Kaffee, Klatsch und Krücken

Der Podcast für Inklusion mit Anna Faccin und Silvia Rabanser

Folge 16 – November 2026 – Thema „Freundschaften und Beziehungen“

1- VORAB: Zusammenfassung in einfacher Sprache

Folge 16: Freundschaften und Beziehungen

In dieser Folge sprechen Anna und Silvia über Freundschaft, Einsamkeit und Liebe. Beide haben eine Behinderung. Sie erzählen, wie es ihnen im Leben damit geht.

Freunde finden

Silvia hatte als Kind und Jugendliche nur wenige Freunde. Diese Freundschaften waren aber sehr eng. Als Erwachsene fällt es ihr leichter, Freunde zu finden.

Anna fand es in der Schule einfach, Freunde zu finden. Man sieht sich jeden Tag. In der Pubertät wurde es schwerer. Der Körper verändert sich, und man hat viele Zweifel. Anna fühlte sich oft wie das fünfte Rad am Wagen.

Nach der Schule sehen sich die Freunde nicht mehr jeden Tag. Viele Menschen mit Behinderung werden dann einsam. Silvia hat es anders erlebt. Für sie wurde es nach der Schule leichter, besonders im Studium und in der Arbeit.

Handy und Internet

Anna hat eine seltene Krankheit. Im Internet hat sie andere Menschen mit der gleichen Krankheit gefunden. Eine Frau aus Australien wurde eine echte Freundin. Das ist für Anna sehr wertvoll.

Das Handy hilft auch Menschen, die zu schwach zum Rausgehen sind. Aber Anna und Silvia treffen sich auch gern in echt. Silvia findet es anstrengend, dass heute vieles spontan sein soll. Sie plant lieber im Voraus, damit sie sich gut organisieren kann.

Hindernisse im Alltag

Oft sind Orte nicht barrierefrei. Das bedeutet: Man kommt mit dem Rollstuhl nicht hinein. Deshalb wurden Anna und Silvia als Kinder manchmal nicht zu Geburtstagen eingeladen. Die Eltern hatten Angst, dass etwas passiert. Oder sie dachten, die Kinder können nicht kommen.

Auch Erwachsene denken oft nicht daran. Bei Festen fällt erst später auf: Der Ort ist nicht barrierefrei. Silvia sagt: „Sagt es mir trotzdem. Dann schaue ich, ob es geht."

Vorurteile

Viele Menschen denken: Wer eine Behinderung hat, kennt alle anderen Menschen mit Behinderung. Das stimmt nicht. Eine Behinderung ist nur ein Merkmal von vielen, so wie eine Brille. Aber andere sehen oft nur die Behinderung. Anna wird zum Beispiel oft nur als „die Frau mit der Krankheit" gesehen. Das macht sie traurig.

Fragen zur Krankheit sind in Ordnung, wenn eine Freundschaft tiefer wird. Sie sollen aus Interesse kommen, nicht aus Neugier.

Liebe und Beziehung

Anna wünscht sich einen Partner, der ihre Krankheit versteht. Er soll nicht ihr Pfleger sein. Aber er soll wissen, was im Notfall zu tun ist.

In der Pubertät konnten Anna und Silvia das Flirten nicht so üben wie andere. Das war schwer. Beide sagen: Auch Menschen mit Behinderung haben ein Recht auf Freundschaft, Liebe und Sexualität. Sie dürfen auch Liebeskummer haben. Man soll sie nicht in Watte packen.

Silvia sagt: Viele Menschen sprechen das Menschen mit Behinderung ab. Das Thema ist ein Tabu. Das muss sich ändern.

Privatsphäre und Hilfe

Jugendliche brauchen einen eigenen Raum. Sie wollen ihren Körper kennenlernen. Eltern und Assistenten sollen sich dann zurücknehmen. Eine wichtige Hilfe in Südtirol ist **LISEA**. Das ist ein Projekt der Lebenshilfe. Dort begleiten Fachleute junge Menschen mit Behinderung einfühlsam.

Zum Schluss

Beide waren früh verliebt. Anna schon in der Grundschule, Silvia in der Mittelschule.

Silvia gibt den Hörerinnen und Hörern eine Frage mit: Wie haben sich eure Freundschaften entwickelt? Und wie sind eure heutigen Freundschaften entstanden?

2- Transkript Podcast

Anna: Herzlich willkommen zu unserem Podcast Kaffee, Klatsch und Krücken.

Silvia: Ja, liebe Anna, heute haben wir das Thema Freundschaft, Einsamkeit, Pubertät, Beziehungen, so ein bisschen als Überthema uns ausgesucht. Magst du starten? Ja, Freundschaft.

Anna: ja ich denke, unser ganzer Podcast beruht auf einer Freundschaft. Wir wären sonst wahrscheinlich nicht da, das heute hier wieder aufzuzeichnen Ja, das ist ein interessantes Thema. Die Leute werden sich denken, was hat das mit Behinderung zu tun? Es hat sehr viel mit Behinderung zu tun. Jede Beziehung ist ja irgendwo der Start einer Freundschaft. Eine Freundschaft kann auch der Start einer Beziehung werden.

Es sind Themen, die alle Menschen begleiten und wo wir euch heute einfach ein wenig erzählen werden, wie es für uns im Leben so läuft damit. Schließt du dich einfach Freundschaften?

Silvia: Was heißt einfach? Ich glaube, das hängt vom Lebensabschnitt ab. Zumindest in meiner Jugend und in der Kindheit, habe ich mich diesbezüglich voll schwer getan. Es gab sehr wenige Freundschaften. Aber die, die ich hatte, waren sehr enge Freundschaften. Aber das typische, klischeehafte in der Gruppe sein und mit der Gruppe unterwegs sein, das habe ich in meiner Pubertät relativ wenig bis gar nicht erlebt. Ich muss sagen, je älter, je erwachsener ich geworden bin, desto leichter fällt es mir, Freundschaften zu schließen, die auch dann eine gute Basis haben und wo ein guter Austausch stattfindet. Was ist deine Erfahrung, Anna?

Anna: Für mich war es ähnlich. Ganz am Umfang ist es einfach, Freundschaften zu schließen. Man hat eine fixe Struktur. Man trifft sich im Kindergarten oder in der Schule. Man sitzt sowieso viele Stunden beieinander. Es gibt auch Teamarbeiten. Eine gewisse kollegiale, freundliche, freundschaftliche Beziehung entwickelt sich fast automatisch. Auch wenn es nicht automatisch ist, weil ich selbst schon Ausgrenzung in der Schule erlebt habe. Aber es war insgesamt in der Schulzeit einfacher. Bis ich in die Pubertät kam, da war es dann anders. Weil man vielleicht auch - zumindest war es für mich so - viele Selbstzweifel hat, versucht, eine eigene Identität herauszugestalten. Der Körper verändert sich. Der Körper ist vielleicht bei Menschen mit Behinderung oft auch anders.

Jeder hat eben seine Zeit, wie er sich entwickelt. Die Gruppendynamik hat mir - also von außen habe ich das nicht gezeigt. von außen hat man gedacht, ich bin voll in der Gruppe drin, mir passt es voll, dass sich drum herum auch als Pärchen entwickeln. Aber ich eben, wie man in Italienisch sagt, tenevo la candela oder das fünfte Rad am Wagen.

Aber innerlich hat das logisch viel mit gemacht. Es war allgemein schwierig, zu verstehen, wo ich in der Freundschaft stehe. Und als ich größer geworden bin, sind viele Freundschaften auch weggefallen, weil man sich eben nicht mehr regelmäßig in der Schule getroffen hat.

Ich glaube, das ist ein Thema, dass es nach der Schule, das habe ich auch von Freundinnen und Freunden mit Behinderung gehört, wo viele in die Einsamkeit fallen.

Silvia: Nach der Schulzeit, sagst du?

Anna: Ja, nach der Schule, wo sozusagen die Pflichttermine, die Pflichtschule fertig war, wo man sich dann nicht mehr jeden Tag getroffen hat. Da kommt dann viel Einsamkeit. Die einen gehen studieren, die anderen gehen zur Arbeit. Und es ist nicht mehr, dass 20 Gleichaltrige in einer Klasse sitzen, sondern man muss dann zu 20 einzelnen Menschen eine Beziehung aufrechterhalten. Und das kann gelingen und kann auch eine Herausforderung sein.

Silvia: Spannend, weil für mich war es eher umgekehrt. Also für mich war es eher schwierig, wie gesagt, als Kind vielleicht ist es noch gegangen, dann war ich unterwegs mit den Mitschülern und auf dem Pausenhof und so weiter. Aber so mit der Pubertät war es eigentlich immer weniger und ich hatte eigentlich eher das Gefühl, dass ich ja nicht mithalten kann unter Anführungszeichen, weil ich es dann nicht schaffe, an die Orte hinzukommen zum Teil, wo sich die Jugendlichen auch getroffen haben.

Und das habe ich eher als eine Ausgrenzung empfunden. Und ja , wie du sagst, die ganze körperliche Auseinandersetzung, die man halt hatte in der Pubertät.

Hingegen, wenn ich dann studieren gegangen bin und anschließend arbeiten, da haben sich für mich wieder so Freundschaften und Beziehungen entwickelt, wo ich punktuelle Kontakte geschlossen habe und diese aber versucht habe, aufrecht zu erhalten und auszubauen. Spannend, dass man das ganz anders erleben oder wahrnehmen kann.

Anna: Ja, auf jeden Fall. Es ist spannend, wie vielfältig wir eigentlich alle sind. Ich genieße jetzt auch, dass man weniger Freundschaften. Dafür aber mehr pflegen kann und es aber auch viele Freundschaften gibt, die von der Distanz leben und von wenig Kontakt.

Es gibt ja heutzutage so viele Möglichkeiten, im Kontakt zu bleiben, auch, wenn man sich nicht regelmäßig sieht. Ich bin ja damals von meiner Heimat auch weggezogen und habe viele liebe Menschen zurücklassen ...dürfen...müssen.

Hier mit allen den Kontakt zu halten, ist mir nicht mit allen gelungen, aber mit denen, wo es geklappt hat, habe ich mir einfach gedacht, da habe ich das Gefühl, auch

wenn man sich nicht oft sieht, vielleicht einmal oder zweimal im Jahr, das passt dann immer noch.

Und das finde ich auch an einer Freundschaft so spannend. Es ist ein bisschen wie in einer Beziehung. Also wenn es einfach passt, wenn der Deckel zum Topf passt, dann ist die Chemie immer wieder da, auch wenn man sich lange nicht sieht.

Silvia: Was sagst du, dass die Kommunikationsmedien, die wir heutzutage haben, die wir in unserer Jugend erst so langsam kennengelernt haben, sind die aus deiner Sicht ein Vorteil für Menschen mit Behinderungen, um in Kommunikation zu bleiben, um Freundschaften und Beziehungen zu pflegen? Oder was ist dein Gedanke dazu?

Anna: Schwierig, gell? Ich glaube, ein Mittelmaß ist immer gut. Ich muss sagen, meine Erkrankung ist ganz selten. Und die Kontakte, die ich auch im Internet machen konnte mit sozialen Medien, mit Frauen und Männern mit derselben Erkrankung in der ganzen Welt, die sind für mich sehr wertvoll. Auch mit einer Frau aus Australien habe ich viel geschrieben. Das war in der Zeit, als ich schwanger war, es war voll ein wichtiger Kontakt, weil sie es gleich erlebt hat wie ich. Und das war ein echter Kontakt und eine echte Freundschaft. Und das ist es immer noch, auch wenn es sich dann ein bisschen verloren hat. Und ich möchte es nicht missen.

Gleichzeitig bin ich froh, dass es auch Menschen gibt, die ich berühren kann, die ich zum Kaffee trinken treffe, die sich auf jedenfall realer anfühlen und sind. Weil sich ja auch in den sozialen Medien und allgemein im Internet vieles auch nicht ganz echt anfühlen kann zumindest.

Silvia: Ja Anna, wir haben es jetzt auch geschafft wieder einmal, uns zu treffen.

Unsere Freundschaft basiert ja auch ganz oft auf Kommunikation über Handy und Austausch über Telefon. Aber wenn wir es dann mal schaffen, dann haben wir es ganz wunderschön und genießen die Zeit voll miteinander. Jetzt warst du ja mit deinen Kinder einmal bei mir.

Es braucht dann nicht viel, um einfach gemeinsam Zeit zu verbringen und schöne Momente miteinander zu gestalten.

Anna: Einfach nur zusammen Freundinnen sein. Es ist deswegen eine Möglichkeit auch für Leute, die sich vielleicht zu schwach fühlen, um überhaupt nach draußen zu kommen, raus aus dem Haus oder am sozialen Leben teilzunehmen, hier ist nun mal ein Handy, das Internet, ein soziales Medium ein Glück und bietet die Möglichkeit, um in Kontakt zu bleiben. Oder mal eine Videotelefonie zu machen. Und andererseits ist es logisch auch einschränkend, wenn sich alles nur noch um das soziale Medium dreht.

Silvia: Ich empfinde es oft auch schwierig – und das wäre anders, wenn wir nicht alle ständig aufs Handy schauen würden – also ich empfinde es oft als schwierig, weil viele dann schreiben oder sagen, ja das machen wir dann mal spontan. Aber ich sage: Können wir bitte jetzt ausmachen, was wir morgen tun und wo wir uns treffen, damit ich mich organisieren kann. Das wird heutzutage oft so viel spontaner gemacht, aufgrund dieser Medien. Irgendwo kommt mir dann vor, ist jeder mit jedem in Kontakt und hat aber nicht die Zeit, sich für einen Kontakt wirklich die Zeit zu nehmen. Ich empfinde das oft als anstrengend.

Anna: Mhm. Das glaube ich dir. Ich merke, dass ich sehr wenig Spontanität habe und ganz viele Termine ausmache, auch mit Freundinnen, die ich wahrscheinlich vor zehn Jahren einfach angerufen hätte und gesagt hätte, wir gehen Kaffee trinken. Ohne zu sagen, übermorgen, vielleicht um dieser oder jener Zeit gehen wir Kaffee trinken.

Ich musste jetzt schmunzeln, als du das gesagt hast. Mein Sohn hat kein Handy noch und hat jetzt angefangen, alleine in unserem kleinen Dörfchen herumzugehen und spontan bei Freunden zu klingeln. Das war so spannend für mich, weil ansonsten sind sich oft nur zwei Termine die Woche ausgegangen, weil man hat mit Kindern ja auch viele andere Termine. Seit er alleine unterwegs ist, trifft er jeden Tag Freunde. Das ist voll schön. Da ist mir gleichzeitig auch bewusst geworden, dass das, was ich gerade als Mama erleben kann, für mich damals in dem gleichen Alter schwierig war, weil wenn ich hinausgehen wollte, hat mich meine Mama begleiten müssen, sie hat mich mit dem Auto fahren müssen oder mit dem Rollstuhl begleiten.

Die Zugänglichkeit zu Freundschaften ist schon im Kindesalter wichtig. Geburtstage, ja wenn ich denke an Geburtstage - ich bin bei einigen Geburtstagen einfach nicht

eingeladen worden in Schulzeiten, weil sich die Eltern der Kinder Gedanken gemacht haben, dass ihr Haus nicht zugänglich ist. Oder dass ich mich vielleicht bei ihnen daheim verletzen könnte und sie mich deswegen schon von vornherein ausgeschlossen haben, aus Angst, mich einzuladen.

Silvia: Die selbe Thematik kenne ich auch, dass oft Geburtstagsfeiern gemacht worden sind in der Kindheit, wo ich einfach nicht hingekommen bin und deswegen bin ich von vornherein gar nicht eingeladen worden. Oder auch im Erwachsenenalter, wo es passiert, dass es heißt, die Silvia schafft es eh nicht, sich zu organisieren, da sagen wir ihr am besten einfach gar nichts. Ich denke mir da, ihr könnt es mir ja trotzdem sagen und dann schaue ich, ob ich es hinbekomme.

Das ist sicher ein Thema, das mich mein Leben lang begleiten wird und wahrscheinlich viele andere Menschen mit Behinderungen auch. Es wird oft gar nicht gedacht, es wird irgendeine Feier organisiert und im Nachhinein fällt einem ein: Ja, scheiße, der Ort ist für die Silvia nicht zugänglich.

Anna: Mir fällt da eine Hochzeit ein. Eine Freundin hat ihre Hochzeitslocation schon seit immer in ihrem Kopf. Die Hochzeit ist noch nicht da, aber wenn der Tag dann kommt, dann habe ich für mich in meinem Kopf gedacht, ja, scheiße, jetzt eine Freundin mit Rollstuhl zu haben. Weil dann kann sich so ein Träumchen auch verfliegen, wo man sich das ganze Leben lang gedacht hat, das wäre die Location. Danach muss man halt schauen. Gibt es eine Möglichkeit, Zugänglichkeit zu schaffen? Wird die Hochzeit anders gefeiert mit der Freundin? Oder was auch immer. Das sind Gedanken, die sich die einzelnen Menschen machen müssen, wo auch eine Beziehung daran wachsen kann, aber auch daran zerbrechen kann. Und das wäre alles nicht, wenn Hochzeitsfeiern einfach zugänglich wären.

Silvia: Ich habe noch eine Frage zum Thema Freundschaft. Ich nehme es manchmal so wahr, dass von außen ganz oft davon ausgegangen wäre, dass ich mit jedem anderen Menschen mit Behinderung dieser Welt befreundet bin.

Ich weiß nicht, wie deine Erfahrung diesbezüglich ist, Anna, aber es kommt ab und zu mal jemand auf mich zu und sagt, ja, den und den kennst du ja wohl, mit dem bist du sicher gut befreundet. Und ihr werdet schon oft etwas miteinander unternehmen,

weil die Person hat ja auch die Eigenschaften, die ich auch habe. Und ich denke mir, na ja, es mag schon sein, dass die Person auch im Rollstuhl sitzt, aber das wäre es dann auch mit den Gemeinsamkeiten.

Oder ich kenne sie gar nicht einmal, das passiert mir auch. Also ich kenne sie nicht einmal vom Namen her, geschweige denn als Person. Ich finde es oft so spannend, dass viele Menschen auch davon ausgehen, dass wenn man eine Eigenschaft hat, dann muss man jeden mit der gleichen Eigenschaft kennen auf der Welt.

Findest du das auch, Anna? Geht es dir auch manchmal so?

Anna: Das geht mir auch so, wobei es tatsächlich auch so ist, dass in meiner Bubble von meiner Erkrankung wir uns tatsächlich ziemlich viel gegenseitig kennen, so italienweit und in Österreich und so.

Silvia: Ja, aber kennen heißt ja noch lange nicht, dass du mit denen alle befreundet bist, oder?

Anna: Genau, genau, das wollte ich gerade sagen. Und nur weil man das eine Merkmal hat - das finde ich einfach so spannend, weil für Menschen, die nicht eine Behinderung haben, die Behinderung selber so ein riesiges Merkmal ist.

Und für uns vielleicht ist eine Behinderung einfach nur ein Merkmal von vielen. So wie jemand eine Brille trägt, oder man weiß im Anschluss gar nicht mehr, ob der Mensch eigentlich Brille trägt. Ich kann bei viele Menschen nicht sagen, ob sie Brille tragen oder nicht, obwohl ich sie vielleicht jeden Tag sehe, bei Kolleginnen und so. Es ist einfach ein Merkmal von vielen, die Brille definiert nicht den Menschen. Und das Gleiche ist es bei der Behinderung.

Aber nichtbehinderte Menschen erleben es anders. Ich bin oft die Frau als Schmetterlingskind, die Frau mit EP. Also ich werde oft so definiert von Menschen ohne einer Erkrankung.

Ich gebe ihnen gar keine Schuld. Es ist einfach oft so traurig, wenn das das einzige Merkmal ist, das zurückbleibt.

Silvia: Das ist schon immer wieder spannend, weil es passiert mir immer wieder, dass ich von irgendjemandem gefragt werde, was hat die und die Person für eine Behinderung. Und ich antworte einfach, weiß ich nicht, interessiert mich nicht. Ich bin vielleicht befreundet mit der Person, vielleicht auch nicht. Aber ich weiß nicht genau, welche die Erkrankung von den Menschen ist. Interessiert mich bis zu einem gewissen Punkt. Aber das ist sicher nicht für mich die erste und die wichtigste Frage.

Ich werde auch danach fragen, aber nicht im ersten Moment. Ich denke oft, ich muss wissen, wo sind deine Grenzen, wo kann ich dich unterstützen, als Anna. Wo muss ich etwas mitdenken, wenn wir uns begegnen. Aber was genau, wie, wo, was, ist etwas, was mich nicht so..., wo ich es einfach spannend finde, dass es eine der ersten Fragen ist, die auch mir gestellt werden, über andere Menschen mit Behinderungen. Und wo ich wirklich oft sage, ich weiß es gar nicht, was genau das für eine Erkrankung ist.

Anna: Wenn die Freundschaft tiefer vergeht, also sagen wir so, über die Bekanntschaft hinaus, freue ich mich schon, muss ich sagen, wenn dann Fragen auch kommen zu meiner Erkrankung, aber nicht aus Neugier, sondern eben aus Verständnis, weil man will ja den anderen Menschen...man will ja verstehen, warum bin ich so.

Ich bin sehr organisiert, aber warum bin ich so extrem organisiert und fast Kontrollfreak-mäßig. Ja, weil es eben auch mit der Erkrankung zusammenhängt, wo ich nicht Zugang habe, wo ich ja Unterstützung brauche, wo ich ja Assistenz brauche, das heißt, viele Sachen denke ich in meinem Kopf voraus und das versteht man erst, wenn man auch versteht, wie die Erkrankung im Groben funktioniert.

Es muss nicht sein, dass meine Freundinnen oder Freunde sich komplett auskennen mit meiner Krankheit, das ist meins, so wie halt jeder nicht erzählt, wo er überall einen Pickel hat.

Was ich auch spannend finde, bei einer Partnerschaft, wünsche ich mir schon - obwohl ich nicht möchte, dass mein Partner auch meine Caregiver bin - möchte ich schon bzw. möchte ich die Sicherheit haben, es geht mehr um die Sicherheit, dass sich die Person mit der Erkrankung auskennt, damit keine Ängste zwischen der Beziehung stehen.

Und auch die Sicherheit, weil ich mir denke, wenn ich mal in Ohnmacht falle, zumindest eine Person, die weiß, was sie da zu den Sanitäter und Sanitäterinnen sagen muss. Deswegen ist es mir schon wichtig, dass zum Beispiel meine Partner sich

langsam dann – vielleicht nicht beim ersten Date - aber dann halt langsam mit dem auskennt und Freundschaften können sich ja weiterentwickeln, zu einer Beziehung. Und das ist sicher auch ein Thema, das ich mir in der Pubertät viel einfacher vorgestellt habe.

Ich habe mir gedacht, ja mit Jungs, da muss man halt dann Freundschaft erst entwickeln und dann geht das fließend über. Und da hatte ich zum ersten Mal auch das Gefühl, ich bin ganz anders. Ich weiß ja nicht, wie das funktioniert. Ich hatte ja nicht die Möglichkeit, das so zu üben wie andere, so ganz einfache Sachen oder einfach so Flirten. Das, was man vielleicht als Jugendliche in der Pubertät so ein bisschen - ja, üben kann. Oder auch, wie der Gabriel das letzte Mal in der letzten Folge gesagt hat, wie die Leute auf ihn unterschiedliche zugehen, ob er jetzt auf einem Barhocker sitzt oder im Rollstuhl.

Das sind alles Übungen irgendwo. Und das war nicht so eine leichte Challenge für mich. Gleichzeitig finde ich es wichtig, dass auch Menschen mit Behinderung die Möglichkeit haben, Freundschaften zu knüpfen, aber auch weiterzudenken. Auch sich einzugestehen, dass auch wenn es ein schwerer Weg ist, man auch Recht hat auf Beziehung. Jeder Mensch darf geliebt werden und darf auch das Recht haben, Liebeskummer zu haben. Und da nicht immer nur in Watte verpackt zu werden, damit ja auch niemand enttäuscht wird. Das gehört auch zum Erwachsenwerden dazu. Macht uns auch dann auch zu bewussteren Menschen vielleicht.

Silvia: Ja, ich habe manchmal das Gefühl, dass so viele in der Gesellschaft, Menschen mit Behinderung das einfach absprechen, dass man Freundschaften hat, dass man Beziehungen hat, dass man Sexualität hat. Ja, da sind wir noch in einem großen Tabuthema drin. Und viele haben sich mit dem gar noch nie auseinandergesetzt.

Und ich denke, da darf sich noch viel entwickeln, dass das einfach auch als Normalität gesehen wird, dass das ein Teil von jedem Menschen ist und sein wird.

Anna: Ja, denken wir mal, was man in der Pubertät auch tut, man entdeckt den eigenen Körper, man entdeckt ja, was einem vielleicht gefällt oder nicht gefällt, was einem gut tut. Auch für sich selber. Und da ist wichtig, dass man eine gewisse Intimsphäre kriegt, dass man auch von den Eltern, die vielleicht caregiver sind oder Hauptcaregiver, HauptpflegerInnen, dass man von ihnen auch den Platz als Jugendlicher bekommt, dass auch mal die Tür zugetan werden darf oder dass die Assistenz

sich auch zurücknimmt und man einen persönlichen Platz bekommt. Aber es ist eben ein schwieriges Thema, auch noch ein großes Tabuthema in Südtirol. Es gibt zum Glück ein paar gute Anlaufstellen.

Ja, eine wichtige Anlaufstelle ist in Südtirol, wie ich finde, LISEA, ein Projekt der Lebenshilfe, wo sich auch junge Menschen mit Behinderung hinwenden können und zusammen mit ExpertInnen ganz einfühlsam auf sich selber auch schauen können und den eigenen Körper schrittweise kennenlernen dürfen und darin auch begleitet werden. Das finde ich eine ganz, ganz wichtige Aufgabe und Möglichkeit, die hier gegeben wird.

Ja, wann warst du, Silvia, das erste Mal verliebt?

Silvia: In der Mittelschule würde ich sagen. Ja, es sind so die ersten Sprünge geflogen in alle Richtungen. Mhm. Und du?

Anna: Also in der Grundschule war ich in alle Jungs von meiner Klasse schon einmal verliebt. Ähm, das weiß ich, dass ich sie sogar alle ins Tagebuch geschrieben haben, also alle einmal durch. Es waren Mitschüler, es war nicht recht viel mehr, aber für mich waren sie alle voll schön. Und in der Mittelschule hingegen, da war nur der eine Special Guy und ich glaube auch, dass alle Mädchen von meiner Klasse in den Jungen verliebt waren.

Und, ähm, ja, voll spannend und voll schön, wenn ich so nachdenke, wie naiv und doch wie ehrlich das einfach war in dem Alter. Noch so ganz ohne weiterzudenken, ohne zu denken, mah, ich hab eine Behinderung oder, mah, der wird mich nicht mögen oder, das war einfach , den Moment so für sich selbst erleben, war schön.

Silvia: Ja, ich würde sagen, wir kommen langsam zum Abschluss und ich möchte eine Frage mitgeben, nämlich, vielleicht denkt ihr einfach alle einmal darüber nach, wie eure Freundschaften sich so entwickelt haben in eurem Leben und welche Freundschaften ihr jetzt aktuell pflegt und wie diese entstanden sind. Ich glaube, das ist ganz spannend, wenn man sich das einmal die Zeit nimmt, darüber zu reflektieren und nachzudenken. Und in diesem Sinne wünsche ich euch wundervolle Freundschaften und Beziehungen.

Macht es gut. Tschüss.

Anna: Macht's gut. Tschüss.