen zu kompensieren sei. Seit den 1970er Jahren stellt die maßgeblich von Selbstvertreter*innen getragene Disability-Rights-Bewegung dieses Verständnis grundlegend in Frage und entwickelte das soziale Modell von Behinderung: Menschen werden demnach nicht nur durch ihre Beeinträchtigung, sondern vielmehr auch durch ihre Umwelt behindert.

Die UN-Behindertenrechtskonvention folgt dem sozialen Modell und bringt damit einen grundlegenden Paradigmenwechsel zum Ausdruck: weg vom Fürsorgemodell und hin zu Teilhabe, Selbstbestimmung und Gleichberechtigung. Ziel ist der uneingeschränkte Zugang zu allen Menschenrechten, mit selbstbestimmter Lebensführung als Grundvoraussetzung – unabhängig von Herkunft, Staatsangehörigkeit oder Aufenthaltsstatus.

 www.behindertenrechtskonvention.info



Empowerment

Unter Empowerment verstehen wir die Stärkung von Menschen, damit sie eigenständig Entscheidungen treffen, Ressourcen nutzen und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Empowerment bildet dabei eine entscheidende Voraussetzung von Inklusion: Auf der individuellen Ebene bedeutet es, dass jede Person die nötigen Zugänge zu Informationen und Unterstützung erhält, um gleichberechtigt teilzuhaben. Kollektives Empowerment umfasst solidarische Strukturen, Netzwerke und gemeinschaftliches Handeln, das Gruppen stärkt und strukturelle Barrieren abbaut. Beide Ebenen ergänzen sich, um langfristig echte Teilhabe zu ermöglichen



individuelle Bedarfe angepasst sind. Rollstuhlnutzer*innen können beispielsweise ihre Zimmer oder Sanitäreinrichtungen nicht selbstständig erreichen, während neurodivergente Menschen und Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen in Mehrbett- oder Lärmsituationen kaum Rückzugsmöglichkeiten haben. In solchen Situationen übernehmen Angehörige häufig kompensatorisch Unterstützungsaufgaben, stoßen dabei jedoch selbst an körperliche, emotionale und organisatorische Grenzen.

Der Zugang zu Bildungs- und Arbeitsangeboten ist ebenfalls vielfach eingeschränkt. Ein Beispiel sind Integrationskurse, die zwar formal allen mit Zulassung offenstehen, aber häufig nicht barrierefrei oder an unterschiedliche Unterstützungsbedarfe angepasst sind. Darüber hinaus werden Menschen mit Sehbehinderungen vielerorts nicht zu regulären Kursen zugelassen, selbst wenn sie mit geeigneten Inklusionsmaßnahmen erfolgreich teilnehmen könnten. Angebote für Menschen mit Sinnesbeeinträchtigungen existieren nur an wenigen Standorten und häufig mit Wartezeiten von mehreren Jahren. Für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen gibt es bis heute bundesweit keine bedarfsgerechten Sprachkurse. Auch Maßnahmen zur Arbeitsmarktintegration greifen häufig zu kurz, wenn individuelle Bedarfe nicht berücksichtigt werden.

Diese strukturellen Barrieren gehen mit erheblichen Belastungen einher. Viele Betroffene berichten von anhaltender Unsicherheit im Hinblick auf ihren Aufenthaltsstatus, von Überforderung im Umgang mit Behörden sowie von dem Gefühl, ständig für ihre Rechte kämpfen zu müssen. Für Angehörige bedeutet dies oft eine dauerhafte Mehrfachbelastung zwischen Sorgearbeit, notwendiger Nachweise der eigenen Integrationsbemühungen (wie z. B. die finanzielle Sicherung des eigenen Lebensunterhalts für eine Aufenthaltsperspektive) und der Navigation durch ein komplexes Unterstützungssystem. Erfahrungen von Orientierungslosigkeit und Erschöpfung sind unter diesen Bedingungen keine Ausnahme, sondern prägen den Alltag vieler Familien. Auch der Zugang zu passenden Beratungsstrukturen und Unterstützungsangeboten ist häufig erschwert – etwa durch finanzielle und personelle Kürzungen der Angebote, Nachweispflichten, lange Wartezeiten oder fehlende Schnittstellenkompetenzen bei den Berater*innen.

Hinzu kommen politische und gesellschaftliche Entwicklungen, die bestehende Unsicherheiten weiter verstärken. Verschärfungen im Asyl- und Aufenthaltsrecht, restriktivere Auslegungen von Schutz- und Leistungsansprüchen sowie ein zunehmend polarisiertes gesellschaftliches Klima führen dazu, dass viele Menschen ihre Zukunftsperspektiven als unsicher erleben. Gleichzeitig wirken gesellschaftliche Diskurse belastend, in denen Flucht und Migration zunehmend problematisiert und Menschen mit Behinderungen direkt oder indirekt nach wirtschaftlicher Verwertbarkeit – beispielsweise der Möglichkeit, einer Arbeit nachzugehen – beurteilt werden. Wenn Teilhabe vor allem über Arbeitsmarktintegration oder „Nützlichkeit“ begründet wird, geraten diejenigen unter Druck, die aufgrund von Behinderungen, gesundheitlichen Einschränkungen oder Aufenthaltstitel nur eingeschränkte Möglichkeiten zur Erwerbsarbeit haben. Sie laufen Gefahr, nicht als Rechtsträger*innen im Sinne der UN-Behindertenrechtskonvention, sondern primär als „Kostenfaktor“ wahrgenommen zu werden.



Welche Leistungen stehen Geflüchteten mit Behinderungen in Deutschland zu?

Während des Asylverfahrens sowie bei einer Duldung erhalten geflüchtete Menschen Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG). Diese umfassen die Sicherung des Lebensunterhalts sowie eine eingeschränkte medizinische Versorgung, die in der Regel auf akute Erkrankungen und Schmerzzustände begrenzt ist. Leistungen, die für Menschen mit Behinderungen relevant sind – etwa Hilfsmittel, Therapien oder Pflege- und Assistenzleistungen – werden häufig nur als Ermessensleistungen gewährt und müssen aktiv beantragt werden; ein Rechtsanspruch besteht nicht.

Erst nach 36 Monaten im AsylbLG-Leistungsbezug erweitert sich der Zugang zur medizinischen Versorgung und entspricht im Wesentlichen dem Niveau der gesetzlichen Krankenversicherung. In dieser Phase werden auch weitergehende Behandlungen, Rehabilitationsmaßnahmen und notwendige Hilfsmittel leichter zugänglich. Ergänzend können Leistungen der Eingliederungshilfe zur Förderung gesellschaftlicher Teilhabe in Anspruch genommen werden.

Mit einem anerkannten Schutzstatus (z. B. Flüchtlingseigenschaft oder subsidiärer Schutz) besteht ebenfalls ein regulärer Zugang zum Gesundheitssystem sowie zu Leistungen der sozialen Sicherung, einschließlich der gesetzlichen Krankenversicherung und der Eingliederungshilfe.

Für Menschen aus der Ukraine mit Aufenthalt nach § 24 Aufenthaltsgesetz besteht in der Regel ein direkter Zugang zur gesetzlichen Krankenversicherung und zu weitergehenden Unterstützungsleistungen. Im Zusammenhang mit dem geplanten Leistungsrechtsanpassungsgesetz ist derzeit jedoch noch unklar, wie die zukünftige Leistungszuordnung für neu einreisende Personen konkret ausgestaltet wird.

Im Rahmen der Umsetzung des Gemeinsamen Europäischen Asylsystems und der EU-Aufnahmerichtlinie (2024/1346) gilt seit dem 12. Juni 2026 zudem: Minderjährige im AsylbLG erhalten eine elektronische Gesundheitskarte mit Leistungen auf dem Niveau der gesetzlichen Krankenversicherung (ohne Mitgliedschaft in der gesetzlichen Krankenversicherung).

Diese Entwicklungen haben konkrete Auswirkungen auf die Lebenssituation: Viele Betroffene berichten von wachsender Verunsicherung im Kontakt mit Behörden, von Angst vor Leistungsentzug oder negativen Aufenthaltsentscheidungen sowie als Reaktion darauf von einem Rückzug aus öffentlichen oder unterstützenden Angeboten. Auch psychosoziale Belastungen nehmen zu, da Zukunftsplanung unter Bedingungen permanenter Unsicherheit kaum möglich ist. Gerade unter diesen Bedingungen wird deutlich, dass Empowerment nicht losgelöst von strukturellen Rahmenbedingungen gedacht werden kann. Damit Menschen ihre Rechte wahrnehmen

und ihre Handlungsmöglichkeiten erweitern können, braucht es Angebote, die Stabilisierung, Orientierung, Vertrauensaufbau und die Begleitung bei der Einforderung von Rechten miteinander verbinden.

Die beschriebenen strukturellen Barrieren prägen die Lebensrealität vieler geflüchteter und migrierter Menschen mit Behinderungen und ihrer Familien. Gleichzeitig bestimmt sie diese Lebensrealität nicht vollständig. Menschen entwickeln vielfältige Strategien, um mit Belastungen umzugehen, ihre Rechte einzufordern und ihren Alltag zu gestalten. Diese Handlungsspielräume aufzuzeigen,

ist eine zentrale Voraussetzung für ein Empowerment-Verständnis, das Menschen nicht auf Unterstützungsbedarfe reduziert, sondern ihre Ressourcen und ihre Selbstbestimmung in den Mittelpunkt stellt.

Wie gehen geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen mit den beschriebenen Herausforderungen um?

Die Erfahrungen aus der Projektpraxis zeigen, dass geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen trotz oft schwieriger Rahmenbedingungen vielfältige Ressourcen nutzen, um ihren Alltag zu gestalten und ihre Handlungsmöglichkeiten zu erweitern. Sie eignen sich Wissen an, entwickeln individuelle Lösungsstrategien, bauen soziale Netzwerke auf und unterstützen sich gegenseitig. Diese Ressourcen sind eine wichtige Grundlage für Selbstbestimmung und gesellschaftliche Teilhabe. Sie zeigen zugleich, dass geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen nicht ausschließlich passiv sind und Unterstützung erfordern, sondern ihre Lebensrealität aktiv mitgestalten und selbst zur Unterstützung anderer beitragen.

Viele beschaffen sich eigenständig Informationen – etwa zu ihren Rechten, zu Unterstützungsangeboten oder zur Gesundheitsversorgung. Dabei nutzen sie Übersetzungs-Apps, digitale Informationsangebote oder die Unterstützung anderer Bewohner*innen in Unterkünften. Auch Familien übernehmen häufig wichtige Aufgaben: Sie begleiten zu Terminen bei Ärzt*innen, helfen beim Ausfüllen von Anträgen, organisieren den Alltag oder vermitteln zwischen unterschiedlichen Institutionen.

Eine zentrale Bedeutung spielt zudem der Kontakt zu Beratungsstellen. Diese Interaktionen unterscheiden sich deutlich von familiären oder informellen Unterstützungsbeziehungen: Sie sind in der Regel stärker auf konkrete Anliegen und Fragen ausgerichtet

– etwa darauf, Leistungen zu beantragen, rechtliche Ansprüche zu klären, Zugang zu medizinischer Versorgung zu erlangen oder sich im komplexen Zuständigkeitssystem zu orientieren. Gleichzeitig können sie dabei unterstützen, Entscheidungen von Behörden nachzuvollziehen und gemeinsam Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln. Gerade wenn Beratung verständlich, verlässlich und auf Augenhöhe erfolgt, kann sie Menschen darin stärken, zunehmend selbstständig Entscheidungen zu treffen und ihre Interessen zu vertreten.

Auch Selbsthilfe-, Selbstvertretungs-, und psychosoziale Gruppen eröffnen wichtige Handlungsspielräume. Sie bieten einen geschützten Rahmen, in dem Erfahrungen ausgetauscht, Informationen weitergegeben und gegenseitige Unterstützung organisiert werden. Teilnehmende der lokalen Selbstvertretungsgruppen in München, Freiburg und Berlin berichten, dass sie dort erstmals von bestimmten Rechten oder Unterstützungsleistungen erfahren haben. Gemeinsam werden Strategien entwickelt, um mit Behörden umzugehen oder schwierige Situationen zu bewältigen. Gleichzeitig erleben viele, dass ihre Erfahrungen ernst genommen werden und sie mit ihren Herausforderungen nicht allein sind. Für manche wird die Gruppe zu einem Ort, an dem Selbstvertrauen wächst und der Mut entsteht, die eigene Stimme einzubringen und sich auch außerhalb der Gruppe für die eigenen Rechte einzusetzen.

Kraftquellen können dabei sehr individuell sein und hängen in der Regel mit den eigenen Lebens- und Fluchterfahrungen sowie der aktuellen Lebenssituation zusammen. Unterschiedliche Erfahrungen von Belastung, Stabilisierung oder Verlust beeinflussen, welche Ressourcen als hilfreich erlebt werden. Manchen geben Familie, Freund*innen oder die eigene Community Halt. Andere schöpfen Kraft aus ihrem Glauben oder auch aus der Erfahrung, bereits schwierige Lebenssituationen bewältigt zu haben. Wieder andere erleben es als stärkend, Verantwortung für andere zu übernehmen, Informationen weiter-

zugeben oder sich in Selbstvertretungsstrukturen zu engagieren. Diese Unterschiede sind Ausdruck sehr individueller Bewältigungswege und nicht zuletzt auch der unterschiedlichen Zugänge zu Unterstützung, Sicherheit und sozialer Einbindung.

Gleichzeitig sind individuelle Ressourcen allein nicht ausreichend. Ob Menschen ihre Handlungsmöglichkeiten tatsächlich entfalten können, wird wesentlich durch die äußeren Rahmenbedingungen beeinflusst. Zugängliche Informationen, barrierefreie Angebote, verständliche Kommunikation, verlässliche Beratungsstrukturen und ein gesicherter Aufenthaltsstatus schaffen Voraussetzungen dafür, dass Empowerment gelingen kann. Umgekehrt können fehlende Zugänge, bürokratische Hürden oder anhaltende Unsicherheit Handlungsspielräume erheblich einschränken.

Darüber hinaus wünschen sich viele Betroffene, dass ihre individuellen Situationen und Erfahrungen anerkannt werden. So kann es beispielsweise bedeutsam sein, dass ihre gesundheitlichen Einschränkungen ernst genommen werden oder dass sie nicht ausschließlich über ihren Aufenthaltsstatus definiert werden. In einigen Fällen spielt auch das Bedürfnis nach Schutz und Stabilität eine Rolle, insbesondere wenn zuvor Erfahrungen von Unsicherheit oder Diskriminierung gemacht wurden.

Empowerment bedeutet deshalb nicht, Verantwortung für die Bewältigung struktureller Barrieren auf einzelne Menschen zu übertragen. Vielmehr geht es darum, Bedingungen zu schaffen, unter denen Menschen ihre Rechte kennen, ihre Fähigkeiten einbringen und ihre Interessen selbstbestimmt vertreten können. Dabei kommt Unterstützungsange-



boten die Aufgabe zu, vorhandene Ressourcen aufzugreifen, Selbstvertretung zu stärken und Teilhabe nachhaltig zu ermöglichen. Damit rückt auch die Frage in den Mittelpunkt, welches Verständnis von Empowerment die professionelle Praxis prägt und wie sich dieses auf die Gestaltung von Angeboten auswirkt.

Was prägt die Arbeit von Fachkräften und welche Erwartungen haben sie im Kontext von Empowerment?

Empowerment bedeutet, Menschen dabei zu unterstützen, ihre Rechte wahrzunehmen, eigene Entscheidungen zu treffen und ihre Handlungsmöglichkeiten zu erweitern. In der Praxis wird Empowerment jedoch nicht einheitlich verstanden und umgesetzt. Es wird sowohl durch fachliche Haltungen als auch durch institutionelle Rahmenbedingungen, Projektziele und Anforderungen von Projektförderungen beeinflusst.

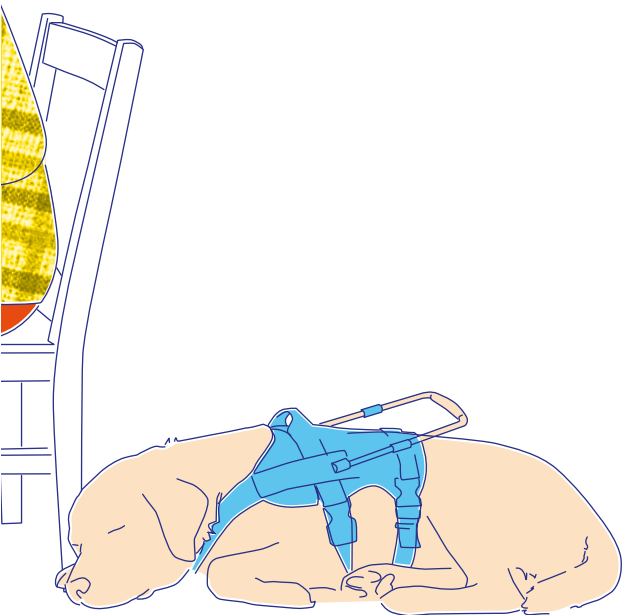
Viele Fachkräfte verstehen Empowerment als einen Prozess, der Menschen darin stärkt, ihr Leben möglichst selbstbestimmt zu gestalten und ihre Interessen selbst zu vertreten. Gleichzeitig unterscheiden sich die Vorstellungen darüber, wie dieser Prozess gestaltet

werden sollte. Während einige den Schwerpunkt auf Selbstorganisation und Eigenverantwortung legen, betonen andere stärker die Bedeutung einer kontinuierlichen Begleitung und den Abbau struktureller Barrieren. Gemeinsam ist diesen Perspektiven das Ziel, Selbstbestimmung zu fördern.

In der Praxis entstehen daraus immer wieder Spannungen. So kann Empowerment beispielsweise mit der Erwartung verbunden sein, dass Teilnehmende Anträge selbst stellen, Termine eigenständig organisieren oder ihre Anliegen gegenüber Behörden vertreten. Für Menschen, die sich in einer akuten Krisensituation befinden, gesundheitlich stark belastet sind oder das Unterstützungssystem erst kennenlernen, können solche Erwartungen jedoch überfordernd sein. Hier entsteht ein Spannungsfeld zwischen dem fachlichen Anspruch, Selbstständigkeit zu fördern, und dem tatsächlichen Bedarf nach Begleitung und Stabilisierung.

Ein weiteres Spannungsfeld ergibt sich daraus, dass Förderlogiken in der Regel auf messbare Wirkungen ausgerichtet sind. Projektförderungen sind an Laufzeiten, Zielvereinbarungen und Dokumentationspflichten gebunden. Partizipation und Empowerment sollen aufgezeigt und nachvollziehbar gemacht werden. Fachkräfte müssen daher häufig nachweisen, wie viele Menschen erreicht wurden, welche Aktivitäten stattgefunden haben oder welche Ergebnisse erzielt wurden. Empowerment verläuft jedoch selten geradlinig. Vertrauen entsteht oft erst über einen längeren Zeitraum, Entwicklungen verlaufen individuell unterschiedlich und Rückschritte gehören häufig zum Prozess. Objektive messbare Ergebnisse – etwa die Übernahme einer Moderation oder öffentliches Engagement – lassen sich leichter dokumentieren als subjektive Veränderungen, beispielsweise wenn eine Person erstmals ihre eigenen Bedürfnisse formuliert oder sich traut, Unterstützung einzufordern.

Diese unterschiedlichen Erwartungen zeigen sich auch im Beratungs- und Gruppenall-



tag. Manche Teilnehmende suchen zunächst Orientierung, konkrete Informationen oder Unterstützung bei einer akuten Problemlage, andere wünschen sich vor allem einen geschützten Raum für Austausch. So besucht eine Person möglicherweise eine Selbstvertretungsgruppe in erster Linie, weil sie Unterstützung bei der Klärung eines Leistungsanspruchs oder bei der Suche nach barrierefreiem Wohnraum benötigt. Das Projekt, innerhalb dessen die Gruppe angesiedelt ist, verfolgt gleichzeitig das Ziel, langfristig Selbstvertretung und aktive Mitgestaltung zu stärken. Werden diese unterschiedlichen Zielsetzungen nicht abgestimmt, kann dies zu Frustration auf beiden Seiten führen: Teilnehmende fühlen sich mit ihren akuten Anliegen nicht ausreichend gesehen, während Fachkräfte unter Druck geraten, Projektziele und Fördervorgaben zu erreichen.

Ähnliche Spannungsfelder entstehen in Gruppenangeboten. Fachkräfte verstehen diese häufig als Räume für gegenseitige Unterstützung, gemeinsames Lernen und die Entwicklung eigener Handlungsmöglichkeiten. Teilnehmende erwarten dagegen teilweise vor allem konkrete Informationen oder individuelle Problemlösungen. Andere möchten zunächst beobachten, Vertrauen aufbauen und die Gruppe kennenlernen, bevor sie sich aktiv beteiligen. Empowerment erfordert deshalb eine kontinuierliche Aushandlung von Erwartungen sowie die Bereitschaft, Angebote an unterschiedliche Ausgangslagen und Bedarfe anzupassen.

Gerade in diesen Spannungsfeldern wird deutlich, dass Empowerment kein fest definiertes Konzept ist, das sich einheitlich umsetzen lässt, sondern ein gemeinsamer Prozess. Ziele, Rollen und Erwartungen müssen immer wieder neu ausgehandelt werden. Eine empowernde Praxis zeichnet sich daher nicht durch schnelle Selbstständigkeit aus, sondern durch flexible, lebensweltbezogene Unterstützung, die Ressourcen stärkt und gleichzeitig strukturelle Barrieren berücksichtigt.

Welche Anforderungen ergeben sich daraus für die Gestaltung von Empowerment Angeboten?

Die beschriebenen Spannungsfelder sind wesentlicher Bestandteil der Arbeit und lassen sich nicht auflösen, sondern erfordern einen bewussten und kontinuierlichen Reflexionsprozess. Empowerment bedeutet nicht, vorgegebene Ziele möglichst effizient zu erreichen. Vielmehr geht es darum, Angebote so zu gestalten, dass sie den unterschiedlichen Lebensrealitäten, Handlungsmöglichkeiten und Bedarfen der Teilnehmenden gerecht werden und gleichzeitig die strukturellen Rahmenbedingungen mitdenken.

Eine zentrale Voraussetzung dafür ist Transparenz. Teilnehmende sollten wissen, welche Ziele ein Angebot verfolgt und welche Beteiligungsmöglichkeiten bestehen. Gleichzeitig braucht es Raum, individuelle Anliegen ernst zu nehmen und als gleichwertigen Ausgangspunkt der Zusammenarbeit zu verstehen. Empowerment ist kein einseitiger Prozess, sondern entsteht im Dialog und in der gemeinsamen Aushandlung von Zielen und Handlungsmöglichkeiten.

Ebenso wichtig sind flexible und bedarfsorientierte Angebotsstrukturen. Menschen nehmen Empowerment-Angebote aus unterschiedlichen Gründen wahr: Wie erwähnt suchen manche konkrete Informationen oder Unterstützung bei einer akuten Herausforderung, andere wünschen sich Austausch, Orientierung oder die Möglichkeit, sich langfristig zu engagieren. Deshalb sind niedrigschwellige Informationsangebote, psychosoziale Gruppenangebote, Selbstvertretungsformate und individuelle Beratung als sich ergänzende Zugänge notwendig.

Empowerment braucht außerdem Zeit. Vertrauen entsteht häufig erst über einen längeren Zeitraum. Menschen nehmen Angebote phasenweise wahr, ziehen sich zurück oder setzen unterschiedliche Schwerpunkte. Solche Verläufe sind kein Ausdruck fehlender

Motivation, sondern häufig eine Folge komplexer Lebenslagen.

Wie oben erwähnt orientieren sich Projektförderungen zudem meist an messbaren Wirkungen wie der Gründung einer Selbstvertretungsgruppe, während andere Entwicklungen, die für Empowerment entscheidend sind, z. B. Vertrauen zu fassen, kaum dokumentierbar sind. Für die Praxis bedeutet dies, äußere und innere Wirkungen gleichermaßen zu berücksichtigen. Neben messbaren Ergebnissen sind insbesondere die frühen, oft versteckten Entwicklungsschritte von Selbstwirksamkeit zentral für nachhaltige Teilhabe. Damit verbunden ist die Reflexion professioneller Rollen und bestehender Machtver-

hältnisse. Fachkräfte bewegen sich in einem Spannungsfeld zwischen den Bedarfen der Teilnehmenden, institutionellen Rahmenbedingungen und den Anforderungen von Projektförderungen. Eine empowernde Praxis erfordert daher die Bereitschaft, die eigene Rolle kritisch zu hinterfragen, unterschiedliche Prioritäten auszuhalten und gemeinsam mit den Teilnehmenden zu entscheiden, welche Ziele im jeweiligen Moment im Vordergrund stehen. Es muss auch bedacht werden, dass Partizipation und zivilgesellschaftliches Engagement der Teilnehmenden häufig auf unbezahlter Arbeit beruhen und damit unter Umständen bestehende Ungleichheiten reproduziert werden.

Empowerment ist kein Zustand, der am Ende eines Projekts erreicht wird, und auch kein Erfolg, der sich allein an der Zahl von Veranstaltungen, Teilnehmenden oder neu gegründeten Selbstvertretungsgruppen messen lässt. Empowerment ist ein individueller und zugleich kollektiver Prozess, in dem Menschen Vertrauen entwickeln, ihre Rechte kennenlernen und wahrnehmen, Selbstwirksamkeit erfahren und ihre Handlungsmöglichkeiten Schritt für Schritt erweitern. Empowerment bedeutet in diesem Sinne, Menschen nicht an bestehende Systeme anzupassen, sondern gemeinsam Bedingungen zu schaffen, unter denen sie ihre Ressourcen entfalten und ihre gesellschaftliche Teilhabe selbstbestimmt gestalten können.

2. Projekterfahrungen – drei Jahre Empowerment an der Schnittstelle von Flucht, Migration und Behinderung



Berlin

Freiburg

München



Dieses Kapitel gibt Einblicke in die praktische Umsetzung des Kooperationsprojekts „Meine. Deine. Unsere Stimme: für ein starkes Wir“ an den Standorten München, Freiburg und Berlin. Im Zentrum des Kooperationsprojekts stand der Aufbau und die Begleitung von lokalen Selbstvertretungsgruppen. Diese Gruppen boten Räume, in denen sich Betroffene regelmäßig austauschten, ihre Erfahrungen teilten und gemeinsam ihre Rechte und Interessen vertreten konnten. Ergänzend dazu wurden Informationsveranstaltungen durchgeführt, die praxisnahe Aufklärung zu Themen wie Aufenthaltsrecht, Gesundheitsversorgung, Sozialleistungen und Teilhabemöglichkeiten boten. Ein weiterer zentraler Maßnahmenbereich waren psychosoziale Gruppenangebote, die darauf abzielten, Belastungen im Alltag aufzufangen, Selbstfürsorge zu stärken und im Umgang mit herausfordernden Lebenssituationen zu unterstützen. Diese Angebote verbanden psychosoziale Stabilisierung mit niedrigschwelligen Austauschformaten und trugen damit dazu bei, individuelle Ressourcen zu aktivieren und soziale Isolation zu verringern. Darüber hinaus umfasste das Projekt Vernetzungsaktivitäten, die darauf ausgerichtet waren, sich über die eigenen lokalen Gruppen hinaus auszutauschen und in Kontakt zu kommen.

Alle drei am Projekt beteiligten Organisationen arbeiteten auf Grundlage eines gemeinsamen Projektansatzes. Gleichzeitig entwickelten sich die Gruppen entsprechend der jeweiligen lokalen Gegebenheiten, vorhandenen Strukturen und den Bedarfen der Teilnehmenden. Die thematischen Schwerpunkte entstanden nicht im Vorfeld, sondern wurden gemeinsam mit den Gruppen entwickelt. Gerade diese Vielfalt der Ansätze und Umsetzungen prägte das Projekt – und zeigt, wie Empowerment unter sehr unterschiedlichen Bedingungen entstehen kann.

Die Ansprache neuer Teilnehmender erfolgte an allen Standorten über bestehende Netzwerke und lokale Strukturen, darunter u. a. Beratungsstellen, Familienzentren, Gemeinschaftsunterkünfte und migrantische Selbst-

organisationen. Diese sozialraumorientierte Zusammenarbeit erleichterte den Zugang zu Menschen, die aufgrund ihrer Lebenssituation häufig nur schwer erreicht werden können. Insgesamt engagierten sich während der Projektlaufzeit mehr als 60 Personen regelmäßig in den lokalen Selbstvertretungsgruppen. Mehr als 250 Personen nahmen an psychosozialen Gruppenangeboten teil.

Im folgenden Kapitel kommen die Selbstvertreter*innen und die am Projekt beteiligten Organisationen aller drei Standorte zu Wort. Nach einer kurzen Vorstellung der jeweiligen Projektpartner*innen, berichten zunächst Selbstvertreter*innen über ihre Erfahrungen, bevor die beteiligten Fachkräfte die Entwicklungen, Herausforderungen und Gelingensbedingungen aus ihrer Perspektive reflektieren. Den Abschluss bilden gemeinsame Erkenntnisse aus drei Jahren Projektarbeit.

Diese multiperspektivische Darstellung bildet den Kern der Handreichung: Sie zeigt auf, wie Empowerment unter realen Bedingungen ausgehandelt wird – zwischen individuellen Lebenslagen, institutionellen Rahmenbedingungen und den gemeinsamen Versuchen, Räume für Selbstbestimmung und Teilhabe zu schaffen.





ArrivalAid aus München – Praxisberichte

Ability Aid

In München wurde das Kooperationsprojekt durch das Programm AbilityAid der ArrivalAid gGmbH umgesetzt. AbilityAid bietet Beratung, Kurse und Vermittlung für geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen oder chronischer Erkrankung. Die Angebote umfassen Unterstützung bei der Job- und Ausbildungssuche sowie inklusive Deutsch- und EDV-Kurse, um die gesellschaftliche Teilhabe und Selbstbestimmung zu stärken.

Mehr über AbilityAid auf:
 arrivalaid.org/abilityaid



Selbstvertretungsgruppen München

In München wurden zwei Selbstvertretungsgruppen aufgebaut und begleitet – eine englischsprachige und eine deutschsprachige Gruppe. Insgesamt engagierten sich rund 15 Personen regelmäßig. Die Treffen fanden monatlich statt und wurden durch psychosoziale Gruppenangebote ergänzt. Über den Kreis der regelmäßigen Gruppenmitglieder hinaus konnten durch diese Angebote weitere Personen erreicht, unterstützt und schrittweise an die Selbstvertretungsarbeit herangeführt werden.

Die Gruppen brachten Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen sowie verschiedenen Herkunftsländern und Lebenssituationen zusammen. Viele Teilnehmende kamen zunächst mit Fragen zum Alltag in Deutschland, zur Gesundheitsversorgung, zum Arbeitsmarkt oder wegen des Wunsches nach Austausch in die Gruppe. Im Laufe der Zeit entwickelten sich daraus gemeinsame Aktivitäten, gegenseitige Unterstützung und gesellschaftliches Engagement.

Stimmen der Selbstvertreter*innen

Zitate aus einer Rede bei der Demonstration für die Rechte von Menschen mit Behinderungen (5. Mai 2026)

Am 5. Mai 2026 haben wir gemeinsam mit anderen Organisationen in München eine Tanzparade mit dem Motto „Behinderung ist Rebellion“ organisiert. Drei Selbstvertreter*innen hielten im Namen der Gruppe eine Rede, um unsere Rechte und aktive Teilhabe an der Gesellschaft einzufordern. Dies sind einige ihrer zentralen Aussagen:



Sirnar

„Barrierefreiheit ist kein Luxus. Sie ist mein Recht.

Ich möchte meine Familie und Freunde sehen und am Leben teilhaben – doch oft ist das nicht möglich.“

Abu Bakarr

„Wir fordern als Menschen mit Migrationshintergrund und Behinderungen keine Sonderbehandlung, sondern gleiche Chancen:

Zugang zu Arbeit, gerechte Asylverfahren und Unterstützung für ein würdevolles Leben.“



Leona

„Rechte sind kein Luxus. Sie gelten für alle.

Wir fordern, dass sie jetzt umgesetzt werden – nicht irgendwann.“



Alltag, Unterstützung und Empowerment

Die Rede bei der Demonstration machte deutlich, welche Rechte und Veränderungen wir fordern. In drei Interviews mit Gruppenmitgliedern haben wir außerdem über unseren Alltag in Deutschland gesprochen: über Barrieren, Erfahrungen mit Unterstützung und darüber, was uns stärkt.

Leona kommt aus der Ukraine und ist blind. Steve kommt aus Uganda und lebt mit einer Gehbehinderung. Yasir stammt aus Pakistan und ist Vater von zwei Kindern mit Behinderungen.

Alltag und Barrieren

Als Menschen mit Migrationshintergrund und Behinderungen begegnen wir im Alltag oft vielen zusätzlichen Hürden. Besonders belastend sind bürokratische Prozesse, fehlende Informationen und der komplizierte Zugang zum Gesundheits- und Unterstützungssystem.

Steve berichtet, dass er nach seiner Ankunft in Deutschland zunächst ziemlich orientierungslos war: „Als ich in Deutschland ankam, hatte ich keinerlei Informationen.“ Besonders belastend sei für ihn der Zugang zur medizinischen Versorgung gewesen. Wegen notwendiger Genehmigungen musste er lange auf Behandlung warten: „Ich hatte Schmerzen, aber es gab keine Lösung für mein Problem.“ Auch alltägliche Wege stellten für ihn eine Herausforderung dar. Er wünscht sich vor allem wohnortnahe Angebote und bessere Mobilität: „Aufgrund meiner Behinderung möchte ich keine langen Strecken zu Fuß zurücklegen.“

Leona beschreibt vor allem Barrieren im Bildungsbereich. Sie musste zunächst beweisen, dass sie an einem regulären Sprachkurs teilnehmen konnte. Die Erfahrungen in einem speziellen Kurs für blinde Menschen erlebte sie als belastend: „Es gab wenig Respekt

gegenüber den Teilnehmenden.“ Außerdem kritisiert sie mangelnde Barrierefreiheit bei Prüfungen und Bildungsangeboten.

Auch Yasir berichtet von strukturellen Schwierigkeiten. Obwohl die Behinderungen seiner Kinder sichtbar waren, wurde seine Familie bei der Registrierung zunächst nicht als Familie mit besonderen Bedarfen erfasst. Dadurch bestand die Gefahr, weit entfernt von wichtigen medizinischen Angeboten untergebracht zu werden. Gleichzeitig betont Yasir, wie wichtig einzelne unterstützende Personen waren: „Glücklicherweise hat uns die Sozialarbeiterin dabei geholfen, in München bleiben zu können.“

Erfahrungen mit Unterstützung

Uns ist wichtig zu zeigen, dass Unterstützung besonders dann hilfreich ist, wenn sie respektvoll, individuell und gemeinsam mit uns gestaltet wird.

Leona betont: „Fragt direkt die geflüchteten Menschen mit Behinderungen, was sie brauchen.“ Ihrer Meinung nach ist jede Lebenssituation unterschiedlich. Wichtig sei außerdem, Menschen mit eigener Flucht- und Behinderungserfahrung aktiv einzubeziehen, da die Erfahrungen anderen Orientierung geben können. Gleichzeitig macht sie deutlich, was vermieden werden sollte: „Trefft keine Entscheidungen über Menschen mit Behinderung, ohne sie selbst einzubeziehen.“

Yasir beschreibt, dass Fachkräfte im ersten Wohnheim zunächst mit der Situation seiner Familie überfordert gewesen seien. Gleichzeitig habe die Unterstützung einzelner Stellen, insbesondere im Bereich Gesundheit und Kinderbetreuung, eine große Rolle gespielt. Besonders positiv hebt er hervor, dass sein blinder Sohn in Deutschland Unterstützung erhält, die in Pakistan nicht möglich gewesen wäre, etwa Mobilitätstraining und Begleitung im Schulalltag.

Was uns stärkt

Für uns sind die Gruppentreffen wichtige Gelegenheiten für Austausch, gegenseitige Unterstützung und Empowerment. Besonders wichtig ist das Gefühl, mit den eigenen Herausforderungen nicht allein zu sein.

Steve erklärt: „Gruppentreffen zeigen uns, dass wir nicht allein sind.“ Durch die Treffen habe er gelernt, wo er Unterstützung finden kann und wie wichtig gegenseitiger Austausch ist. Besonders wertvoll sei für ihn, dass Wissen innerhalb der Gruppe weitergegeben wird: „Jetzt habe ich Informationen, die ich an andere weitergeben kann.“ Auch die Teilnahme an Veranstaltungen wie dem Netzwerktreffen mit den anderen lokalen Selbstvertretungsgruppen habe ihn gestärkt: „Das hat mir Selbstvertrauen gegeben.“

Leona beschreibt die Gruppentreffen als Raum für gegenseitige Hilfe, Wissensaustausch und Sichtbarkeit: „Ich liebe Gruppentreffen.“ Besonders wichtig sei für sie, dort mehr über Rechte und Teilhabe zu lernen und offen die eigene Meinung äußern zu können. Durch die Gruppe habe sie außerdem an Veranstaltungen teilnehmen und öffentlich über die Situation geflüchteter und migrierter Menschen mit Behinderungen sprechen können.

Auch Yasir betont die Bedeutung des Miteinanders und des gemeinsamen Lernens: „Durch die Gruppentreffen sind wir nicht allein.“ Für ihn sei es besonders wichtig, Wissen weiterzugeben, um anderen Familien den Einstieg und die Orientierung in Deutschland zu erleichtern.



Was Fachkräfte über uns wissen sollten

Unsere Erkenntnisse und Empfehlungen für eine gute Zusammenarbeit:

Informationen zugänglich machen

Viele von uns erhalten wichtige Informationen erst zufällig oder durch andere Betroffene. Verständliche, barrierefreie und frühzeitige Informationen sind deshalb besonders wichtig.

Steve

„Als ich in Deutschland ankam, hatte ich keinerlei Informationen.“

Peer-to-Peer-Unterstützung stärken

Der Austausch mit Menschen mit ähnlichen Erfahrungen gibt uns Orientierung, Vertrauen und neue Handlungsmöglichkeiten.

Steve

„Jetzt habe ich Informationen, die ich an andere weitergeben kann.“

Zeit und Kontinuität ermöglichen

Empowerment braucht Zeit. Vertrauen, Beziehungsarbeit und regelmäßige Angebote sind für uns wichtige Voraussetzungen für Teilhabe.

Menschen direkt einbeziehen

Vermeidet Vorannahmen über unsere Bedürfnisse. Wichtig ist, uns direkt zu fragen und Entscheidungen gemeinsam mit uns zu treffen.

Leona

„Trefft keine Entscheidungen über Menschen mit Behinderungen, ohne sie selbst einzubeziehen.“

Flexible und individuelle Lösungen schaffen

Unsere Lebensrealitäten sind sehr unterschiedlich. Deshalb reichen Standardlösungen oft nicht aus.

Leona

„Jede Lebenssituation ist unterschiedlich.“

Praxisbericht aus der Perspektive der beteiligten Fachkräfte

Erwartungen und Motivation

Die Gründe für eine Teilnahme an dem Projekt waren vielfältig. Im Mittelpunkt stand der Wunsch nach sozialen Kontakten und Zugehörigkeit, nach gemeinsamen Aktivitäten und dem Austausch von Erfahrungen, beispielsweise über Diskriminierungen. Daneben spielten auch das Üben der deutschen Sprache und die Suche nach Antworten auf Fragen, beispielsweise zum deutschen Gesundheitssystem oder zur Integration in den Arbeitsmarkt, eine Rolle. Soziales oder politisches Engagement waren also nicht die primären Gründe für die Teilnahme, sondern kamen erst später ins Spiel.

An das Team richteten sich vor allem Erwartungen von Kontinuität, klaren Strukturen und Unterstützung bei der Organisation von Aktivitäten. Wichtig war zudem eine möglichst niedrigschwellige Gestaltung, etwa durch vertraute und für mobilitätseingeschränkte Personen gut erreichbare Orte.

Gleichzeitig erschwerten verschiedene Faktoren eine regelmäßige Teilnahme der Gruppenmitglieder. Dazu zählten Unsicherheiten hinsichtlich des Aufenthaltsstatus, gesundheitliche Probleme, Sprachkurse und andere persönliche Verpflichtungen. Eine geringe Teilnahme an den Gruppentreffen konnte zu einer unzureichenden Gruppendynamik führen, was sich ebenfalls negativ auf die Motivation auswirkte.

Diesen Faktoren konnte bis zu einem gewissen Grad durch die Verbindung des Projekts mit der Beratungsstelle von AbilityAid entgegengewirkt werden, die eine individuelle Begleitung zu Themen im Zusammenhang mit Behinderung sowie Sprachkurse anbietet. Ohne diese persönliche Begleitung wäre es für manche Personen nicht möglich gewesen, regelmäßig an den Gruppentreffen teilzunehmen.



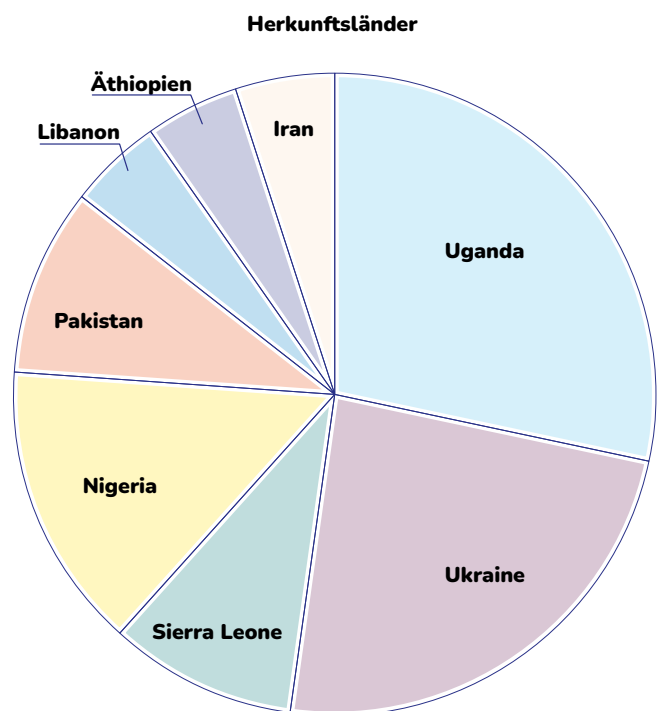
Selbstvertretungsarbeit

In München wurden zwei Selbstvertretungsgruppen mit jeweils 7 bis 10 Mitgliedern gegründet. In den Gruppen engagierten sich Menschen aus verschiedenen Herkunftsländern sowie mit unterschiedlichen Behinderungsformen und Lebensrealitäten. Für die Zusammenarbeit erwies sich eine gemeinsame Sprache (Deutsch oder Englisch) innerhalb der Gruppe als wichtige Voraussetzung.

Die monatlichen Treffen dienten einerseits dem offenen Austausch über persönliche Erfahrungen und aktuelle Anliegen, wie Fragen rund um Aufenthalt oder Gesundheit, sowie allgemein das Thema der gesellschaftlichen Teilhabe und Sichtbarkeit. Andererseits wurden gemeinsame Aktionen vorbereitet und umgesetzt. Dazu gehörten Gespräche mit Akteur*innen aus Politik (z. B. Daniela Maier, die ehrenamtliche Behindertenbeauftragte der Stadt München) und Zivilgesellschaft (z. B. Samuel Flach von GemeinWohlWohnen e.V. aus dem Bereich Inklusives Wohnen), sowie Beiträge für öffentliche Veranstaltungen (z. B. der europäische Protesttag für die Rechte von Menschen mit Behinderung am 5. Mai).

Ergänzend fanden gemeinsame Freizeitaktivitäten statt, etwa Kinobesuche, Feste und Veranstaltungen z. B. für den Weltflüchtlings-tag. Diese Aktivitäten waren bewusst als Ausgleich zum inhaltlichen Arbeiten gedacht und stärkten Vertrauen, Gemeinschaft und ein Gefühl von Sicherheit.

Insgesamt ergänzten sich die inhaltliche Arbeit und die gemeinsamen Freizeitaktivitäten gut: Während die inhaltlichen Treffen Teilhabe und Empowerment förderten, stärkten informelle Treffen den Zusammenhalt.



Psychosoziale Gruppenangebote

Im Rahmen des Projekts wurden gemeinschaftliche Freizeitaktivitäten sowie gezielte psychosoziale Gruppenangebote durchgeführt. Beide Formate dienten dazu, das Wohlbefinden zu stärken, soziale Kontakte zu fördern und Entlastung im Alltag zu schaffen.

Zu den regelmäßigen Angeboten gehörten das Anti-Stress-Training, ein Knetworkshop für Kinder sowie ein Duftworkshop. Die Referent*innen berichteten im Rahmen von Feedbackgesprächen insgesamt von sehr positiven Rückmeldungen. Besonders hervorzuheben sei das entstehende Gemeinschaftsgefühl sowie der Austausch innerhalb der Gruppe gewesen: „Die Teilnehmenden fühlten sich gesehen und gehört.“ Im Anti-Stress-Training war ein zentraler Effekt die Erfahrung „Du bist nicht allein.“ Durch niedrigschwellige und kreative Methoden konnten die Teilnehmenden schnell ins gemeinsame Handeln kommen. Dies führte zu einer entspannten und wertfreien Atmosphäre, die als entlastend erlebt wurde: „Es gibt kein Richtig oder Falsch – dadurch fühlen sich

viele sicher.“ Die Angebote stärkten zudem die Selbstwahrnehmung und Selbstwirksamkeit der Teilnehmenden. Im Anti-Stress-Training lernten sie, „durch einfache Übungen Stress selbstständig zu regulieren.“ Im Knetworkshop erlebten die Kinder, „dass sie etwas erschaffen und gestalten können.“

Auch die Referent*innen betonten die Bedeutung niedrigschwelliger und flexibler Angebote, die Teilhabe ermöglichen und unterschiedliche Bedürfnisse berücksichtigen. Sie hoben hervor, dass solche inklusiv gestalteten Angebote allen Menschen zugutekommen können. Zudem wiesen sie darauf hin, dass nonverbale und sinnliche Ausdrucksformen einen wichtigen Zugang für Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen bieten. Ebenso wurde ein sensibler und flexibler Umgang mit individuellen Bedürfnissen als wesentliche Voraussetzung für gelingende Teilhabe genannt.



Selbstvertretung und psychosoziale Unterstützung im Zusammenspiel

Ausgangspunkt: Ankommen, Orientierung und Austausch

Viele Teilnehmende kommen zunächst mit dem Wunsch nach Orientierung, Informationen und sozialen Kontakten in die Gruppen. Neben Fragen zu Gesundheit, Bildung oder Arbeit steht vor allem der Austausch mit Menschen im Vordergrund, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Die Gruppen bieten einen verlässlichen Rahmen, um anzukommen, Erfahrungen zu teilen und sich in Richtung gesellschaftlicher Teilhabe zu bewegen.

Was die Gruppen ausmacht

Die Treffen verbinden Austausch, gemeinsame Aktivitäten und thematische Impulse. Informelle Begegnungen stärken Vertrauen und schaffen ein Gefühl von Zugehörigkeit. Wissen und Erfahrungen werden innerhalb der Gruppen weitergegeben. Teilnehmende bringen zunehmend eigene Ideen ein, gestalten Aktivitäten mit und übernehmen Verantwortung füreinander.

Was die Gruppen ermöglichen

Empowerment entwickelt sich schrittweise durch Vertrauen, Gemeinschaft und kontinuierliche Begleitung. Viele Teilnehmende gewinnen mehr Orientierung im Alltag, mehr Sicherheit im Umgang mit Informationen und mehr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Individuelle Beratung und Gruppenarbeit ergänzen sich dabei und ermöglichen es, persönliche Anliegen ebenso aufzugreifen wie gemeinsame Themen.

Herausforderungen

Gleichzeitig bleibt die Teilnahme für viele herausfordernd. Unsichere Lebenslagen, gesundheitliche Belastungen und die Teilnahme an Sprachkursen beeinflussen die regelmäßige Teilnahme an Treffen. Zudem erfordern unterschiedliche Bedürfnisse innerhalb der Gruppen sowie die Balance zwischen Unterstützung und Eigenverantwortung ein hohes Maß an Flexibilität.

Rolle der Fachkräfte

Fachkräfte schaffen den organisatorischen und inhaltlichen Rahmen, vermitteln Kontakte und begleiten Gruppenprozesse. Entscheidend ist eine Haltung, die Beteiligung ermöglicht, ohne Prozesse vorzugeben. Empowerment entsteht dort, wo Fachkräfte Verantwortung schrittweise abgeben und Selbstorganisation wachsen lassen.



Diakonisches Werk Freiburg – Praxisberichte

ABC Freiburg

In Freiburg wurde das Kooperationsprojekt durch den ABC Freiburg (Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche) umgesetzt. Der ABC ist eine Freizeit- und Bildungseinrichtung der Offenen Behindertenhilfe in Trägerschaft des Diakonischen Werks Freiburg. Er bietet Menschen mit Behinderungen Unterstützung, um ein möglichst selbstbestimmtes und aktives Leben in der Gesellschaft zu führen. Auch mehrsprachige Beratungs- und Gruppenangebote an der Schnittstelle von Flucht, Migration und Behinderung gehören dazu.

Mehr über den ABC Freiburg auf:

 www.abcfreiburg.de



Selbstvertretungsgruppe Freiburg

In Freiburg engagierten sich rund 30 Personen regelmäßig in der Selbstvertretungsgruppe. Die Gruppe traf sich monatlich. Zudem fanden monatliche Treffen einer Elterngruppe sowie wöchentliche Treffen einer festen Frauengruppe und einer offenen Erwachsenengruppe statt. Der regelmäßige Kontakt und Austausch in den Begleitgruppen bildete die Basis für die Arbeit der Selbstvertretungsgruppe und ermöglichte einen niedrighschwelligen Einstieg. Die Sprache in den Gruppen war Deutsch, zum Teil gab es Sprachmittlung auf Arabisch, Kurdisch und Dari.

Gemeinsame Frühstücksrunden, Gespräche, Informationsveranstaltungen und kreative Angebote prägten den Gruppenalltag. Viele Teilnehmende beschrieben die Gruppen als Orte der Zugehörigkeit, des gegenseitigen Lernens und der Solidarität. Ergänzt wurde die Selbstvertretungsarbeit durch psychosoziale Gruppenangebote. Diese zusätzlichen Zugänge ermöglichten es, auch Menschen außerhalb der festen Gruppe anzusprechen, zu begleiten und bei Interesse in die Angebote der Selbstvertretung einzubeziehen.



Stimmen der Selbstvertreter*innen

Im Folgenden kommen Selbstvertreter*innen aus der Frauengruppe (Begleitgruppe) in Freiburg zu Wort. Die Aussagen wurden für die Veröffentlichung sprachlich leicht bearbeitet und gekürzt, inhaltlich jedoch nicht verändert.

Die Gruppe macht das Leben einfacher

Aufzeichnung aus einem Gruppengespräch im Juni 2026

Was bedeutet die Montagsgruppe für euch?

- | | |
|---|---|
| T.: Wir haben viel Spaß zusammen, arbeiten in der Gruppe, feiern Feste, wir teilen Hobbys. Ich habe viele Frauen in die Gruppe mitgebracht. | Z.: Manchmal braucht jemand Unterstützung oder hat wichtige Post bekommen. Daher ist es gut, dass wir uns jede Woche treffen. |
| S.: Montags ist unser Kaffeetreff. Wir sind meistens 10 bis 14 Frauen. Ich sage Bescheid und erinnere: Sagt, wenn ihr kommt. Wer will morgen kochen? So kleine Dinge. Was schön ist: Jede bringt etwas mit und am Ende ist der Tisch voll. Ich übersetze auf Arabisch. Wir lachen zusammen. Wenn wir Probleme haben, sprechen wir darüber. | Mj.: Einige Frauen in der Gruppe können nicht arbeiten, weil sie Kinder oder Angehörige pflegen. Mir hilft der Treff auch dabei, die Sprache zu lernen. |
| L.: Wir kommen hierher und können den Alltag für eine Weile vergessen. Wir genießen die gemeinsame Zeit. Es macht vieles leichter und hilft uns, Stress abzubauen. | S.: Wir sind inzwischen eine feste Gruppe geworden. Wichtig ist, dass niemand nur einmal im halben Jahr kommt. Und wir entscheiden gemeinsam, wenn jemand Neues dazukommt. |

Was stärkt euch in der Gruppe?

H.: Wir sprechen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen und darüber, wo ich Hilfe bekommen kann. Ich komme gerne hierher.

Mj.: Ich habe ein Kind mit Behinderung. Durch die Gruppe habe ich gelernt, welche Rechte meine Tochter hat und welche Unterstützung Menschen mit Behinderungen zusteht. Ich habe Begleitung und Orientierung bekommen. Es ist gut, dass wir unterschiedliche Erfahrungen haben. Wenn jemand ein Problem hat und eine andere Person dafür schon eine Lösung gefunden hat, können wir voneinander lernen.

A.: Das Leben einfacher machen – das ist ein Ziel für uns. Wir geben weiter, was hilft, und teilen unser Wissen miteinander.

D.: Ja, jede von uns kann etwas, das andere lernen können.

Z.: Die Gruppe hat mir Mut gegeben. Ich habe gemerkt, dass ich nicht allein bin. Das gibt mir Kraft, auch mit schwierigen Situationen umzugehen.

Sh.: Positive Energie.

Was macht die Montagsgruppe für euch besonders?

S.: Wir achten aufeinander. Wenn es jemandem nicht gut geht oder jemand fehlt, rufen wir an und fragen nach. Was ich außerdem beobachte: Jede ist bei der anderen herzlich willkommen.

L.: Die Gruppe war für mich da, als meine Mutter gestorben ist. Sie kennen meine Familie, und ich kenne die Familien der anderen.

E.: A. hat mich besucht, als ich krank war, und sich um mich gekümmert. Das werde ich nie vergessen.

H.: Es fühlt sich an wie eine Familie. Und wir haben zusammen viel gute Laune.

A.: Viele von uns sind auch Freundinnen geworden und treffen sich außerhalb der Gruppe zum Kaffee.

Ge.: Wir vertrauen uns gegenseitig. Und was wir hier erzählen, bleibt in der Gruppe. Wir haben sozusagen Schweigepflicht [lacht].

Mr.: Hier werden die einzelnen Menschen und ihre Stärken gesehen. Man braucht einen Ort, an dem man wachsen kann.

D.: Viele haben über den ABC ein Ehrenamt übernommen, zum Beispiel in der Ferienbegleitung oder bei Ferienfreizeiten. G. hat eine Familie mit einem Kind mit Behinderung begleitet, A. hat als Schulbegleitung angefangen. Es war schön, etwas Geld zu verdienen und gleichzeitig gebraucht zu werden. Wir haben dabei auch viel gelernt. M. [Fachkraft] hat uns ermutigt und gesagt: Das ist gut für euch – und auch für die Menschen, denen ihr begegnet.

Was ist herausfordernd?

A.: Wir haben auch Streit und wir hatten auch unsere Konflikte. Aber wir gehen respektvoll miteinander um. Wir begegnen uns als Menschen, nicht als Religion oder Herkunft. Es gibt Themen, bei denen unterschiedliche Meinungen aufeinandertreffen. Viele Frauen haben Schlimmes erlebt. Manchmal sprechen wir darüber. Aber oft möchten wir in der Gruppe nicht über Krieg oder Politik reden. Wir wollen Kraft für die Woche sammeln.

Mr.: Einmal war ich wütend, weil fast alle dieselbe Sprache gesprochen haben. Eine Person konnte die Sprache nicht verstehen und hat kein Wort mitbekommen.

Was ist die Rolle der Begleitperson? Was möchten ihr Fachkräften sagen?

Ge.: Die Begleitperson ist sehr wichtig. Sie hat uns in guten und in schweren Zeiten unterstützt.

Mj.: Wichtig ist, dass alle Menschen in der Gruppe gesehen werden. Ohne Diskriminierung, unabhängig davon, woher jemand kommt. Und dass Konflikte oder Fehler angesprochen werden.

Z.: Sie hat meine Stimme gehört und an wichtige Personen und in die Politik weitergetragen. Das hat mir und meinen Kindern sehr geholfen.

Ma.: Vertrauen. Begegnung auf Augenhöhe. Mitgefühl.

J.: Sie gibt Vertrauen, sodass wir auch schwierige Dinge erzählen und Fragen stellen können. Ohne Vertrauen geht das nicht. Und Vertrauen kommt von Herzen.

H.: Ich hatte am Anfang große Angst, an einen neuen Ort zu kommen. Aber dann habe ich erlebt, wie ich hier behandelt wurde, und habe mich wohlgefühlt.

A.: Geduld und Toleranz sind wichtig. Und Offenheit – auch sprachlich. Wir haben einmal erzählt, dass eine Situation für uns schwierig war, weil sie Erinnerungen an Erlebtes ausgelöst hat. Wir konnten das offen ansprechen, und es wurde ernst genommen. Am Anfang waren viele vorsichtig. Vertrauen braucht Zeit.

Was wünscht ihr euch?

Mj.: Ich wünsche mir, dass Menschen mit Behinderungen aktiver Teil der Gesellschaft sein können. Dass sie Arbeit finden, die zu ihnen passt. Dass sie nicht nur zu Hause bleiben müssen, sondern sichtbar sind und teilhaben können.

Z.: Ich wünsche mir, dass die Gruppe bestehen bleibt – durch ein neues Projekt oder in einer anderen Form.

H.: Ich wünsche mir, dass die Gruppe weitergeht, dass ich in Deutschland bleiben kann und dass Frieden in Deutschland ist.

Z.: Ich möchte Präsidentin von Deutschland werden. Geht das oder geht das nicht [lacht]? Eigentlich wünsche ich mir die Einbürgerung. Ich bin seit elf Jahren hier und kümmere mich um meine Kinder. Ich pflege meinen Sohn und kann deshalb nicht arbeiten und nur eingeschränkt einen Sprachkurs besuchen. Das macht die Einbürgerung schwierig. Mein Mann ist inzwischen in Deutschland, hat aber noch keine Krankenversicherung, weil sein Asylverfahren noch läuft.

J.: Es braucht Vertretung und Repräsentation für Menschen, die von Migration und Behinderung betroffen sind. Ich fände es gut, wenn es einen festen Sitz im Migrant*innenbeirat für eine Person mit Behinderung gäbe – und einen festen Sitz im Behindertenbeirat für eine Person mit Migrationserfahrung.

Wir erinnern uns mit aller Liebe an Gilas Baki (1968–2026). Sie hat unterstützt, begleitet, inspiriert, ermutigt und uns alle mit ihrem Lachen und ihrem Gesang begeistert.

Wir
mischen uns ein.

Gilas Baki

Gruppe: Menschen mit einer chronischen Erkrankung

Darum kandidiere ich:
Zugewiesene Menschen mit einer Behinderung kennen das gute Rechtssystem in Deutschland nicht. Sie brauchen z.B. Unterstützung bei Anträgen. Auch das sind Barrieren. Seit Jahren begleite ich die unterschiedlichsten Menschen. Ich möchte mein Wissen, meine Erfahrung und meinen Mut weitergeben.

Am 30. März den Behindertenbeirat wählen.

10.00 - 17.00 Uhr | Rathaus im Stühlinger
Fehrenbachallee 121 | Freiburg

www.wirmischenunein.de

Kandidatur von Gilas für den Behindertenbeirat der Stadt Freiburg

Redebeitrag anlässlich des Internationalen Frauentags am 8. März 2025 (gekürzt und leicht bearbeitet):

Wir begrüßen euch alle zum Internationalen Frauentag.

„Meine. Deine. Unsere Stimme: für ein starkes Wir“ in Freiburg ist eine Selbstvertretungsgruppe von Geflüchteten mit Behinderungen und ihren Angehörigen. [...] Wir möchten auf die schwierige Situation von Menschen mit einer Behinderung aufmerksam machen, wir geben uns gegenseitig viel Kraft und wir setzen uns für die Rechte von allen Menschen ein. [...] Die Möglichkeiten für Menschen mit Behinderungen sind sehr begrenzt. Zum Beispiel ist es nicht einfach, eine geeignete Wohnung oder Arbeit zu finden. [...]



© Diakonisches Werk Freiburg

Wir fordern:

1. Behinderungen müssen in Erstaufnahmeeinrichtungen festgestellt werden und es muss individuelle Unterstützung geben.
2. Geflüchtete mit einer Behinderung müssen barrierefrei untergebracht werden und Gewaltschutz erfahren.
3. Pflegenden Familienangehörigen und Menschen mit einer Behinderung soll die Einbürgerung bewilligt werden, auch wenn sie ihren Unterhalt nicht selbstständig verdienen können.
4. Wir fordern gleichen Lohn für gleiche Arbeit.
5. Wir fordern Mindestlohn für Menschen, die in einer Werkstatt für Menschen mit Behinderungen arbeiten.
6. Männer sollen die Hälfte der Haushalts- und Erziehungsarbeit übernehmen.
7. Krankenkassen müssen Leistungen für Geflüchtete von Beginn an übernehmen.
8. Keine Einführung der Bezahlkarte – keine Ausgrenzung!

Ich danke euch und wir wünschen allen noch einen tollen und kraftvollen 8. März.

Frau, Leben, Freiheit (kurdisch ژین، ژیان، ئازادی Jin, Jiyân, Azadî)

Praxisbericht aus der Perspektive der beteiligten Fachkräfte

Erwartungen und Motivation

Die wichtigsten Motive für die Teilnahme an den Gruppenangeboten waren der Kontakt untereinander, Teilhabe und Mitsprache. Viele Teilnehmende suchten Gemeinschaft und das Gefühl von Zugehörigkeit. Die Frauengruppe brachte dies auf den Punkt: „Wir sind eine Familie.“

Eine zentrale Rolle spielte der Austausch mit Menschen, die sich in ähnlichen Lebenssituationen befinden. Dabei ging es um das Ankommen in Deutschland, den Umgang mit Behörden und die Suche nach Unterstützung im Alltag. Die Teilnehmenden erhielten für sie relevante Informationen in zugänglicher Form, etwa durch Gruppenangebote, Informationsveranstaltungen zu bestimmten Themen und psychosoziale Unterstützung.

Besonders beliebt waren gemeinsame Feste und Begegnungen. Die regelmäßigen Treffen gaben Struktur und schufen neue soziale Räume außerhalb der häuslichen Umgebung. Um die Teilnahme möglichst niedrigschwellig zu gestalten, wurde bei Gruppentreffen eine Kinderbetreuung angeboten.

In den Gruppen wurde möglich, eine je nach Kapazität gut zu bewältigende Aufgabe zu übernehmen, die eigenen Stärken neu zu ent-

decken und für einige über diesen Schritt eine berufliche Perspektive zu entwickeln.

Gleichzeitig war der Bedarf an Beratung und individueller Begleitung sehr hoch. Die bestehenden Regelangebote können die komplexen Bedarfe von geflüchteten und migrierten Menschen mit Behinderungen häufig nicht ausreichend abdecken. Daraus entsteht jedoch ein Spannungsfeld: Beratung war ein wichtiges Anliegen der Teilnehmenden, personell aber nicht Bestandteil des Projekts. Entsprechend wurde der hohe Beratungsbedarf immer wieder in die Gruppensettings getragen.

Selbstvertretungsarbeit

Gruppentreffen: Mix aus Leichtigkeit, Inhalt, Austausch und Aktion

Die Treffen begannen mit einem gemeinsamen Frühstück, zu dem alle etwas beitrugen. Pausen, Spiele und informelle Gespräche schufen eine entspannte Atmosphäre. Regelmäßig wurden Gäste eingeladen, beispielsweise die Freiburger Behindertenbeauftragte oder eine Person von „Bezahlkarte Stoppen! Freiburg“. Daneben gab es inhaltliche Inputs zu Themen wie Schulbegleitung, Einbürgerung oder sozialrechtlichen Fragen.

Besonders wichtig war der Raum für Austausch. Im ersten Projektjahr beschäftigten sich die Gruppen mit dem Begriff „Behinderung“ und den Barrieren des Alltags. Die Themen entwickelten sich dabei stets aus den Erfahrungen und Anliegen der Teilnehmenden.

Einander wahrnehmen. Wahrgenommen werden. Zugehörigkeit.

Fehlende Sprachkurse für langsamer Lernende, Unterkünfte voller Barrieren, Kinder, die wegen erkrankter Schulbegleitungen wochenlang nicht zur Schule gehen können, Antragsdschungel, fehlender Zugang zu Dolmetscher*innen für wichtige Termine oder zu einer eigenen Krankenversicherung (z. B.



im Asylverfahren) zeigen, dass geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen häufig nicht mitgedacht werden. Viele Teilnehmende sind es gewohnt, kontinuierlich für ihre Rechte und die ihrer Angehörigen kämpfen zu müssen.

Die Möglichkeit, diese Erfahrungen in der Gruppe zu teilen und nach außen aufzuzeigen, war daher von großer Bedeutung. Der Zusammenhalt wurde in vielen Situationen spürbar: beim Stolz auf die Rede eines Gruppenmitglieds anlässlich des Internationalen Frauentags; bei der Empörung, als eine Person aus der Gruppe von ihren Einschränkungen durch die Bezahlkarte berichtete; und auch bei Solidaritätsbekundungen nach Diskriminierungserfahrungen eines Gruppenmitglieds.

Konflikte, Herausforderungen und Gefühle

Die Gruppe vereinte Menschen mit unterschiedlichen Bedarfen, Ressourcen und Lebenssituationen. Während manche sich mehr Tempo wünschten, benötigten andere Wiederholungen oder zusätzliche Sprachmittlung. Hinzu kamen unterschiedliche zeitliche Möglichkeiten aufgrund von Kinderbetreuung, Arbeit oder gesundheitlichen Einschränkungen.

Viele Teilnehmende brachten belastende Erfahrungen mit, darunter Krieg, Verfolgung, Flucht, Rassismus, Heimatlosigkeit, Einsamkeit und Zukunftsängste. Auch politische Entwicklungen, etwa Abschiebungen (z. B. nach Afghanistan oder von Êzîd*innen in den Irak), die Wahlerfolge der AfD oder die Äußerungen von Bundeskanzler Merz („Syrier sollen zurückkehren“) lösten Verunsicherung aus. Konflikte und Vorurteile aus den Herkunftskontexten wurden teilweise ebenfalls in die Gruppen hineingetragen.

Besonders prägend war der Tod eines engagierten Gruppenmitglieds, das vielen anderen Halt gegeben hat. Der ABC wurde für viele in der Folge zu einem Ort gemeinsamer Trauer. Dabei zeigte sich, wie unterschiedlich Men-



schen mit Verlust umgehen und wie wichtig es für uns als Fachkräfte ist, traumasensibel mit Erfahrungen und Gefühlen umzugehen und für die Teilnehmenden da zu sein.

Aktiv werden und Selbstwirksamkeit erfahren

Das Projekt bot vielfältige Möglichkeiten, sich einzubringen und neue Erfahrungen zu sammeln. Teilnehmende hielten erstmals Reden, nahmen an Podiumsdiskussionen teil, gaben Interviews oder stellten Fragen bei öffentlichen Veranstaltungen. Andere übernahmen Aufgaben innerhalb der Gruppen oder unterstützten Veranstaltungen im ABC. Die gemeinsame Vorbereitung, die Unterstützung der Gruppe und die Ermutigung durch Fachkräfte waren wichtig und die positiven Rückmeldungen eine wertvolle Erfahrung.

Bei all dem wurden die Teilnehmenden durch die jeweilige Gruppe und die Fachkräfte begleitet. Dies ermöglichte wichtige Erfahrungen von Selbstwirksamkeit. Gleichzeitig blieb die organisatorische Vorbereitung der Treffen weitgehend Aufgabe der Fachkräfte. Aufgrund knapper zeitlicher und finanzieller Ressourcen war eine eigenständige Organisation durch die Gruppen nur eingeschränkt möglich. Langfristig wären deshalb finanzielle Mittel oder bezahlte Stellen für Selbstvertreter*innen notwendig, um die Koordination und Organisation schrittweise selbst übernehmen zu können.

Psychosoziale Gruppenangebote

Die psychosozialen Gruppenangebote bildeten eine wichtige Grundlage für Empowerment und Selbstvertretung. Der Alltag von Menschen mit Behinderungen und ihren Angehörigen ist häufig von hohen Belastungen geprägt. Umso wichtiger waren Angebote, die psychisch entlasten und die Kreativität, Begegnung und kulturelle Teilhabe ermöglichen. Besonders erfolgreich waren Formate, die sich eng an den Lebensrealitäten der Teilnehmenden orientieren.

Diskriminierung wurde von vielen Teilnehmenden als erhebliche Belastung erlebt. Entlastung entstand durch die Möglichkeit, darüber zu sprechen und gemeinsam Strategien zu entwickeln. Theaterpädagogische Workshops – angeleitet von Vertreter*innen der inklusiven Theatergruppe Schattenspringer – und kreative Angebote unterstützten diesen Prozess und stärkten die Teilnehmenden.



Gemeinschaft, Erholung und Selbstvertretung

Ausgangspunkt: Gemeinschaft erleben und Ressourcen stärken

Viele Teilnehmende suchen einen Ort der Begegnung, des Austauschs und der gegenseitigen Unterstützung. Die Verbindung von Gruppenangeboten, Beratung und Selbstvertretung erleichtert den Zugang zu Informationen und entlastet im Alltag. Gleichzeitig entsteht ein Raum, in dem Menschen mit unterschiedlichen Erfahrungen Gemeinschaft erleben können.

Was die Gruppen ausmacht

Erholsame wiederkehrende Rituale wie gemeinsame Frühstücke sowie Ausflüge, Feste und andere Freizeitaktivitäten schaffen Vertrautheit und stärken Beziehungen. Diese gemeinsamen Zeiten sind mehr als ergänzende Angebote: Sie schaffen die Grundlage für gesellschaftliches und politisches Engagement. Politisches Engagement braucht Erholungsräume.

Die Gruppen sind Räume der Solidarität, aber auch Räume, in denen belastende Erfahrungen geteilt werden. Viele Teilnehmende erleben Diskriminierung, Unsicherheit und strukturelle Barrieren im Alltag. Gerade deshalb ist der Austausch in der Gruppe wichtig: Erfahrungen werden geteilt, gegenseitige Unterstützung entsteht und schwierige Situationen werden gemeinsam getragen.

Was die Gruppen ermöglichen

Die Gruppen stärken das Gefühl, mit den eigenen Erfahrungen nicht allein zu sein. Wissen wird geteilt, gegenseitige Unterstützung wächst und erste Formen von Selbstvertretung entstehen. Teilnehmende bringen ihre Erfahrungen und Kompetenzen ein und entwickeln neue Möglichkeiten gesellschaftlicher Mitwirkung. Selbstvertretung wird dabei als vielfältiger Prozess verstanden und nicht mit vollständiger Selbstorganisation gleichgesetzt.

Herausforderungen

Die Vielfalt der Lebensrealitäten bereichert die Gruppe, bringt aber auch unterschiedliche Erwartungen, Bedarfe und Konflikte mit sich. Die Gruppen verstehen sich deshalb weniger als konfliktfreie Safe Spaces, sondern als Brave Spaces (mutige Räume), in denen Konflikte und unterschiedliche Perspektiven offen und respektvoll bearbeitet werden. Zudem erfordert die Verständigung mit unterschiedlichen Sprachen und Erfahrungen eine bewusste Gestaltung von Kommunikation und den Einsatz möglichst verständlicher und einfacher Sprache. Auch die gemeinsame Arbeit an strukturellen Veränderungen kann herausfordernd sein: Das Wissen um bestehende Barrieren und Diskriminierung kann Menschen stärken und zu gesellschaftlichem Engagement motivieren, doch führen zu langsame politische Veränderungen und ausbleibende strukturelle Verbesserungen häufig zu Frustration. Besonders engagierte Schlüsselpersonen benötigen zudem Möglichkeiten zur Selbstfürsorge, um langfristig aktiv bleiben zu können. Eine weitere Herausforderung besteht darin, Selbstvertretung langfristig zu sichern. Dafür braucht es verlässliche personelle und finanzielle Ressourcen, damit Selbstvertreter*innen Koordinations- und Organisationsaufgaben übernehmen und ihre Arbeit nachhaltig fortführen können.

Rolle der Fachkräfte

Fachkräfte begleiten Gruppenprozesse und nutzen ihre Handlungsspielräume, um Barrieren abzubauen und die Anliegen der Gruppe zu unterstützen. Dabei behalten sie die Gruppendynamik im Blick, schaffen Bedingungen, die Teilhabe für alle ermöglichen, und greifen ein, wenn einzelne Personen ausgeschlossen werden. Sie beziehen klar Stellung gegen Diskriminierung und wirken paternalistischen Perspektiven entgegen. Wenn es von der Gruppe gewünscht ist, entlasten sie organisatorisch, vermitteln Kontakte, beraten und unterstützen bei der Gestaltung von inklusiven Rahmenbedingungen, sodass mehr Raum für Begegnung, Austausch und Selbstvertretung entsteht. Gleichzeitig zeigen sie die Ressourcen und Kompetenzen der Teilnehmenden auf und fördern Eigeninitiative. Offenheit für gemeinsames Lernen und die Bereitschaft, das eigene Handeln, die eigene Rolle und bestehende Privilegien kontinuierlich zu reflektieren, sind dabei zentrale Voraussetzungen für eine vertrauensvolle Zusammenarbeit.



Johannesstift Diakonie Proclusio aus Berlin – Praxisberichte

DiaLOG-IN

In Berlin wurde das Kooperationsprojekt durch DiaLOG-IN umgesetzt. Unter der Leitung der Johannesstift Diakonie Proclusio gGmbH unterstützt DiaLOG-IN geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen bei der Integration in die deutsche Gesellschaft und den Arbeitsmarkt. Durch individuelle Begleitung und Zugang zu professionellen Netzwerken werden Sprachkurse, Beratung sowie Integrations- und Jobcoaching miteinander verbunden, um Barrieren abzubauen und die Inklusion zu fördern.

Mehr über DiaLOG-IN auf:

🔗 www.johannesstift-diakonie.de/teilhabe-paedagogik/johannesstift-diakonie-proclusio/dialog-in



Selbstvertretungsgruppe Berlin

In Berlin engagierten sich rund 15 Personen in einer monatlich stattfindenden Selbstvertretungsgruppe. Viele Teilnehmende lebten mit komplexen Belastungen durch Flucht, Behinderung und familiäre Verantwortung. Entsprechend standen zunächst Orientierung und der Zugang zu Informationen im Mittelpunkt.

Mit wachsendem Vertrauen entwickelten sich daraus gemeinsame Aktivitäten, Beteiligung an politischen Prozessen sowie eine zunehmende gegenseitige Unterstützung innerhalb der Gruppe. Zu den engagiertesten Mitgliedern gehörten Mütter von Kindern mit Behinderungen. Die Gruppe sprach überwiegend Russisch und Farsi. Ergänzt wurde die Selbstvertretungsarbeit durch psychosoziale Gruppenangebote. Auch Menschen außerhalb der festen Selbstvertretungsgruppe fanden über diese ergänzenden Angebote Zugang zu Unterstützung, Begegnung und Austausch.

Stimmen der Selbstvertreter*innen

Warum bin ich zu der Gruppe gekommen? Was hat mich gestärkt?

„Ich bin in die Selbstvertretungsgruppe gekommen, weil mir der Austausch mit anderen Menschen wichtig war, die ähnliche Erfahrungen machen. Ich wollte besser verstehen, wie ich meine Stimme einbringen kann und wie wir gemeinsam Veränderungen anstoßen können. Außerdem war es für mich wichtig, einen Ort zu haben, an dem man offen sprechen kann und ernst genommen wird. Der respektvolle Austausch, das gegenseitige Verständnis und die Möglichkeit, aktiv mitzugestalten, haben mir Kraft gegeben. Ich habe mehr Selbstvertrauen gewonnen, meine Perspektive offen zu vertreten.“

„Meine Entscheidung, in die Gruppe zu kommen, wurde von dem Wunsch beeinflusst, Kontakte

zu knüpfen, Unterstützung zu erhalten und selbst Unterstützung geben zu können. Nach meinem ersten Besuch habe ich mich entschieden, zu bleiben, weil ich gesehen habe, dass die Gruppe ein funktionierendes soziales Netzwerk ist. Sie hilft Menschen mit Schwierigkeiten dabei, nicht allein zu sein und verstanden zu werden. Das ist für mich das Wichtigste.“

„Ich wollte einfach neue Erfahrungen sammeln und neue Menschen kennenlernen. Mir war es wichtig, aktiv mitzumachen und meine eigenen Erfahrungen mit der Gruppe zu teilen. Das hat super geklappt: Ich habe viel von den anderen Teilnehmenden und Fachkräften gelernt. Außerdem habe ich viele nützliche Infos für meine eigene Arbeit und Beschäftigung bekommen. Das alles hat mich sehr gestärkt.“

© Johannesstift Diakonie Proclusio





Was möchte ich den Fachkräften mitteilen?

„Ich wünsche mir, dass Fachkräfte Menschen noch stärker als Expert*innen ihres eigenen Lebens sehen. Zuhören, Geduld und echte Zusammenarbeit bedeuten sehr viel. Oft sind kleine Gesten von Respekt und Verständnis genauso wichtig wie fachliche Unterstützung.“

„Zunächst möchte ich den Fachkräften für ihre Arbeit und ihre Geduld danken. Gleichzeitig wünsche ich mir, dass die Angebote weiterentwickelt werden. Besonders wichtig sind gute Kommunikation und die Vernetzung zwischen verschiedenen Gruppen und Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen. Viele Menschen können aufgrund von Arbeit, langen Anfahrtswegen oder anderen Herausforderungen nicht an Treffen vor Ort teilnehmen. Deshalb wünsche ich mir zusätzliche Möglichkeiten für digitale Kommunikation und Unterstützung.“

„Ich weiß, dass es nicht leicht ist, eine Gruppe mit so vielen unterschiedlichen Wünschen und Bedürfnissen zu leiten. Deshalb wünsche ich mir von den Fachkräften viel Feingefühl, Geduld und das passende Können. Es ist wichtig, dass die Fachkräfte uns die Themen der Selbstvertretung gut und verständlich erklären. Sie sollten noch enger mit uns zusammenarbeiten. Nur so können wir Teilnehmende das Gefühl bekommen: Das ist unsere Gruppe, wir entscheiden hier mit und gehören voll dazu.“

Wovon hätte ich mir mehr oder weniger gewünscht als Mitglied in der Selbstvertretungsgruppe?

„Ich hätte mir manchmal etwas mehr Zeit für persönlichen Austausch und für konkrete praktische Themen gewünscht. Gleichzeitig fand ich die offene und wertschätzende Atmosphäre sehr angenehm und wichtig.“

Selbstvertreter*innen wünschen sich mehr ...

- Zeit für persönlichen Austausch
- praktische und alltagsnahe Themen
- Treffen und mehr Struktur
- Interaktion zwischen den Teilnehmenden
- Bekanntheit der Selbstvertretungsgruppe
- Aufmerksamkeit für jede einzelne Person

Und weniger ...

- häufig wechselnde Treffpunkte
- lange Anfahrtswege innerhalb Berlins
- Unsicherheit über Termine und Orte



Was ist wichtig für gute Zusammenarbeit?

Das sagen die Selbstvertreter*innen:

- ✓ Verständnis zwischen Teilnehmenden und Organisator*innen
- ✓ Regelmäßige Treffen
- ✓ Aufmerksamkeit für die Anliegen jeder einzelnen Person
- ✓ Klare Absprachen und Dokumentation von Ergebnissen
- ✓ Gemeinsame Mitarbeit und Beteiligung nach den eigenen Möglichkeiten
- ✓ Respekt und Offenheit
- ✓ Verlässlichkeit und ehrliche Kommunikation
- ✓ Raum für unterschiedliche Perspektiven
- ✓ Gemeinsame Lösungen



„Ich bin Mutter von zwei Kindern, eines davon ist autistisch. Seit 2022 lebe ich in Berlin und habe in dieser Zeit viele Herausforderungen erlebt – die Suche nach passenden Therapien und Ärzt*innen sowie den stressigen Alltag. Diese Erfahrungen haben mir gezeigt, wie wichtig es ist, nicht allein zu sein. Deshalb weiß ich, wie wertvoll es ist, wenn sich Selbstvertreter*innen und Eltern gegenseitig unterstützen: sich austauschen, voneinander lernen und gemeinsam stärker werden.“

„Selbstvertretung bedeutet für mich, dass Menschen ihre Erfahrungen teilen, sich gegenseitig stärken und gemeinsam etwas verändern können.“

„Für eine gute Zusammenarbeit sind für mich Respekt, Offenheit, Verlässlichkeit und ehrliche Kommunikation besonders wichtig. Ich finde es wichtig, dass unterschiedliche Perspektiven ernst genommen werden und dass man gemeinsam nach Lösungen sucht.“

Praxisbericht aus der Perspektive der beteiligten Fachkräfte

Erwartungen und Motivation

Menschen suchten unsere Angebote primär auf, um Unterstützung und Austausch zu finden. Sie befanden sich häufig in multiplen Problemlagen und erhofften sich konkrete Lösungen, verlässliche Informationen sowie soziale Entlastung. Eine zentrale Rolle spielte dabei der Austausch mit Menschen in ähnlichen Lebenssituationen. Dieser schaffte Vertrauen und nahm das Gefühl der Isolation.

Wünsche an das Projektteam

- **Praktische Hilfe und Orientierung:** Fundierte Informationen zum komplexen deutschen Hilfesystem und Verweise auf weiterführende Fachberatungsstellen
- **Thematische Relevanz:** Angebote, die direkt an der Lebensrealität der Teilnehmenden ansetzen
- **Entlastung:** Ein sicherer Raum für soziale und psychische Stabilisierung



Die Brücke zur Projektpraxis: Von der Entlastung zur Selbstvertretung

Das Ziel dieses Projektes war die Befähigung zur Selbstvertretung (Empowerment). In der Praxis zeigte sich jedoch häufig ein Problem: Für eine aktive Selbstvertretung fehlte zu Beginn oft die Basis. Wer durch existenzielle Sorgen blockiert ist, hat keine Ressourcen für politisches oder soziales Engagement. Erst wenn grundlegende Bedarfe gedeckt sind, Informationen vermittelt wurden und psychische Entlastung spürbar ist, wird der Weg frei für eine nachhaltige und selbstbestimmte Selbstvertretung. Diese Lücke schloss sich durch das Projektangebot.

1. **Wissensvermittlung als Fundament:** Infoveranstaltungen vermittelten das nötige grundlegende Wissen über Rechte und Zugang zum Hilfesystem.
2. **Entlastung durch Verweisberatung:** Durch eine gezielte Weiterleitung an Fachdienste wurden akute, multiple Problemlagen gelöst.
3. **Psychosoziale Stabilisierung:** Niedrigschwellige Angebote wie Musikworkshops oder gemeinsames Kochen waren essenziell, um die hohe psychische Belastung zu senken, Gemeinschaft zu stiften und Kraft für den Alltag zu tanken.

Selbstvertretungsarbeit

Wer engagierte sich in der Gruppe?

Die Gruppe setzte sich aus Menschen aus unterschiedlichen Herkunftsländern sowie mit verschiedenen Sprachen und kulturellen Hintergründen zusammen. Die meisten Teilnehmenden hatten bisher kaum Berührungspunkte mit dem Konzept der Selbstvertretung. Der Zugang erfolgte insbesondere über Sprachkurse, Selbstvertretungsaktionen und Organisationen in unserem Netzwerk. Mütter von Kindern mit Behinderungen, die aufgrund ihrer Lebenssituation eine hohe Eigenmotivation mitbringen, waren besonders aktiv.

Anliegen im Maßnahmenkatalog zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention in Berlin berücksichtigt. Diese Beteiligungserfahrungen stärkten das Empowerment der Teilnehmenden und motivierten weitere Menschen, mitzuwirken.

Herausfordernd waren die hohen Belastungen vieler Familien, lange Anfahrtswege innerhalb Berlins sowie zahlreiche Termine bei Behörden und anderen Stellen. Selbstvertretung stand daher häufig nicht an erster Stelle. Zudem war die Fluktuation in der Gruppe hoch. Die Erfahrungen zeigen, dass nachhaltige Selbstvertretungsarbeit Zeit, Vertrauen, individuelle Unterstützung und stabile Beteiligungsstrukturen erfordert.

Wie wurde zusammengearbeitet?

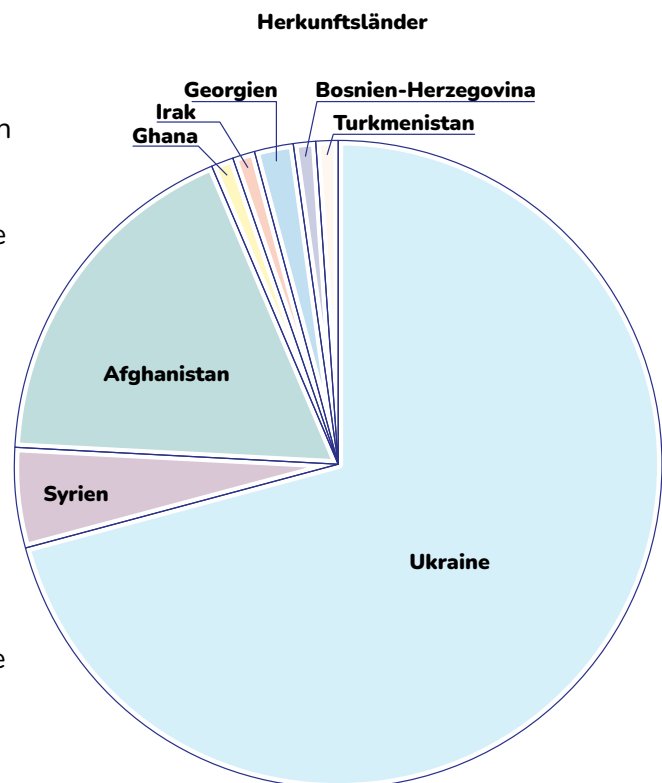
Regelmäßige Treffen, transparente Strukturen und feste, verlässliche Ansprechpersonen waren essenziell für die Stärkung der Gruppenprozesse. Zusätzlich fanden kontinuierliche Netzwerkarbeit sowie fundierte fachliche Beratung und Aktivitäten statt.

Themen und Aktivitäten

Die Themen wurden gemeinsam mit den Gruppenmitgliedern entsprechend ihrer Interessen und Bedarfe ausgewählt. Ein zentrales Ziel war die Stärkung von Wissen über Rechte und Teilhabemöglichkeiten. Schwerpunkte waren bspw. die Kita- und Schulzüge von Kindern mit Behinderungen sowie berufliche Perspektiven.

Erfolge und Herausforderungen

Ein wichtiger Erfolg war die Beteiligung von Gruppenmitgliedern am Familienforum des Berliner Familienbeirats. Dadurch konnten die Perspektiven von Familien mit Flucht- oder Migrationserfahrung und Behinderungen erstmals in den Berliner Familienbericht eingebracht werden. Zudem wurden ihre



www.familienbeirat-berlin.de

Psychosoziale Gruppenangebote

Was belastete die Teilnehmenden und was stärkte sie?

Die Teilnehmenden waren von multidimensionalen und sich gegenseitig verstärkenden Belastungen betroffen. Neben Traumatisierungen, physischer und psychischer Erschöpfung sowie Isolation prägten Sorgen um Angehörige im Herkunftsland und die anhaltende Belastung durch Kriegs- und Krisengeschehen den Alltag. Strukturelle Hürden wie Unsicherheiten im Ankommensprozess, fehlende Bildungs-, Arbeits- und Betreuungsplätze, intransparente Behördenstrukturen und Sprachbarrieren verschärften die Situation.

Die psychosozialen Gruppenangebote boten den Teilnehmenden wichtige Räume für Entlastung, Orientierung und soziale Teilhabe. Niedrigschwellige Formate – wie Yoga- und Entspannungsangebote, Beauty-Workshops, Musikworkshops, Theater- und Bewegungsangebote sowie das gemeinschaftliche Kochen – stießen auf hohe Akzeptanz. Diese Formate ermöglichten es, kulturelle Ressourcen einzubringen, positive Erfahrungen zu teilen und Identität positiv zu erleben.

Was haben die Angebote bei den Teilnehmenden ausgelöst?

Durch die Angebote konnte Gemeinschaft, Sicherheit und gegenseitige Wertschätzung erlebt werden. Die Angebote förderten den sozialen Austausch und den Beziehungsaufbau. Während Entspannungsverfahren zur Stressregulation beitrugen, stärkten kreative und bewegungsorientierte Ansätze das Selbstwertgefühl sowie die biografische Reflexion. Ausflüge und gemeinsame Aktivitäten schufen positive Alltagserfahrungen und stärkten das Zugehörigkeitsgefühl. Insgesamt trugen die Angebote dazu bei, individuelle Ressourcen zu aktivieren sowie Wohlbefinden und Selbstwirksamkeit zu steigern.

Wie konnten Teilnehmende für die Angebote erreicht werden?

Die Teilnehmenden wurden vor allen über Organisationen, mit denen wir kooperieren, Netzwerke und Selbstvertretungsinitiativen mittels Flyer, digitaler Medien und persönlicher Ansprache erreicht. Besonders erfolgreich war die direkte Vorstellung der Angebote in Sprachkursen, Wohneinrichtungen, Familienzentren und Treffpunkten für Mütter. Enge Kooperationen mit lokalen Strukturen, wie der migrantischen Selbstorganisation MINA – Leben in Vielfalt e.V. oder dem CeFi-Familienzentrum, sowie die Nutzung interner Strukturen, z. B. die Sprachkurse und Beratung von DiaLOG-IN, erleichterten den Zugang zu potenziellen Teilnehmenden. Dabei erwies sich das große Vertrauen, das viele Menschen diesen lokalen Strukturen bereits entgegenbrachten, als wichtiger Türöffner. Es erleichterte die erste Kontaktaufnahme und die Teilnahme an den Angeboten, während das Vertrauen innerhalb der Selbstvertretungsgruppen erst im gemeinsamen Prozess und über einen längeren Zeitraum aufgebaut wurde.



Orientierung, Stabilisierung und Selbstvertretung

Ausgangspunkt: Orientierung und psychosoziale Stabilisierung

Viele Menschen kommen zunächst mit dem Wunsch nach Orientierung, Unterstützung und Entlastung in die Angebote. Häufig stehen existenzielle Fragen im Vordergrund. Der Austausch mit anderen in ähnlichen Situationen schafft erste Stabilität und reduziert das Gefühl von Isolation.

Was die Gruppe ausmacht

Selbstvertretung ist keine Voraussetzung, sondern entsteht schrittweise im Prozess. Erst wenn grundlegende Informationen zugänglich sind und Belastungen reduziert werden, entstehen Räume für aktives Engagement. Die Gruppe verbindet deshalb Informationsvermittlung, individuelle Unterstützung und psychosoziale Stabilisierung. Regelmäßige Treffen, klare Strukturen und verlässliche Ansprechpersonen fördern Vertrauen und Kontinuität. Flexible Beteiligungsformate erleichtern die Teilnahme auch unter schwierigen Lebensbedingungen.

Was die Gruppe ermöglicht

Die Verbindung von Austausch, Beratung und Gruppenarbeit schafft neue Handlungsmöglichkeiten. Menschen beginnen, eigene Erfahrungen zu reflektieren, Informationen weiterzugeben und sich gegenseitig zu unterstützen. Die Vernetzung mit anderen Initiativen und Institutionen erweitert die Handlungsmöglichkeiten der Gruppe.

Herausforderungen

Viele Teilnehmende sind stark belastet durch unsichere Lebenslagen, lange Wege innerhalb Berlins und hohe Termindichte. Empowerment und Selbstvertretung entwickeln sich deshalb häufig langsam und benötigen Zeit sowie verlässliche Rahmenbedingungen.

Rolle der Fachkräfte

Fachkräfte schaffen Zugänge zu Informationen, begleiten Gruppenprozesse und stärken Beteiligung. Sprachmittlung sowie kultursensible Begleitung sind zentrale Voraussetzungen für gleichberechtigte Teilhabe. Entscheidend ist eine kontinuierliche Begleitung, die Stabilität schafft und Selbstvertretung schrittweise ermöglicht.

Gemeinsame Erkenntnisse

Die Erfahrungen aus München, Freiburg und Berlin zeigen trotz unterschiedlicher organisatorischer Ausgestaltung ein weitgehend einheitliches Bild: Empowerment und Selbstvertretung an der Schnittstelle von Flucht und Behinderung entstehen nicht linear, sondern in längeren, oft unterbrochenen Prozessen. Entscheidend sind stabile Beziehungen, niedrigschwellige Zugänge und die Möglichkeit, zunächst Entlastung und Orientierung zu erfahren, bevor sich aktive Formen der Selbstvertretung entwickeln können.

Unterschiedliche Wege – ein gemeinsames Ziel

Die drei Standorte zeigen unterschiedliche Einstiegslogiken in Selbstvertretung:

- In München entsteht Selbstvertretung vor allem durch die Verbindung von Beratung, Gruppenangeboten und kontinuierlicher Begleitung.
- In Freiburg entwickelt sie sich stark aus gemeinschaftlichen Alltagsbezügen und sozialer Zugehörigkeit heraus.
- In Berlin steht zunächst die psychosoziale Stabilisierung im Vordergrund, bevor sich Formen politischer Beteiligung herausbilden.

Diese Unterschiede verdeutlichen, dass Selbstvertretung nicht nach einem einheitlichen Modell verläuft, sondern an lokale Strukturen und Lebenslagen gebunden ist.

Fachkräfte schaffen den Rahmen für Selbstvertretung

Die Erfahrungen zeigen, dass Fachkräfte eine zentrale Rolle in der Entwicklung von Selbstvertretungs- und Empowermentprozessen einnehmen. Sie sind nicht für alle Aspekte dieser Prozesse allein verantwortlich, doch sie schaffen organisatorische und strukturelle Rahmenbedingungen, ermöglichen Zugänge zu Angeboten, koordinieren Inhalte, begleiten Gruppenprozesse und unterstützen bei der Bearbeitung von Konflikten. Sie eröffnen Räume, in denen Selbstvertretung entstehen kann – ohne diese zu steuern oder vorzugeben.

Gleichzeitig erfordert diese Rolle eine klare professionelle Haltung. Diese basiert auf der Anerkennung, dass Menschen Expert*innen ihrer eigenen Lebensrealität sind und ihre Perspektiven und Erfahrungen die Grundlage von Beteiligung bilden. Gelingende Selbstvertretung setzt voraus, dass Prozesse auf Augenhöhe gestaltet werden und Verantwortung schrittweise wachsen kann.

Empowerment entsteht im Zusammenspiel

Die Erfahrungen der drei Standorte verdeutlichen, dass Empowerment an der Schnittstelle von Flucht und Behinderung nur dort gelingen kann, wo strukturelle Barrieren ernst genommen und gleichzeitig soziale Beziehungen gestärkt werden. Selbstvertretung entsteht nicht durch einzelne Maßnahmen, sondern durch das Zusammenspiel von Stabilisierung, Gemeinschaft, Information und Beteiligung.

Statements von Selbstvertreter*innen

Was ich mir für die Zukunft wünsche – für mein eigenes Leben und für das Miteinander in unserer Gesellschaft.



Remilekun

„Mein Wunsch für die Zukunft ist, mich weiterzuentwickeln und noch mehr in meinem Leben zu erreichen. Ich möchte Kinder und Mütter in Deutschland unterstützen und meiner Familie nahe sein. Ich hoffe, ein erfolgreiches eigenes Geschäft aufzubauen und von freundlichen und unterstützenden Menschen umgeben zu sein. Aufgrund meiner Behinderung ist es mir besonders wichtig, Teil einer starken Gemeinschaft zu sein, wie zum Beispiel AbilityAid. Dort kann ich inspirierende Menschen kennenlernen, mich austauschen und mich weiterentwickeln.“

Abu Bakarr

„Ich setze mich dafür ein, Verhaltensweisen, institutionelle, gesellschaftliche und strukturelle Barrieren sowie Vorurteile abzubauen, die die Inklusion und aktive Teilhabe von Menschen mit Behinderungen erschweren. Ich möchte die Rechte von Menschen mit Behinderungen stärken und mich für Chancengleichheit sowie eine inklusive Gesellschaft einsetzen.“



Maryna

„Ich bin sehr dankbar für die Möglichkeit, an diesem Projekt teilzunehmen. Dank des Projekts verstehe ich, dass ich nicht die Einzige bin, die mit dem Thema Integration zu kämpfen hat, da ich eine Person mit einer Behinderung bin. Und wenn wir dieses Thema mit anderen Menschen ansprechen, dann wird es sich irgendwann lösen. Dank dieses Projekts kann ich immer kommen, meine Probleme teilen, andere hören und sehen, wie sie ihre Herausforderungen lösen können. Ich bin mir sicher, dass dieses Projekt mir in Zukunft noch viele Kontakte und Ideen bringen wird, wie ich mit meinen Problemen umgehen kann.“



Muhammed und Umama

„Ich bin kein Superheld als Vater – ich bin ein Vater mit einer Superheldin als Tochter.“

Leona

„Ich wünsche mir eine Arbeit, die mir Freude bereitet und mir zugleich finanzielle Stabilität schenkt.“



Jane Beatrice

„Ich wünsche mir ein erfülltes Leben und dass ich überall auf der Welt würdevoll leben kann. Ich hoffe auf ein Zusammenleben, das von gegenseitigem Verständnis, Respekt und Harmonie geprägt ist.“

Fatkhulloi

„Ich komme aus Tadschikistan und wohne seit 6 Jahren in Deutschland. Die Sprachbarriere ist mein Hauptproblem, da sie sowohl meine persönliche als auch meine berufliche Entwicklung einschränkt. Ich wünsche mir weiter die Verbesserung der Sprachkenntnisse. Allgemein wünsche ich mir eine Gesellschaft, an der alle Menschen, unabhängig von ihren Einschränkungen, teilhaben können.“



Olena Ch.

„Ich bin Mutter von zwei Kindern und komme aus der Ukraine. Seit einigen Jahren leben wir in Berlin. Mein jüngeres Kind lebt mit Autismus. Diese Erfahrungen haben mir gezeigt, wie wichtig Gleichberechtigung, Toleranz und Respekt in unserer Gesellschaft sind. Für die Zukunft wünsche ich mir eine Gesellschaft, in der Menschen nicht nach Etiketten beurteilt werden. Zu oft werden Menschen auf Migration oder Behinderung reduziert oder als „Fremde“ gesehen. Dabei hat jeder Mensch seine eigene Geschichte, seine Fähigkeiten, Träume und Talente. Wir sollten zuerst den Menschen sehen und nicht die Kategorie, in die er eingeordnet wird. Mein Sohn ist nicht nur ein Kind mit Autismus. Er ist ein neugieriger, liebevoller und einzigartiger Mensch. Genauso sind wir nicht nur eine Familie mit Migrationserfahrung. Wir sind Menschen, die ihr Leben neu aufbauen, arbeiten, lernen und Teil der Gesellschaft sein möchten. Ich wünsche mir, dass alle Kinder die gleichen Chancen erhalten – unabhängig von ihrer Herkunft, ihrer Sprache oder ihren besonderen Bedürfnissen. Vielfalt sollte nicht als Problem gesehen werden, sondern als Bereicherung. Für mich persönlich wünsche ich mir, dass meine Kinder in einer offenen und gerechten Gesellschaft aufwachsen. Für unsere gemeinsame Zukunft wünsche ich mir mehr Verständnis, Empathie und die Bereitschaft, einander zuzuhören. Denn eine starke Gesellschaft entsteht dort, wo jeder Mensch respektiert und wertgeschätzt wird.“



Danylo

„Mein größter Wunsch für euch und auch für mich selbst ist unerschütterliche Willenskraft – die Kraft, die uns hilft, Hindernisse und Rückschläge auf dem Weg zu unseren Zielen zu überwinden, mögen diese anderen sinnvoll oder auch absurd erscheinen. Mode und gesellschaftliche Trends kommen und gehen, doch unser Streben nach einem selbstbestimmten Leben sollte gegenüber der Welt unerschütterlich bleiben.“



Majida

„Ich wünsche mir, dass Menschen mit Behinderung aktiver Teil der Gesellschaft werden können. Einen Job finden, der zu ihrer Behinderung passt. Dass sie nicht zuhause bleiben müssen oder nichts machen können. Dass sie sichtbar sind.“



Olena D.

„Ich bin Psychologin und Pädagogin und erziehe meinen 12-jährigen Sohn allein. Mein Sohn lebt mit Autismus. Als wir vor vier Jahren nach Berlin kamen, war er 8 Jahre alt. Seitdem ist Deutschland für uns zu einem Zuhause geworden. Beruflich habe ich viele Jahre mit Menschen mit Behinderungen und ihren Familien gearbeitet und mich für ihre Rechte eingesetzt. Heute erlebe ich die Herausforderungen nicht nur als Fachkraft, sondern auch als Mutter. Diese doppelte Perspektive zeigt mir jeden Tag, wie wichtig echte Teilhabe und Unterstützung für Familien sind. Für meinen Sohn wünsche ich mir

Zugang zu den Therapien, Förderangeboten und Fachkräften, die er für seine Entwicklung braucht. Für Kinder mit Autismus sind Stabilität und Kontinuität besonders wichtig. Deshalb wünsche ich mir, dass wir langfristig in Deutschland bleiben können. Nach vier Jahren ist dieses Land ein wichtiger Teil seines Lebens geworden. Erneute Umzüge und neue Anpassungsprozesse würden viele Fortschritte gefährden. Für mich wünsche ich mir die Möglichkeit, wieder in meinem Beruf zu arbeiten. Mein Wunsch ist nicht Abhängigkeit, sondern Teilhabe. Mit einer verlässlichen Unterstützung für meinen Sohn könnte ich meine beruflichen Fähigkeiten einbringen, wirtschaftlich unabhängig sein und einen aktiven Beitrag zur Gesellschaft leisten. Ich wünsche mir außerdem einfachere Wege zur Anerkennung ausländischer Qualifikationen. Viele Fachkräfte bringen wertvolle Erfahrungen und Wissen mit, können ihr Potenzial jedoch oft erst nach langen Verfahren einsetzen. Damit verlieren nicht nur die Betroffenen, sondern auch die Gesellschaft. Meine Botschaft lautet: Die Welt ist neurodivers. Eine inklusive Gesellschaft erkennt diese Vielfalt an, schafft Chancen für alle Menschen und sieht ihre Stärken.“

Abdulrahman

„Ich bin 18 Jahre alt. Ich lebe seit vier Jahren in Deutschland. Wegen des Krieges bin ich im Rahmen des Familiennachzugs nach Deutschland gekommen.

Mein Ziel ist es, die deutsche Sprache zu lernen und eine Ausbildung im Bereich Holzverarbeitung bzw. Tischlerei zu machen. Nach meiner Ausbildung möchte ich arbeiten, damit ich später mein eigene Tischlerei eröffnen kann. Schritt für Schritt möchte ich meine Werkstatt vergrößern und weitere Filialen an verschiedenen Orten eröffnen.“

Z.

„Ich möchte die Einbürgerung. Ich bin seit 11 Jahren hier und kümmere mich um meine Kinder. Ich pflege meinen Sohn. Ich kann deshalb nicht arbeiten und konnte nur kurz den Sprachkurs besuchen. Deshalb kann ich keine Einbürgerung machen. Es ist schwer für Leute, die Familienangehörige mit Behinderungen haben. Sie können nicht arbeiten und die Anforderungen für die Staatsangehörigkeit nicht erfüllen.“



Mohammad

„Als ich 2014 nach Freiburg gekommen bin, hat die Toilette in dem Zimmer in meiner Unterkunft nicht funktioniert. Die Toilette im Flur war für mich mit dem Rollstuhl nicht benutzbar. Ich bin fast 2,5 Monate zu einer öffentlichen barrierefreien Toilette in der Stadt gefahren und habe in einem Schwimmbad geduscht. Eine Zeit lang habe ich auch vor der Arbeit an meiner Arbeitsstelle geduscht. Monatelang wurde die Toilette nicht repariert.

Ich wünsche mir, dass niemand das Gleiche erlebt wie ich. Ich wünsche mir Infrastruktur ohne Barrieren. Ich wünsche mir schnelle Reparaturen von Aufzügen und Toiletten und mehr barrierearmen Wohnraum. Und ich wünsche mir mehr Respekt von Taxi- und Busfahrer*innen.“

Fariba

„Mein Sohn schließt im Sommer die Schule ab. Er hat eine Behinderung und es wurden Plätze in der Werkstatt vorgeschlagen. Die Werkstatt ist zu laut für ihn und er möchte nicht dorthin. In einer Werkstatt, die ihm gefallen hat, ist kein Platz frei. Es gibt wenig Alternativen. Er mag arbeiten und er lernt gerne. Ich wünsche mir einen Ausbildungs- oder Arbeitsplatz für meinen Sohn, der ihm gefällt und guttut. Es braucht mehr Arbeitsplätze für Menschen mit Behinderungen.“



Olha Ch.

„Ich bin sehr dankbar für das, was hier in Deutschland für mich und meine Familie möglich ist. Für meine Familie und andere Familien mit einem Kind mit Behinderung wünsche ich mir mehr Unterstützung. Es braucht mehr Plätze in inklusiven Kindertagesstätten und mehr Unterstützung im Alltag. Als Eltern brauchen wir flexible und inklusive Angebote. Ich würde zum Beispiel sehr gerne eine Ausbildung in Teilzeit machen. Ich wünsche mir eine zentrale Anlaufstelle für Behörden und Anträge – ich habe viele Termine und es ist anstrengend für jeden Antrag zu einer anderen Stelle zu gehen. Wichtig sind feste Sozialarbeiter*innen als Ansprechperson und mehr psychologische Angebote in der Muttersprache.“

Dr. Mahmod Tamim

„Schritt für Schritt und unter Teilnahme von allen können wir eine schöne Stadt bauen, in der man einfach finden kann, was man braucht. Von dieser Stadt hat Platon geträumt. Eine Stadt, in der verschiedene Menschen miteinander leben, ohne behindert zu werden, und ohne Bürokratie.“

Steve

„Inklusion sollte nicht nur auf dem Papier stehen. Sie muss politischer Auftrag, gelebte Praxis und ein verbindliches Versprechen sein.“



Shafira

„Ich warte seit langem auf die Ausstellung meiner Aufenthaltskarte. Aktuell bekomme ich Asylbewerberleistungen. Das heißt, ich brauche einen Behandlungsschein [Anm.: Genehmigung vom Landratsamt], um zum Arzt zu gehen, ich kann keine Vorsorgeuntersuchungen machen und bekomme manche Medikamente nicht. Mit der Bezahlkarte kann man bei mir im Dorf nicht einkaufen. Die Selbstvertretungsgruppe gibt mir Kraft und ich kenne jetzt Leute, aber ich muss sehr weit fahren. Ich wünsche mir Sicherheit und eine Wohnung in Freiburg und dass alle Zugang zur Gesundheitsversorgung haben. Ich wünsche mir, dass ich endlich etwas zur Ruhe kommen kann.“

3. Migrant*innenselbstorganisationen und Empowerment

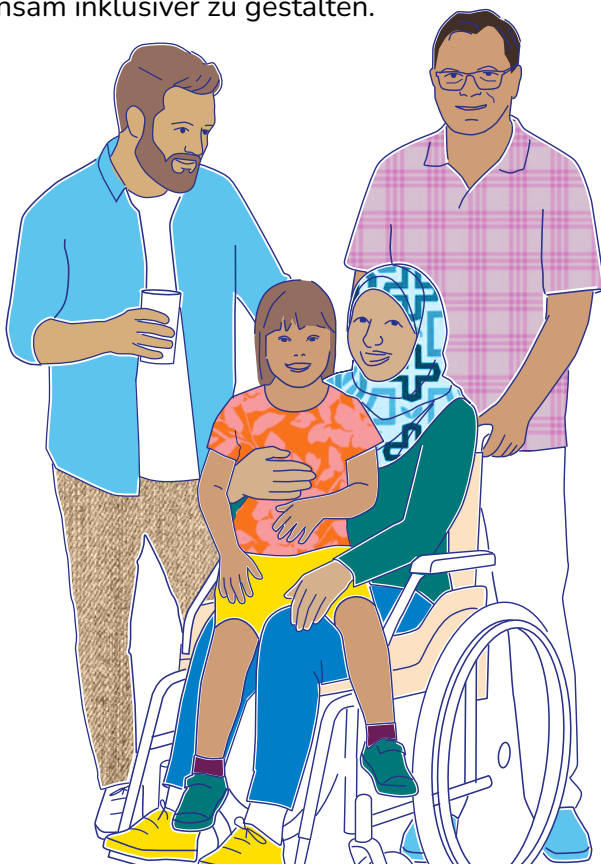


In dieser Handreichung geht es um verschiedene Fragen: Was bedeutet Empowerment konkret im Alltag von Menschen mit sehr unterschiedlichen Lebensrealitäten? Wie können Angebote so gestaltet werden, dass sie Selbstbestimmung tatsächlich stärken? Welche Bedingungen braucht es, damit Teilhabe im Alltag wirklich möglich wird?

Nachdem diese Fragen im vorigen Kapitel aus der Perspektive der am Projekt beteiligten Organisationen und Menschen beantwortet wurden, folgen hier die Perspektiven von **Migrant*innenselbstorganisationen**, die an der Schnittstelle von Flucht, Migration und Behinderung arbeiten und ihre Expertise aus der direkten Praxis einbringen: InterAktiv e. V., ZAKi – Bildung und Kultur e. V. sowie Shahrzad e. V.

Ihre Beiträge erweitern die bisherigen Projektperspektiven um eine zentrale Dimension: die kontinuierliche Arbeit im direkten Lebensumfeld von geflüchteten und migrierten Menschen mit Behinderungen und ihren Familien. Ausgehend von ihren jeweiligen Arbeitsfeldern beschreiben die Organisationen, wie Empowerment im Alltag konkret gestaltet werden kann – jenseits theoretischer Konzepte und unmittelbar orientiert an den realen Bedarfen der Menschen.

Die Beiträge bieten damit konkrete, praxisnahe Impulse und laden dazu ein, bestehende Strukturen kritisch zu reflektieren, weiterzuentwickeln und gemeinsam inklusiver zu gestalten.



Migrant*innenselbstorganisationen

Migrant*innenselbstorganisationen sind gemeinnützige Organisationen, die mindestens zur Hälfte von Menschen mit Zuwanderungsgeschichte getragen oder gegründet wurden und bei denen eine Migrationserfahrung im weitesten Sinne für das Selbstverständnis, die Ziele und die Aktivitäten zentral ist – sei es durch einen starken Bezug zu einem gemeinsamen Herkunftsland beziehungsweise einer Herkunftsregion oder durch den Fokus auf die migrationsbedingte Situation und die gesellschaftliche Teilhabe in der Ankunfts-gesellschaft.

Eine Begriffsbestimmung kann immer nur als Annäherung zu verstehen sein, denn Migrant*innenselbstorganisationen unterscheiden sich sowohl hinsichtlich der inhaltlichen Ausrichtung als auch hinsichtlich der Größe, der Rechtsform, der internen Strukturen sowie dem Grad der Professionalisierung. Viele von ihnen agieren zudem multifunktional und erfüllen gleichzeitig mehrere Aufgaben: Sie übernehmen eine Vermittlungs-, Brücken- und Multiplikatorenfunktion, bauen Vertrauen auf und senken so die Hemmschwellen gegenüber Institutionen der Mehrheitsgesellschaft, fangen fehlende Zugänge zu Regelangeboten auf und schaffen durch Angebote zur Selbsthilfe soziales Kapital, aus dem Empowerment und stabilisierende Motivationsstrukturen erwachsen. Damit sind sie für die Anbindung von Menschen mit Migrationserfahrung an bestehende Angebote, für vielfaltssensible Unterstützung und für die langfristige Sicherung gesellschaftlicher Teilhabe unverzichtbar. Migrantische Selbstorganisationen sind also wichtige Bestandteile der Zivilgesellschaft.

InterAktiv



www.interaktiv-berlin.de



Wie beschreibt ihr eure Arbeit?

InterAktiv e. V. ist eine migrantische Selbstorganisation in Berlin, die sich für eine inklusive Gesellschaft einsetzt und mit ihren Angeboten geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen empowert, begleitet und unterstützt, ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

Wir setzen uns für den Abbau von gesellschaftlichen Barrieren und für eine inklusive Migrationsgesellschaft ein, in der alle Menschen teilhaben und mitgestalten können. Mit unseren Angeboten versuchen wir, Orte der Begegnung, Vernetzung und des Austausches zu schaffen. So möchten wir gegenseitige Verständigung und Unterstützung ermöglichen und soziale Isolation überwinden. Neben niedrigschwelligen Beratungsangeboten im Bereich der Sozial- und Teilhabeberatung und Aufenthaltsstabilisierung unterstützen wir die Ratsuchenden dabei, Zugang zu ihren Rechten zu erhalten und selbstbestimmte Perspektiven für ihr Leben zu entwickeln.

Welche Formate und Begegnungsformen haben sich in eurer Arbeit bewährt? Welche Bedingungen machen sie erfolgreich?

In unserer Arbeit mit geflüchteten und migrierten Menschen mit Behinderungen haben sich insbesondere barrierearme, mehrsprachige und niedrigschwellige Angebote bewährt, die Begegnung, Austausch und psychosoziale Entlastung ermöglichen. Neben Informationsveranstaltungen, beispielsweise zu psychischer Gesundheit oder den Zugängen zum Versorgungssystem, schaffen vor allem kreative und erfahrungsorientierte Formate Räume, in denen Menschen ihre eigenen Erfahrungen einbringen, Ressourcen entdecken und miteinander in Kontakt kommen können.

So entstehen bei gemeinsamen Ausflügen, kreativen Workshops oder bewegungsorientierten Angeboten oft Gespräche und neue Kontakte – auch über Sprach- und Herkunftsgrenzen hinweg. Bei einem Gruppenausflug im Frühling in eine Gartenlandschaft (Gärten der Welt) schlossen sich beispielsweise Personen über Sprachbarrieren hinweg in Kleingruppen für gemeinsame Spaziergänge zusammen. Auf Basis der niedrigschwelligen

und naturnahen Erfahrung haben sich Gespräche und Kontakte entwickelt zwischen Menschen, die vor eher kurzer Zeit in Berlin angekommen sind, und Personen, deren Migrationsgeschichte schon länger zurückliegt. Besonders erfolgreich war auch ein mehrsprachiger barrierefreier, traumasensibler Tanzworkshop für geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen. Die Teilnehmenden hatten Raum, ihren Erfahrungen, ihrer Biografie und ihren Stärken Ausdruck zu verleihen. Die Möglichkeit, kreativ die eigenen Perspektiven darzustellen und Wertschätzung dafür zu erfahren, war ein empowernder Moment für die Teilnehmenden.

In unserer Arbeit hat sich gezeigt, dass Ratsuchende, die in ihrem Alltag sehr stark belastet sind, kleine Momente der Ruhe, Begegnung und neue kollektive Erfahrungen als besonders wertschätzend und entlastend erleben. Ratsuchende berichten immer wieder davon, dass sie sich als Person mit individueller Lebenslage wenig wahrgenommen fühlen – und brauchen gerade Orte und Möglichkeiten, die dies ermöglichen.

Welche Rolle spielt Empowerment in der Beratung?

In den Projekten bei InterAktiv e. V. sind Selbstermächtigung, Selbstbestimmung und Stärkung der eigenen Ressourcen zentrale Grundlagen für die Beratungstätigkeit. Das bedeutet vor allem, dass die Lebenswelt und die Anliegen der Personen im Vordergrund stehen. Beratung mit dem Fokus auf Empowerment bedeutet auch, dass genügend Zeit eingeräumt wird, um Prozesse, Abläufe und Rechte zu erläutern. Im Mittelpunkt steht dabei immer, dass Ratsuchende eine informierte Entscheidung treffen können und die

Beratung aber nicht bei der Informationsvermittlung endet. Je nach Wunsch und Bedarf werden Personen von einer Erstberatung über eine umfangreichere Orientierungsberatung, die Beantragung von relevanten Leistungen bis hin zum Start von bspw. Leistungen der Eingliederungshilfe begleitet. In diesem Prozess erleben die Ratsuchenden zum einen, dass sich für ihre Anliegen Zeit genommen wird und ihnen ihre Möglichkeiten erläutert werden, und zum anderen, dass ihnen Raum gegeben wird, über ihren Frust und ihre Diskriminierungserfahrungen zu sprechen.

Welche Beratungswege und Formate ermöglichen einen niedrigschwelligen Zugang für geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen?

Wir arbeiten mit und beständig an einer diskriminierungskritischen und intersektionalitätsbewussten Grundhaltung in unseren Beratungen und Angeboten. Ausgehend davon versuchen wir immer wieder, unsere Beratungen an die lebensweltlichen Realitäten der Ratsuchenden anzupassen. Ein grundlegender Baustein ist es hierbei, bei Bedarf Beratungen und Angebote in der Herkunftssprache anzubieten – sei es durch Sprachkompetenzen der Berater*innen oder durch das Engagement ehrenamtlicher Sprachmittler*innen. Die Tatsache, dass sich die Ratsuchenden nicht zeit- oder kostenaufwendig um eine eigene Sprachmittlung kümmern müssen, ist vertrauensbildend und ermöglicht tiefgehende Gespräche. Im Rahmen der Projekte ist es auch für Ratsuchende, deren Anliegen ausreichend gemeinsam bearbeitet worden sind, möglich, sich selbst im Ehrenamt oder als Honorarkraft beim Verein einzubringen. Die Ehrenamtlichen

erleben sich dadurch in ihren eigenen Stärken und Ressourcen und können Community-Wissen und Kompetenzen an neue Ratsuchende weitergeben.

Geflüchtete und migrierte Menschen mit Behinderungen und ihre Angehörigen sind auf dem Weg zur Teilhabe an der Gesellschaft mit komplexen Barrieren konfrontiert. Für unsere Arbeit bedeutet dies, dass wir Beratung nicht nur als Informationsvermittlung oder verständnisvollen Raum für Gespräche verstehen, sondern auch als Begleitung der Personen durch komplizierte Prozesse hindurch. Das bedeutet, Personen nicht einfach nur woanders hin zu vermitteln, sondern gemeinsam zu eruieren, was es braucht, damit die Person bei einem Angebot ankommt. Dazu gehört es, langwierige Prozesse zur Erlangung von Teilhabeleistungen, Hilfsmittelversorgung oder Sozialleistungen zu begleiten und die Ratsuchenden immer wieder emotional zu stärken, sie nicht allein zu lassen und ihre eigenen Fähigkeiten wahrzunehmen.

ZAKi – Bildung und Kultur

www.zaki-ev.de**Wie beschreibt ihr eure Arbeit?**

ZAKi – Bildung und Kultur e.V. unterstützt Menschen mit Migrations- und Fluchterfahrung aus Afghanistan und dem arabischen Sprachraum und stärkt ihre gesellschaftliche Teilhabe. Viele unserer Angebote richten sich an Menschen, die aufgrund von Sprachbarrieren, Behinderungen oder fehlenden Zugängen (z. B. bei älteren Menschen mit geringen Lese- und Schreibkenntnissen) bestehende Unterstützungsangebote nur schwer nutzen können.

Wir bieten Beratung, Bildungsangebote und gemeinschaftliche Aktivitäten auf Dari und Arabisch an. Zu unseren Angeboten gehören Gruppenformate, Vernetzung, Informationsveranstaltungen, Beratungen und Deutschförderung. Dabei verbinden wir psychosoziale Unterstützung, alltagsnahe Begleitung und Empowerment. Wir arbeiten praxisnah, partizipativ und eng an den Lebensrealitäten der Teilnehmenden orientiert, indem wir Wissen und Fähigkeiten vermitteln, die sie direkt in ihrem Alltag anwenden können.

Welche konkreten Empowerment-Erfahrungen macht ihr? Welche Praktiken funktionieren besonders gut?

Viele Teilnehmende erleben zum ersten Mal, dass sie Informationen in ihrer Erstsprache erhalten und Fragen ohne Angst stellen können. Empowerment beginnt häufig mit dem Gefühl, verstanden und ernst genommen zu werden.

Besonders wirksam sind Angebote auf Dari und Arabisch. Sie schaffen Vertrauen und ermöglichen es vielen Menschen, ihre Rechte besser zu verstehen und einzufordern. Viele trauen sich dadurch erstmals, Anträge zu stellen, Unterstützung in Anspruch zu nehmen oder mit Behörden in Kontakt zu treten.

Flexible und niedrighschwellige Formate funktionieren ebenfalls sehr gut. Wir klären viele Anliegen über Messenger-Dienste, Sprachnachrichten oder telefonische Begleitung. So erreichen wir auch Menschen mit Behinderungen, psychischen Belastungen oder Mobilitätseinschränkungen, für die persönliche Termine vor Ort oft schwer zugänglich sind.

Langfristige Begleitung ist für unsere Arbeit zentral. Vertrauen und Handlungsfähigkeit entstehen

selten von heute auf morgen. Wir beobachten, dass Menschen deutlich selbstständiger werden, wenn sie Unterstützung ohne Druck erhalten.

Wichtig ist außerdem die aktive Beteiligung der Teilnehmenden. Viele Themen unserer Angebote entstehen direkt aus Fragen und Anregungen der Communitys, etwa zu Pflegegrad, Schwerbehindertenausweis oder inklusiven Lernorten. Dadurch erleben die Menschen, dass ihre Anliegen wahrgenommen werden und ihre Erfahrungen zählen.

Wir erleben immer wieder fehlende barrierefreie Informationen, Sprachbarrieren, fehlende Dolmetscher*innen bei Ämtern sowie unzureichende Unterstützungs- und Assistenzangebote. Gleichzeitig erleben wir starke Ressourcen innerhalb der Communitys: familiäre Netzwerke, Mehrsprachigkeit, gegenseitige Unterstützung und hohe Bereitschaft, Verantwortung füreinander zu übernehmen. An diese Ressourcen knüpfen wir mit unserer Arbeit an.

Wie orientiert ihr eure Lerninhalte praxisnah an Lebensrealitäten? Welche Ansätze und Methoden unterstützen nachhaltiges Lernen und Teilhabe?

Unsere Teilnehmenden haben sehr unterschiedliche Voraussetzungen. Einige hatten nie die Möglichkeit, lesen und schreiben zu lernen, andere haben nur wenig Schulbildung oder leben erst seit kurzer Zeit in Deutschland. Deshalb vermitteln wir Inhalte verständlich, alltagsnah und ohne Leistungsdruck. Unsere Erfahrung zeigt, dass muttersprachliche Angebote, einfache und bebilderte Materialien, ausreichend Zeit für Rückfragen sowie flexible Kommunikationswege wichtige Voraussetzungen für nachhaltiges Lernen und Teilhabe sind.

Unsere Informationsseminare gestalten wir daher interaktiv und in kleinen Lerneinheiten. Die Inhalte werden in kurze Abschnitte aufgeteilt, damit die Teilnehmenden jederzeit Fragen stellen können. Viele Menschen trauen sich erst nach kurzen Erklärungen, nachzufragen oder eigene Erfahrungen einzubringen. Wichtige Informationen fassen wir zusätzlich auf Dari oder Arabisch zusammen. Dadurch

entsteht weniger Druck, alles sofort verstehen oder mitschreiben zu müssen.

Auch in unseren Förderdeutschkursen arbeiten wir praxisnah und niedrigschwellig. Wir nutzen viele Bilder, einfache Übungen, Wiederholungen und Gruppenarbeit. Themen wie Arztbesuche, Einkaufen, Wegbeschreibungen oder die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel orientieren sich direkt am Alltag der Teilnehmenden. Dadurch können sie das Gelernte unmittelbar anwenden und haben häufiger Erfolgserlebnisse.

Vertrauen und persönliche Beziehungen spielen innerhalb der afghanischen und arabischen Communitys eine wichtige Rolle. Viele Menschen kommen über Empfehlungen von Familienmitgliedern oder Bekannten zu unseren Angeboten. Die Informationen, die sie bei uns erhalten, werden dann häufig innerhalb von Familien und unter Freund*innen weitergegeben. Dadurch entstehen nachhaltige Lernprozesse, die weit über die eigentlichen Angebote hinausreichen.



Wie zeigt ihr Stärken auf und vermeidet eine defizitorientierte Perspektive?

Viele Menschen mit Flucht- oder Migrationserfahrung und Behinderungen werden häufig vor allem über Probleme und Defizite wahrgenommen. In unserer Arbeit versuchen wir bewusst, eine andere Perspektive einzunehmen.

Wir sehen Menschen nicht nur als hilfsbedürftig, sondern als Personen mit Erfahrungen, Fähigkeiten und Ressourcen. Viele Teilnehmende haben trotz schwieriger Lebenssituationen Verantwortung für ihre Familien übernommen, Krisen bewältigt und zahlreiche Hürden gemeistert. Diese Erfahrungen aufzuzeigen, stärkt Selbstvertrauen und Würde.

Wichtig ist dabei die Arbeit auf Augenhöhe. Statt Entscheidungen vorzugeben, besprechen wir gemeinsam Möglichkeiten und unterstützen Menschen dabei, eigene Entscheidungen zu treffen. Viele erleben dadurch zum ersten Mal, dass ihre Meinung ernst genommen wird.

Besonders wichtig ist uns außerdem, kleine Fortschritte anzuerkennen. Für manche Menschen ist es ein großer Schritt, erstmals selbst einen Brief zu verstehen, einen Termin wahrzunehmen oder einen Antrag zu stellen. Diese Erfolge erscheinen von außen häufig klein, bedeuten für die Betroffenen jedoch ein großes Stück Selbstständigkeit und gesellschaftliche Teilhabe.

Darüber hinaus schaffen wir Räume für gegenseitige Unterstützung. Menschen erleben, dass sie mit ihren Herausforderungen nicht allein sind und gleichzeitig auch anderen helfen können. Dadurch werden viele Teilnehmende selbst zu wichtigen Multiplikator*innen innerhalb ihrer Community.

Unsere Erfahrung zeigt, dass sich der Blick auf Menschen verändert, wenn nicht nur nach Problemen und vermeintlichen Einschränkungen gefragt wird, sondern auch nach Erfahrungen, Fähigkeiten und bereits bewältigten Herausforderungen. Dadurch zeigen sich Ressourcen, die im Alltag oft übersehen werden.



Habt ihr ein praxisnahes Beispiel aus dem Bereich Empowerment?

Eine ältere Frau aus Afghanistan, die nie eine Schule besucht hatte, kam in unseren Deutschförderkurs. Anfangs war sie sehr zurückhaltend und sagte mehrfach: „Ich bin zu alt zum Lernen.“ Schritt für Schritt begann sie jedoch, einzelne Buchstaben zu schreiben und Wörter zu lesen.

Nach einigen Monaten berichtete sie stolz, dass sie nun Straßenschilder lesen und sich in Bussen und Bahnen besser orientieren könne. Für sie bedeutete das ein großes Stück Selbstständigkeit und Selbstvertrauen.

Besonders wichtig war nicht nur der Unterricht selbst, sondern auch die unterstützende Atmosphäre in der Gruppe. Sie erlebte erstmals einen Lernraum ohne Druck oder Beschämung und entwickelte neues Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Dieses Beispiel zeigt, dass Empowerment oft mit kleinen Schritten beginnt. Werden diese wahrnehmbar gemacht und wertgeschätzt, können sie große Veränderungen im Alltag bewirken.

Shahrzad

www.shahrzad-gehoerlose.de



Wie beschreibt ihr eure Arbeit?

Wir sind Shahrzad e.V., ein gemeinnütziger Kölner Verein, der gehörlose und schwerhörige Geflüchtete und Migrant*innen unterstützt. Unser Beratungsangebot richtet sich darüber hinaus an Menschen mit Behinderungen und Flucht- bzw. Migrationsgeschichte. Wir bieten Kurse zum Erlernen der Deutschen Gebärdensprache und von Deutsch an. Weitere Kurse behandeln u. a. tagesaktuelle Nachrichten, Politik, Kultur und Sport. Außerdem bieten wir Begleitungen und Treffen an, bei denen wir Wert auf wechselseitige Wahrnehmung, kulturelle Bildung und gemeinsame Aktivitäten legen.

Wichtig ist uns der soziale Beistand, wenn wir etwa unsere Klient*innen bei Behörden-gängen und Besuchen bei Ärzt*innen begleiten. Unser übergeordnetes Ziel ist es, den Einstieg ins Leben in Deutschland so reibungslos wie möglich zu gestalten.

Wie lassen sich Selbstwirksamkeit und Teilhabe von gehörlosen und schwerhörigen Geflüchteten und Migrant*innen stärken?

Für das Ankommen gehörloser und schwerhöriger Migrant*innen ist Kommunikation entscheidend. Da die Gebärdensprachen nicht international gleich sind und es über 300 Gebärdensprachen mit Dialekten gibt, treffen unsere Ratsuchenden zunächst auf gebärdensprachliche und schriftsprachliche Barrieren. Da sich Gebärdensprachen und Lautsprachen in ihrer grammatikalischen Beschaffenheit grundlegend unterscheiden, ergibt sich beim Spracherwerb eine doppelte Herausforderung. Das Erlernen der Deutschen Gebärdensprache eröffnet nicht nur Zugang zu Verständigung, sondern auch zu gesellschaftlicher Teilhabe und selbstbestimmtem Handeln.

Ebenso wichtig ist das Verständnis sozialer und politischer Strukturen: Wie bewege ich mich sicher in dieser Gesellschaft? Wo erfahren Menschen Diskriminierung und wie kann ich darauf reagieren? Wie lässt sich der Umgang mit Ungerechtigkeit in Empowerment und Beteiligung verwandeln? Die Menschen, die zu uns kommen, stellen sich dabei genau

solche Fragen – und wir unterstützen sie dabei, Antworten darauf zu finden.

Die Menschen bringen sehr unterschiedliche Lebensgeschichten mit. Viele von ihnen hatten aufgrund ihrer Gehörlosigkeit kaum Möglichkeiten, Selbstwirksamkeit zu erfahren. Oft wurden Entscheidungen für sie getroffen, ihre Fähigkeiten unterschätzt und sie als pauschal unselbstständig stigmatisiert.

Unsere Arbeit versteht sich deshalb auch als Brückenarbeit zwischen migrantischen Communitys und der deutschen Gebärdensprachgemeinschaft. Gleichzeitig richten wir uns an die hörende Mehrheitsgesellschaft: Aufklärung und Sensibilisierung sind wesentliche Bestandteile unserer Arbeit und stärken zugleich die Position unserer Ratsuchenden.

Im Zentrum all dessen steht eine klare Haltung: Gehörlose und schwerhörige Menschen haben unabhängig von Herkunft, Behinderungsform(en) oder Lebensgeschichte das Recht, wahrgenommen zu werden und selbstverständlich mitten in der Gesellschaft zu leben.

Welche Barrieren begegnen Ratsuchenden und wie schafft ihr praktisch Abhilfe?

Kommunikation stellt für gehörlose und schwerhörige Geflüchtete und Migrant*innen eine der größten Hürden dar und beeinflusst nahezu alle Bereiche des gesellschaftlichen Lebens. Zwar können Dolmetscher*innen viele Barrieren abbauen, doch häufig verstehen Behörden sich trotz rechtlicher Verpflichtung nicht als zuständig. Zudem müssen in privaten Angelegenheiten, etwa bei der Wohnungssuche oder der Eröffnung eines Bankkontos, Betroffene die Kosten selbst tragen. Hier greifen wir auf Ehrenamtliche zurück, die in solchen Situationen sprachlich vermitteln.

Auch institutionelle Strukturen berücksichtigen Behinderungen häufig nicht ausreichend. Viele Formulare erfassen spezifische Bedarfe nicht, wodurch notwendige Unterstützung nicht erkennbar bleibt. In der Folge werden gehörlose und schwerhörige Menschen nicht selten in ländlichen Regionen untergebracht, was die Isolation verstärken kann. Wohnsitzauflagen erschweren den Umzug in Ballungsräume, in denen es Zugänge zu Gehörlosen-Communitys und Unterstützungsnetzwerken gibt.

Darüber hinaus sind therapeutische Angebote in Gebärdensprache äußerst selten, obwohl viele Geflüchtete aufgrund von Flucht- und Gewalterfahrungen einen erhöhten Unterstützungsbedarf haben. Auch Integrationskurse und Lehrmaterialien sind meist nicht auf die Bedürfnisse gehörloser Menschen ausgerichtet. Neben der Deutschen Gebärdensprache müssen die Ratsuchenden in den Kursen zusätzlich die deutsche Schriftsprache erlernen – eine zusätzliche Herausforderung, an der zahlreiche Teilnehmende scheitern. Um hier gegenzusteuern, bieten wir regelmäßig niedrigschwellige Sprachkursangebote an, die zusätzliche Übungsmöglichkeiten schaffen.

Es zeigt sich immer wieder, dass aktuell eine große Versorgungslücke besteht: Beratungsstellen, die diese vielfältigen Barrieren gezielt aufgreifen und die Menschen begleiten können, sind in Nordrhein-Westfalen nach wie vor rar.



Welche Kooperationswege sichern schnelle und nachhaltige Zugänge zu Teilhabeleistungen und Unterstützungsangeboten?

Kooperationen sind für unsere Arbeit von zentraler Bedeutung, weil Teilhabe nur dann gelingen kann, wenn unterschiedliche Akteur*innen zusammenwirken. Viele Unterstützungsangebote sind auf verschiedene Institutionen verteilt – von Behörden, Bildungs- und Gesundheitseinrichtungen bis hin zu Fachberatungsstellen und Selbstvertretungsorganisationen. Ohne eine enge Vernetzung besteht die Gefahr, dass Menschen aufgrund von Kommunikationsbarrieren, fehlenden Informationen oder unklaren Zuständigkeiten keinen Zugang zu den Leistungen erhalten, die ihnen zustehen.

Wir beraten gehörlose und schwerhörige Geflüchtete und Migrant*innen in Deutscher Gebärdensprache und erfassen zunächst den Stand ihrer Sprachkenntnisse sowie die Möglichkeiten zur Teilnahme an Integrationskursen. Wir vermitteln an gebärdensprachliche Kursträger wie Loor Ens, die Sprachschule Heesch und das Katholische Bildungswerk. Wir informieren über Leistungen wie das Gehörlosengeld in Nordrhein-Westfalen und das Persönliche Budget vom Landschaftsverband Rheinland und unterstützen bei Anträgen. Dabei helfen wir, Sprach- und Antragsbarrieren zu verringern und Inhalte verständlich in Deutscher Gebärdensprache zu erklären.

Peer-to-Peer Beratung

Peer-to-Peer Beratung bedeutet: Betroffene beraten Betroffene.

Dabei handelt es sich um ein Beratungsangebot, bei dem die beratende und die ratsuchende Person ähnliche Erfahrungen gemacht haben oder sich in vergleichbaren Lebenssituationen befinden. Im Mittelpunkt stehen gemeinsame Lebensrealitäten und ein gegenseitiges Verständnis auf Augenhöhe. Durch die geteilten Erfahrungen entsteht oft ein besonderer Zugang, der Vertrauen schafft und die Beratung bereichert.

Die Beratung erfolgt nach dem **Peer-to-Peer-Prinzip** und basiert auf eigenen Erfahrungen der Berater*innen. Bei weitergehendem Unterstützungsbedarf vermitteln wir an spezialisierte Beratungsstellen wie Handzeichen e.V., SALO + Partner, die Fachstelle EUTB (Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung), Mittendrin e.V., Kompetenzzentrum Selbstbestimmt Leben Köln und viele mehr. Wir arbeiten stetig an verbesserter Vernetzung, besonders zu Fachberatungsstellen, mit dem Ziel, Informationen für Ratsuchende einzuholen. So schaffen wir Orientierung und erleichtern den Zugang zu Hilfesystemen.



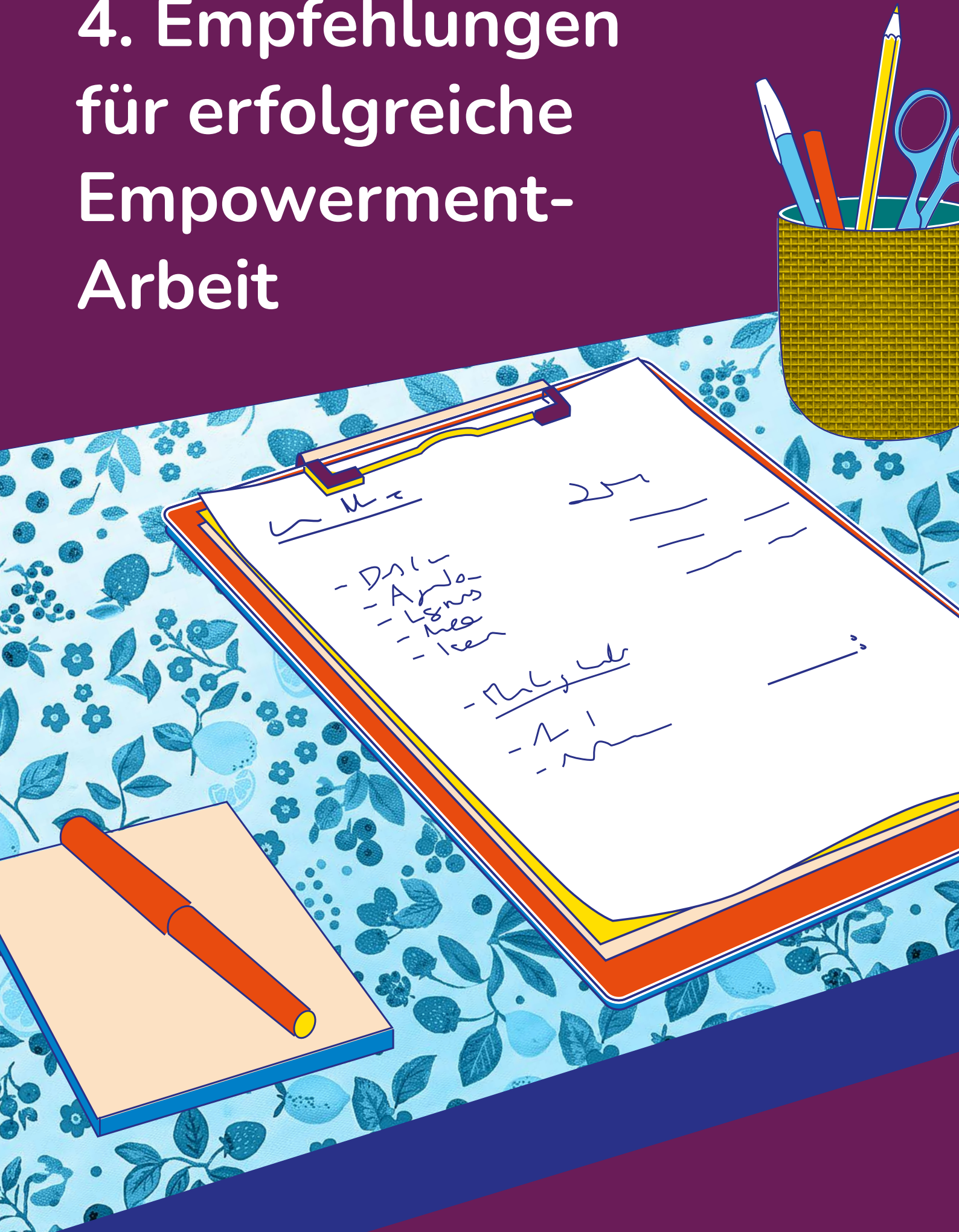
Habt ihr ein praxisnahes Beispiel aus dem Bereich Empowerment?

Barrierearme Weiterbildungsangebote für gehörlose und schwerhörige Menschen sind nach wie vor selten. Um dieser Lücke entgegenzuwirken, wurde in Zusammenarbeit mit dem FIZ e. V. (Freunde des Interkulturellen Zentrums) in Köln-Chorweiler eine Weiterbildung im Bereich Mediation angeboten. Die Teilnehmenden konnten dort ihre sprachlichen Kompetenzen erweitern, den konstruktiven Umgang mit Konflikten erlernen und zugleich Einblicke in gesellschaftliche Gepflogenheiten und kulturelle Kontexte in Deutschland gewinnen.

Darüber hinaus eröffnete die Weiterbildung neue Perspektiven für den Zugang zum Arbeitsmarkt: Mit dem erfolgreichen Abschluss erhielten die Teilnehmenden ein offizielles Zertifikat, das ihre erworbenen Kenntnisse dokumentiert und ihre beruflichen Chancen verbessert.

Zudem konnten wir in Zusammenarbeit mit der Diakonie ein Wohnungssuche-Coaching mit Dolmetscher*innen zugänglich machen, um gehörlosen und schwerhörigen Migrant*innen zu ermöglichen, selbstständig eine Wohnung zu suchen.

4. Empfehlungen für erfolgreiche Empowerment- Arbeit



Die Erfahrungen aus der Praxis verdeutlichen, dass Empowerment an der Schnittstelle von Flucht und Behinderung ein fortlaufender Prozess ist, der auf Teilhabe, Selbstbestimmung und der Wahrnehmung von Rechten basiert. Beteiligung zeigt sich dabei in vielfältiger Weise – etwa wenn Menschen Informationen weitergeben, ihre Erfahrungen teilen, eigene Anliegen formulieren oder schrittweise Verantwortung übernehmen. Damit solche Prozesse gelingen können, braucht es jedoch nicht nur das Engagement der Einzelnen, sondern vor allem Rahmenbedingungen, die Zugänge eröffnen, Barrieren abbauen und die Ausübung von Rechten ermöglichen. Aus den Praxiserfahrungen lassen sich Empfehlungen für eine erfolgreiche Empowerment-Arbeit ableiten. Die folgenden Empfehlungen richten sich zunächst an Fachkräfte und anschließend an projektfördernde Institutionen. Sie zeigen auf, wie Empowerment durch eine konsequent rechtebasierte, partizipative und bedarfsorientierte Praxis nachhaltig gestärkt werden kann.

Empowerment in der Praxis stärken

Fachkräfte können Empowerment nicht „herstellen“. Es handelt sich um einen Prozess der Selbstermächtigung, der von den Betroffenen selbst ausgeht: Menschen erkennen ihre eigenen Stärken, entwickeln Vertrauen in ihre Fähigkeiten und finden ihre eigene Stimme. Gleichzeitig übernehmen Fachkräfte eine zentrale Rolle, indem sie die Rahmenbedingungen schaffen, unter denen Empowerment entstehen und wachsen kann – durch ihre Haltung, durch die Gestaltung tragfähiger Beziehungen und durch konkrete, alltagsnahe Unterstützung und Angebote. Entscheidend ist dabei ein flexibles, praxisorientiertes und konsequent lebensweltbezogenes Handeln.

1. LEBENSREALITÄTEN IN DEN MITTELPUNKT STELLEN



Empowerment beginnt dort, wo Fachkräfte die tatsächlichen Lebenslagen von Menschen konsequent ernst nehmen. Im Vordergrund stehen nicht Projektziele, sondern die Frage: Was braucht die Person gerade konkret? Ob Unterkunft, medizinische Versorgung oder Hilfsmittel – existenzsichernde Unterstützung ist kein Bonus, sondern die Grundlage dafür, dass Menschen überhaupt handlungsfähig werden können. Erst darauf aufbauend lassen sich gemeinsam weitere Perspektiven und Selbstwirksamkeit entwickeln.

2. VERTRAUEN AKTIV AUFBAUEN



Vertrauen ist eine zentrale Grundlage von Empowerment. Es entsteht durch verlässliche Beziehungen, transparente Kommunikation und eine Haltung, die Menschen mit ihren Anliegen ernst nimmt – auch dann, wenn Probleme wiederholt auftreten oder kurzfristige Unterstützung benötigt wird. Zudem braucht Vertrauensaufbau Zeit. Kontinuität in Beziehungen kann daher entscheidend dazu beitragen, dass Menschen sich öffnen, sich ausprobieren und neue Handlungsspielräume entwickeln.

3. UNTERSTÜTZUNG FLEXIBEL UND BEDARFSGERECHT GESTALTEN



Menschen befinden sich in unterschiedlichen Lebenssituationen und bringen unterschiedliche Ressourcen mit. Nicht jede Person kann oder möchte unmittelbar aktiv oder selbstorganisiert handeln. Empowernde Praxis bedeutet daher, flexibel zu reagieren: Manchmal braucht es Begleitung bei Behördenkontakten oder Anträgen, manchmal eher Ermutigung zur Eigeninitiative.

4. STABILISIERUNG ALS TEIL VON EMPOWERMENT VERSTEHEN



Selbstbestimmung braucht Stabilität. Psychosoziale Unterstützung, Krisenintervention und die Entlastung von Familien sind daher integrale Bestandteile empowernder Arbeit. Menschen können ihre Handlungsspielräume oft erst dann erweitern, wenn sie sich sicherer und emotional stabilisiert fühlen.

5. NIEDRIGSCHWELIGE ZUGÄNGE SCHAFFEN



Empowernde Angebote sollten möglichst offen und unabhängig von Sprachkenntnissen, Aufenthaltsstatus oder Vorwissen zugänglich gestaltet sein. Beispielsweise gelingt Empowerment nur, wenn Informationen wirklich verstanden werden. Deshalb sollten Fachkräfte konsequent einfache und verständliche Sprache nutzen, Fachbegriffe erklären und mehrsprachige Kolleg*innen oder Sprachmittlung einbeziehen. Entscheidend ist nicht nur die Weitergabe von Informationen, sondern gemeinsam sicherzustellen, dass Inhalte tatsächlich verstanden werden. Verständliche Kommunikation schafft Orientierung, Sicherheit und Teilhabe. Ebenso wichtig ist es, flexible Teilnahmeformen zu ermöglichen. Menschen mit hohen Alltagsbelastungen können Angebote oft nicht kontinuierlich wahrnehmen. Phasenweise Distanzierung, geringe Beteiligung oder Abbrüche sind häufig Ausdruck von Überforderung, Krisen oder belastenden Lebensumständen. Empowernde Praxis bedeutet deshalb, Rückzug nicht vorschnell als mangelnde Motivation zu interpretieren. Stattdessen sollte überlegt werden, wie Zugänge flexibel gestaltet und neue Anknüpfungsmöglichkeiten geschaffen werden können. Entscheidend ist deshalb, den Kontakt aufrechtzuerhalten und zu vermitteln, dass ein Wiedereinstieg jederzeit möglich ist.

6. EMPOWERMENT ALS PROZESS VERSTEHEN



Empowerment zeigt sich nicht nur in großen Veränderungen oder objektiv feststellbarer Selbstorganisation und Selbstvertretung. Oft sind es kleine Dinge, die bedeutsam sind: eine Frage stellen, Unterstützung einfordern oder erstmals an einem Gruppenangebot teilnehmen. Solche Momente verdienen Aufmerksamkeit und Anerkennung, denn sie markieren wichtige Entwicklungsschritte hin zu mehr Selbstbestimmung.

7. EIGENE ERWARTUNGEN KRITISCH REFLEKTIEREN



Fachkräfte bringen eigene Vorstellungen davon mit, was Partizipation oder aktive Beteiligung bedeutet. Diese Annahmen sollten regelmäßig reflektiert und hinterfragt werden. Beteiligung kann sehr unterschiedlich aussehen und nicht jede Person kann dieselben Anforderungen erfüllen. Daher ist es wichtig, die eigene Perspektive kritisch zu betrachten, Erwartungen transparent zu machen und gemeinsam auszuhandeln, was unter den jeweiligen Bedingungen realistisch und sinnvoll ist.

8. NETZWERKE AKTIV NUTZEN



Empowernde Praxis gelingt selten allein. Fachkräfte müssen Menschen nicht allein durch komplexe Unterstützungs- und Hilfesysteme begleiten. Eine enge Zusammenarbeit mit anderen Beratungsstellen, Behörden und Fachdiensten ermöglicht es, Zuständigkeiten zu klären, Wissen zu bündeln und Ratsuchende bedarfsgerecht zu begleiten. Gut koordinierte Netzwerkarbeit entlastet Betroffene und erleichtert den Zugang zu passenden Leistungen und Angeboten.

Förderpraxis empowernd gestalten

Die vielfältigen Erkenntnisse aus der Projektarbeit zeigen deutlich: Empowerment gelingt nicht allein durch engagierte Fachkräfte oder gute Projektideen. Entscheidend sind auch Förderstrukturen, die realistische Bedingungen für empowernde Arbeit schaffen. Förderprogramme können wesentlich dazu beitragen, Teilhabe, Selbstbestimmung und nachhaltige Unterstützung zu ermöglichen – oder unbeabsichtigt bestehende Barrieren verstärken. Daher braucht es Förderlogiken, die sich an den tatsächlichen Bedingungen der Praxis orientieren und Empowerment als langfristigen Prozess verstehen. Die folgenden Empfehlungen zeigen zentrale Leitlinien für eine entsprechende Ausgestaltung der Förderung.

1. REALISTISCHE ZIEL- UND WIRKUNGSLOGIKEN ERMÖGLICHEN



Empowerment verläuft selten geradlinig und lässt sich nur begrenzt in kurzfristigen, quantifizierbaren Ergebnissen abbilden. Förderprogramme sollten daher neben quantitativen Zielwerten wie Teilnehmendenzahlen oder Veranstaltungen auch qualitative Entwicklungen anerkennen. Dazu gehören etwa Vertrauensaufbau, Stabilisierung, erste Schritte der Selbstvertretung oder ein verbesserter Zugang zu Rechten und Unterstützungsangeboten.

2. FÖRDERKRITERIEN PRAXISNAH UND BEDARFSGERECHT GESTALTEN

Indikatoren zur Bewertung von Empowerment sollten gemeinsam mit Fachkräften und weiteren Praxisakteur*innen entwickelt werden. Die Kriterien sollten Empowerment-Prozesse realistisch abbilden, alltagstauglich sein und ohne unverhältnismäßigen bürokratischen Aufwand angewendet werden können.



Ebenso sollten Förder- und Zugangskriterien ausreichend flexibel gestaltet werden, damit sie den tatsächlichen Bedarfen der Zielgruppen gerecht werden. Starre Vorgaben – etwa eine detaillierte Differenzierung nach Aufenthaltsstatus – mögen aus Perspektive der Fördermittelverwaltung nachvollziehbar sein, erschweren in der Praxis jedoch häufig den niedrighschwelligen Zugang zu Angeboten. Sie können dazu führen, dass Menschen mit Unterstützungsbedarf aufgrund formaler Kriterien ausgeschlossen werden, obwohl ihre Teilnahme fachlich sinnvoll wäre. Förderkriterien sollten deshalb ausreichend Gestaltungsspielräume eröffnen, um Teilhabe zu ermöglichen, statt einzuschränken.

3. LÄNGERE PROJEKTLAUFZEITEN UND ANSCHLUSSFÄHIGKEIT SICHERN

Vertrauensaufbau, Beziehungsarbeit und nachhaltige Strukturen benötigen Zeit – insbesondere im Kontext von Flucht und Behinderung. Förderungen sollten deshalb längere Projektlaufzeiten sowie flexible Anschlussförderungen ermöglichen. So können erfolgreiche Strukturen erhalten, Beziehungen stabilisiert und abrupte Projektabbrüche vermieden werden.



Gleichzeitig sollte anerkannt werden, dass nachhaltige Empowerment-Arbeit auf Kontinuität und Weiterentwicklung basiert – nicht auf ständiger Neuerfindung. In vielen Förderkontexten entsteht jedoch der Druck, Projekte immer wieder als innovativ darstellen zu müssen, um förderfähig zu bleiben. Dadurch werden bewährte Ansätze häufig nur neu etikettiert, statt sie weiterzuentwickeln oder zu verstetigen. Für die Praxis kann dies kontraproduktiv sein, weil erfolgreiche Strukturen regelmäßig neu aufgebaut werden müssen. Sinnvoller ist es, funktionierende Ansätze gezielt auszubauen, Erfahrungen zu sichern und nachhaltige Angebote langfristig zu stabilisieren.

4. LERNORIENTIERTE UND FEHLERFREUNDLICHE FÖRDERKULTUR STÄRKEN

Empowernde Projektarbeit braucht Spielräume für Anpassung und Weiterentwicklung. Projekte sollten daher nicht ausschließlich daran gemessen werden, ob oder wie schnell sie ihre Ziele erreichen, sondern auch an ihrer Lernfähigkeit. Anpassungen, Kurskorrekturen und auch das zeitweise Nichterreichen von Zielen gehören zur Praxisentwicklung und sollten als Teil davon anerkannt werden.



5. PARTIZIPATION STRUKTURELL VERANKERN

Menschen mit eigener Erfahrung sollten nicht nur Zielgruppe sein, sondern aktiv an der Gestaltung von Projekten und Förderstrukturen beteiligt werden. Damit Partizipation nicht zur zusätzlichen unbezahlten Belastung wird, braucht sie verbindliche Ressourcen: reguläre Beschäftigungsverhältnisse und ausreichend Zeit für Planung, Begleitung und Umsetzung partizipativer Prozesse.



Zugleich ist zu berücksichtigen, dass Empowerment kein universell einheitliches Konzept ist. Vorstellungen von Selbstbestimmung, Teilhabe oder Eigenverantwortung sind kulturell geprägt und häufig stark von westlichen Perspektiven beeinflusst. Empowerment-Konzepte lassen sich daher nicht schematisch auf unterschiedliche Lebensrealitäten übertragen. Projekte benötigen zunächst Raum, um gemeinsam mit Teilnehmenden ein Verständnis zentraler Begriffe und Erwartungen zu entwickeln, bevor konkrete Maßnahmen umgesetzt werden. Ohne diese gemeinsame Verständigungsarbeit besteht die Gefahr, dass Projekte eher Anpassung fördern, anstatt selbstbestimmte Partizipation zu ermöglichen.

6. BARRIEREFREIHEIT VERBINDLICH VERANKERN



Barrierefreiheit sollte nicht optional sein, sondern eine Grundvoraussetzung jeder Förderung. Dazu gehört die Finanzierung von Gebärdensprachdolmetscher*innen, Leichter Sprache, Assistenzstrukturen sowie weiteren angemessenen Vorkehrungen, die eine gleichberechtigte Teilhabe ermöglichen.

7. MEHRBELASTUNG IM ALLTAG BERÜCKSICHTIGEN



Viele Teilnehmende bewältigen neben der Projektteilnahme erhebliche Belastungen im Alltag – etwa durch Sorgearbeit, gesundheitliche Herausforderungen oder Krisensituationen. Förderlogiken sollten anerkennen, dass Unterstützung bei Grundbedarfen, psychosoziale Begleitung und Krisenintervention zentrale Bestandteile empowernder Arbeit sind und entsprechend finanziell und strukturell berücksichtigt werden müssen.

8. KOOPERATION UND SCHNITTSTELLENARBEIT FÖRDERN



Empowerment an der Schnittstelle von Flucht und Behinderung erfordert eine enge Zusammenarbeit unterschiedlicher Systeme und Institutionen. Förderungen sollten deshalb gezielt Netzwerkbildung, Kooperationsarbeit und Lotsfunktionen unterstützen. So können Übergänge erleichtert, Zuständigkeiten geklärt und Betroffene besser durch komplexe Hilfesysteme begleitet werden.

Impressum

Herausgeberin

Handicap International e. V. – Crossroads

Redaktionssitz

Handicap International e. V. – Crossroads

Berliner Str. 44, D-10713 Berlin

Telefon: 030 22219069

Autor*innen

Nora Lori Demirbilek, Referentin Empowerment im Programm Crossroads

Anne-Charlotte Haas, ArrivalAid gGmbH

Uta Link, Diakonisches Werk Freiburg

Rebecca Spittel, Diakonisches Werk Freiburg

Marianna Piskovszky, Johannesstift Diakonie Proclusio gGmbH

Interaktiv e. V.

ZAkü – Bildung und Kultur e. V.

Shahrazad e. V.

Redaktion

Wendy Taranowski, Referentin Presse- und Öffentlichkeitsarbeit im Programm Crossroads

Nora Lori Demirbilek, Referentin Empowerment im Programm Crossroads

Dr. Susanne Schwalgin, Programmleitung Crossroads (V. i. S. d. P.)

Lektorat

Sharif Bitar, uebletexte.de

Satz und Layout, Illustrationen, Druckbegleitung

Braun Grafikdesign, braun-grafik.com

Druck

Speedruck Berlin

1. Auflage

© Berlin, Oktober 2026

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck auch auszugsweise nur mit Genehmigung der Herausgeberin.

Die Publikation ist online abrufbar unter:



Kofinanziert von der Europäischen Union



