

„Inklusion war für mich immer selbstverständlich“

Frederic Heinze ist eine Sportskanone. Er misst sich leidenschaftlich gern in Wettkämpfen mit anderen Menschen – und das sehr erfolgreich: Frederic ist zweifacher U-23-Weltmeister im 100- und 200-Meter-Lauf für Menschen mit Behinderungen und spielt wettkampfmäßig Fußball in der deutschen Nationalmannschaft der Cerebralparetiker. Als diese Disziplin des Behinderten-Leistungssports im Jahr 2013 aufkam, war er sofort Feuer und Flamme, weil er schon seit Kindertagen nicht nur ein Leichtathlet, sondern auch ein begeisterter Ballsportler ist. Was Sport für ihn bedeutet und wie er dieses intensive Hobby mit seinem Beruf vereint, erzählt er uns im Interview.

Frederic, erklär doch gleich zu Beginn kurz den Zungenbrecher: Was ist eine Cerebralparese, die dem CP-Fußball ihren Namen gibt, und inwiefern betrifft sie dich?

„Cerebral“ heißt übersetzt „zum Gehirn gehörende Strukturen“. „Parese“ wiederum ist das Fachwort für „Lähmung“. Frei übersetzt ist eine Cerebralparese also eine „Gehirnlähmung“, die durch eine Schädigung des Gewebes im Gehirn verursacht wird. Bei Menschen mit dieser Behinderung treten dauerhafte Kramp fzustände auf, auch Spastiken genannt. Davon können einzelne Körperteile betroffen sein oder aber der gesamte Körper, das ist ganz unterschiedlich. Deshalb gibt es innerhalb des CP-Fußballs auch verschiedene Klassen. Die Klassifizierungen reichen von C5 für Menschen, bei denen beide Beine betroffen sind, bis zu C8 für Menschen mit nur einer sehr geringen Ausprägung der Behinderung. C6 ist in dieser Reihe die Klasse für Menschen mit Spastiken am ganzen Körper, bei C7-Spielern ist nur eine Körperhälfte betroffen – so wie

bei mir.

Wie lange spielst du schon in der deutschen CP-Fußball-Nationalmannschaft?

Die Mannschaft wurde im Jahr 2014 gegründet. Kurz danach wurden mehrere Sportvereine angeschrieben und darüber informiert, dass es ein Sichtungstraining für Fußballtalente mit dieser Behinderung geben soll. Daran habe ich teilgenommen und bin prompt in der CP-Fußball-Nationalmannschaft gelandet. Ich war schon als Kind ein begeisterter Ballsportler. Daher war das für mich die perfekte Gelegenheit, nach Jahren in der Leichtathletik etwas Neues auszuprobieren.

Was bedeutet Sport und insbesondere Fußball für dich?

Sport generell hat einen sehr hohen Stellenwert in meinem Leben. Ich kann hier immer wieder etwas Neues versuchen und mich zugleich weiter steigern und verbessern. Am Fußball reizt mich, dass es ein Mannschaftssport ist, in dem man alles zusammen erlebt. Die anderen Spieler und ich feiern zusammen Siege, müssen aber auch Niederlagen einstecken. Dann arbeiten wir gemeinsam daran, Fehler abzustellen.

Was machst Du beruflich? Hat es etwas mit Sport zu tun oder hast du bewusst etwas anderes gewählt?

Ich bin gelernter Veranstaltungskaufmann und bin Teil des Infothek-Teams des LVR-Inklusionsamtes in Münster. Mein Job hat gut geregelte Arbeitszeiten, daher lässt sich das mit dem Sport gut vereinen, zumal wir uns mit der CP-Fußball-Nationalmannschaft nur an ein bis zwei Wochenenden im Monat treffen. Ich trainiere darüber hinaus sowieso in einer Mannschaft, in der ansonsten nur Menschen ohne Behinderung spielen.



Foto: Parasport Danmark

Wie erlebst du das Thema Inklusion beim Sport und bei der Arbeit?

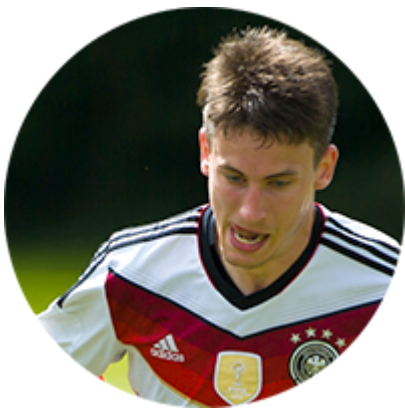
Ich habe wie gesagt schon immer in Gruppen und Mannschaften trainiert, in denen vor allem Menschen ohne Behinderung gespielt haben. Inklusion war also immer selbstverständlich für mich. Weder meine Mitspieler noch ich selbst haben uns je Gedanken darüber gemacht, was ich kann und was nicht. Auch im Beruf spielt das keine Rolle. Ich erledige alles alleine, was ich eigenständig machen kann, und bei den anderen Sachen bitte ich einfach meine Kollegen um Hilfe. In beiden Fällen war und ist Inklusion nicht so ein großes Thema – es wird einfach „gemacht“.

Begegnen dir dennoch manchmal Hürden, die mit deiner Behinderung zu tun haben?

An und für sich komme ich ziemlich gut mit meiner Behinderung zurecht, weil ich schon seit meiner Geburt daran gewöhnt bin. Ich kenne kein Leben ohne Behinderung. Dadurch wird man mit der Zeit ganz automatisch erfinderisch, um bestimmte Hürden zu umgehen, die dann doch immer mal wieder auftauchen. Ein Beispiel aus dem Alltag ist Möbel aufbauen oder Bilder aufhängen. Das kann ich nicht alleine, weil meine Feinmotorik so eingeschränkt ist, dass ich nicht mit beiden Händen zugleich koordiniert arbeiten kann. Aber dabei helfen mir dann eben andere. Um diese Hürde ganz überwinden zu können, müsste schon die Behinderung als solche verschwinden.

Was ist dein Traumberuf, und wie sähe dein Alltag in diesem Job aus, wenn du es dir aussuchen könntest?

Ich denke, jeder wünscht sich, sein „Hobby“ zum Beruf machen zu können. Mein Traum wäre, wie bei wahrscheinlich jedem leidenschaftlichen Sportler, eines Tages mit dem Sport meinen Lebensunterhalt verdienen zu können. Aber davon ist der Behindertensport noch ziemlich weit entfernt. Wenn es doch so weit käme, würde ich den Trainingsalltag ganz anders gestalten und auch intensiver trainieren. Und: Wir würden uns mit der CP-Mannschaft viel häufiger nur als nur ein oder zwei Mal im Monat treffen. –



Über unseren Interviewpartner

Name: Frederic Heinze

Geburtsjahr: 1991

Wohnort: Münster

Beruf: gelernter Verwaltungskaufmann, arbeitet im Infothek-Team des LVR-Inklusionsamtes in Münster

(Persönlicher Bezug zum Thema) Behinderung: erfolgreicher Wettkampf-Leichtathletiker und -Fußballer im Bereich des Behindertensports; hat seit seiner Geburt eine Cerebralparese, also eine Spastik, die durch eine Schädigung des Hirngewebes hervorgerufen wurde