

<b>Zeitschrift:</b>	Fachzeitschrift Heim
<b>Herausgeber:</b>	Heimverband Schweiz
<b>Band:</b>	73 (2002)
<b>Heft:</b>	2
<b>Artikel:</b>	Freie Zeit = TV, Musik, Spielen ... : einige Gedanken zur Freizeit bei geistig behinderten Menschen
<b>Autor:</b>	Bonfranchi, Riccardo
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-813029">https://doi.org/10.5169/seals-813029</a>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 05.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Freie Zeit = TV, Musik, Spielen ...

# EINIGE GEDANKEN ZUR FREIZEIT BEI GEISTIG BEHINDERTEN MENSCHEN

Von Dr. Riccardo Bonfranchi

Zeit haben, freie Zeit haben, im Gegensatz zur gebundenen Zeit mit ihren Zweckbestimmungen oder zur abhängigen Zeit, die geprägt ist von Fremdbestimmung. Freie Zeit – Raum, um seine Bedürfnisse anzumelden. Doch welche Bedingungen herrschen bezüglich Freizeitbedürfnisse der behinderten Menschen? Von welchen Faktoren hängt das Freizeitverhalten behinderter Menschen ab? Dr. Riccardo Bonfranchi hat sich Gedanken ge-

## Der Begriff «Freizeit»

Das Substantiv «Freizeit» ist aus dem Eigenschaftswort «frei» und dem Hauptwort «Zeit» zusammengesetzt. Es geht auf die spätmittelalterlichen Rechtsbegriffe «freye-zeyt» und «frey zeit» zurück und bedeutete damals Marktfriedenszeit. Dabei geht es um freie Zeit im Sinne von Rechtsschutz.

In der Brockhaus-Enzyklopädie (Band 7, 1988, 640 ff.) wird Freizeit als Komplementärbegriff zu Arbeitszeit definiert. Freizeit soll selbstbestimmt und individuell selbstgestaltet sein. In der Geschichte der Freizeit wird in der Nachkriegszeit von vier Phasen ausgegangen:

Bis in die 50er Jahre hinein galt die Freizeit fast ausschließlich der Erholung von getaner und noch zu erledigender Arbeit.

Die 60er und 70er Jahre waren die Zeit des grossen Konsumgenusses, der in der Freizeit in ganz besonderem Massse ausgelebt werden konnte. Dies war vor allem mit Geldausgeben und sozialer Selbstdarstellung verbunden.

In den 80er Jahren galt das Interesse der Bevölkerung nicht mehr so der Bewältigung des Wohlstandskonsums, sondern verlagerte sich auf die Bedürfnisse des gemeinsamen Erlebens und der Entwicklung eines eigenen Lebensstils.

Diese hektische erlebnis- und aktionsorientierte Freizeitphase wurde von den eher musseorientierten 90er-Jahren abgelöst. Sie sind von dem Bedürfnis nach Ruhe und innerer Musse geprägt.

Das sind natürlich verallgemeinernde Aussagen, die sich auf die ganze Bevölkerung beziehen.

Schliessen wir diesen theoretisch-wissenschaftlichen Teil mit der heute gängigen Unterscheidung wie Freizeit definiert wird:

Man spricht heute nicht mehr von der Trennung von Arbeit und Freizeit, sondern von Lebenszeit, die durch mehr oder minder grosse Dispositionsfreiheit und Entscheidungskompetenz charakterisiert ist. Je nach vorhandenem Grad an freier Verfügbarkeit über Zeit und entsprechender Wahl-, Entscheidungs- und Handlungsfreiheit lässt sich die gesamte Lebenszeit als Einheit von drei Zeitschnitten kennzeichnen:

1. Der frei verfügbaren, einteilbaren und selbstbestimmmbaren Dispositionsfreizeit (= Freie Zeit – Hauptkennzeichen Selbstbestimmung: Ferien, Hobby)

2. Der verpflichtenden, bindenden und verbindlichen Obligationenzeit (= Gebundene Zeit – Hauptkennzeichen Zweckbestimmung: Essen, Schlafen, Einkaufen, Behördengänge)

3. Der festgelegten, fremdbestimmten und abhängigen Determinationszeit (= Abhängige Zeit – Hauptkennzeichen Fremdbestimmung: Arbeit, Krankheit)

## Bedingungen für die Freizeit behinderter Menschen

Betrachten wir nun welche Bedingungen bei behinderten Menschen in Bezug auf ihre Freizeitbedürfnisse herrschen. Die folgende Tabelle zeigt die Bedürfnisse, die man allgemein betrachtet mit freier,

Bedürfnisse	Bedürfnis nach ...	Benachteiligung bei behinderten Menschen
1. Rekreation	Erholung, Ruhe, Wohlbefinden, angenehmes Körpergefühl	Abhängigkeit von anderen Menschen (Rückzugsmöglichkeit, Lageveränderung, Zeiteinteilung, Körperpflege)
2. Kompensation	Ausgleich, Ablenkung und Vergnügen	Mangelnde Mobilität durch nicht behindertengerechte Umwelt, ungenügende Freizeitangebote
3. Edukation	Kennenlernen, Weiter- und Umlernen in versch. sachlichen und sozialen Handlungsebenen	Geringes Angebot, wenig Auswahl
4. Kontemplation	Selbsterfahrung und Selbstfindung	Abhängigkeit von Bezugspersonen, Bevormundung, Isolation unter seinesgleichen
5. Kommunikation	Mitteilung, vielfältige soziale Beziehungen, Geselligkeit	Rückgang des Kommunikationsbedürfnisses durch Frustration und unverstehen fühlen
6. Integration	Zusammensein, Gemeinschaftsbezug und soziale Stabilität	Wechsel der Bezugspersonen oder Bezugsgruppen ohne Berücksichtigung der persönlichen Interessen
7. Partizipation	Beteiligung, Mitbestimmung und Engagement	Fremdbestimmung, Entscheidung von Stellvertretungen
8. Enkulturation	Kreative Entfaltung, produktive Betätigung, Teilnahme am kulturellen Leben	Eingeschränkte Möglichkeiten, kulturelle Angebote häufig nicht behindertengerecht

selbstverfügbarer Zeit zu befriedigen versucht bzw. die möglichen Einschränkungen bei behinderten Menschen.

Besonders gravierende Benachteiligungen ergeben sich aufgrund der vorherrschenden desintegrativen Verhältnisse im Bereich gesellschaftlicher Institutionen. D.h. je enger die Umgebung, desto eher ist Partizipation möglich, je mehr die Freizeitangebote in der weiteren Umgebung (inhaltlich wie räumlich) zu finden sind, desto schwieriger wird es für behinderte Menschen daran teilzunehmen.

### Wie sieht nun die Freizeitsituation bei behinderten Menschen aus?

Ich gehe grundsätzlich davon aus, dass behinderte Menschen die gleichen Bedürfnisse haben wie nicht-behinderte Menschen. Doch aufgrund von Art und Schweregrad der Behinderung ergeben sich manchmal ganz andere Probleme bei der Freizeitbewältigung. Das soll nicht wegdiskutiert werden. Stark auf Hilfen, Betreuung, Pflege und Anleitung angewiesene Menschen, wie dies geistig behinderte Menschen manchmal sind, haben Einbussen in der Quantität wie in der Qualität bei der Befriedigung ihrer Freizeitbedürfnisse hinzunehmen! Leider liegen zur Freizeitsituation und dem Freizeitverhalten von geistig behinderten Menschen kaum empirische Befunde vor.

Eine schon etwas ältere Untersuchung (Pohl 1982) zeigt die Freizeitaktivitäten von geistig behinderten Menschen in der folgenden Reihenfolge, es wird dabei nicht nach Alter unterschieden:

1. Fernsehen
2. Musik hören



Sabine (im Rollstuhl) ist glücklich, wenn sie malen kann.

Fotos Arthur Dietiker, Brugg

3. Spielen, und zwar allein mit Puzzles, Stechspielen, Puppen usw.
4. Ausflüge machen und spazieren gehen
5. Arbeiten im Haus
6. Bilder betrachten in Büchern, Illustrierten und Katalogen
7. Teilnahme an Freizeitangeboten
8. Bilder ausschneiden und sammeln
9. Spiele mit anderen (Gesellschaftsspiele, Ballspiele)
10. Fussball spielen
11. Fahrrad fahren
12. Zeichnen und Abschreiben
13. Mit Tieren spielen
14. Tanzen
15. Kaffeetrinken und unterhalten
16. Die Umwelt beobachten
17. Handarbeiten

18. Schwimmen, Gymnastik
19. Allein spielen
20. Stereotype Handlungen

### Freizeit und Familie

Etwa zwei Drittel unserer gesamten Zeit verwenden wir für Freizeitaktivitäten in der Familie und im häuslichen Umfeld. Ausserhäusliches Freizeitverhalten bedeutet nicht notwendigerweise eine Trennung von der Familie. Viele Freizeitaktivitäten, die ausser Haus durchgeführt werden, setzen die Zugänglichkeit und das Vorhandensein von Freizeiteinrichtungen voraus und sind nicht selten eine sinnvolle, oft altersangemessene und entwicklungslogische Fortsetzung des familiären Freizeitverhaltens. Der häusliche und der wohnortnahe Bereich sowie die familiäre Situation spielen demnach für das Freizeitverhalten eine grosse Rolle. Für Menschen, deren Bewegung, Mobilität und Kommunikation infolge einer Behinderung eingeschränkt ist und die dauerhaft auf die Hilfe anderer Personen angewiesen sind, hat die Familie ein noch grösseres Gewicht. Die Familie hat eine kompensatorische und entlastende Funktion. Nicht selten spielt sich ein grosser Teil der Freizeit behinderter Kinder und Jugendlicher in der Wohnung der Eltern bzw. im unmittelbaren häuslichen Umfeld ab.

### Das Freizeitverhalten behinderter Kinder hängt von folgenden Faktoren ab:

1. Von den Ressourcen der Eltern, die sie neben Pflege, Betreuung, Versorgung



Brigitte informiert sich am Fernseher, was in der grossen weiten Welt so alles läuft.

und Assistenz für gemeinsame Freizeitgestaltung aufwenden können.

2. Von dem, was die Eltern zuhause dauerhaft arrangiert und an rehabilitativen Hilfsmitteln akquiriert und anschafft haben, damit das behinderte Kind ohne grösseren Aufwand allein und maximal selbständig seine Freizeit gestalten kann.

3. Von den Freizeitinteressen und Gewohnheiten der Eltern selbst.

4. Davon, was Eltern, Verwandte und Freunde als Freizeitpartner zusätzlich an gelegentlichen Freizeitbeschäftigungen anbieten und möglich machen können (z.B. Ausflüge, Schlittenfahren, Minigolf spielen, Sportveranstaltungen besuchen).

5. Von den Freizeitangeboten, die von aussen organisiert, betreut werden, in Form von kontinuierlichen Angeboten oder Einzelveranstaltungen, die außerhalb des Wohnbereichs stattfinden und allgemein Behinderten zur Nutzung offen stehen (Freizeitclub, Behindertensportgruppen, Jugendgruppen, Vereine, Kirchengemeinden usw.).

*Andererseits verändern die Bedürfnisse eines behinderten Kindes sicherlich auch das Freizeitverhalten der Eltern.*

Die Eltern stellen häufig eine behindertengerechte Palette an Freizeitangeboten zur Verfügung. Solche Angebote können leider immer weniger gegen den Medienkonsum konkurrieren. Eltern behinderter Kinder stehen natürlich wie andere Eltern in der Versuchung,

dem Angebot der Medien nachzugeben. Sie stellen fest, dass die Medien eine angenehme und besonders leicht zugängliche moderne Form von Babysitting darstellen, die ihnen wichtige Freiräume für die Befriedigung eigener Bedürfnisse verschafft.

Der Medienkonsum (Fernsehen, Video, Radio, Walkman, Game-boy, Computerspiele) nimmt für behinderte wie nicht-behinderte Kinder und Jugendliche eine herausragende Stellung unter den Freizeitangeboten ein.

Die leichte Erreichbarkeit und der Bedienungskomfort kommt Behinderten entgegen und steht in einem Missverhältnis zu vielen anderen, sicher sinnvoller bewerteten Freizeitbeschäftigungen. Es muss aber auch gesagt werden, dass es falsch wäre, die neuen Medien ausschliesslich mit negativen Etiketten wie z.B. anspruchslos, niveaulos, inhaltsleer, sinnentfremdend, verführerisch, süchtig machend, schädlich usw. in Verbindung zu bringen. Medien sind zu einem festen Bestandteil unserer Welt geworden, ihre Existenz zu leugnen ändert an der Realität nichts. Halten wir noch einmal fest:

Einen grossen Teil ihrer freien Zeit verbringen behinderte Kinder im Kreise ihrer Familien, die damit vielschichtige und komplexe Anforderungen zu bewältigen haben. Hier erweisen sich familienentlastende Dienste, Selbsthilfegruppen und ähnliches als sehr hilfreich und unterstützend. Meiner Ansicht nach kommt diesem Punkt besondere Bedeutung zu.



Thomas und Stefan beim «Töggeln».

Welche Empfehlungen kann ich zum Abschluss meiner Ausführungen geben:

1. Eltern sollten in Bezug auf die Freizeitgestaltung ihrer Kinder aktiv sein. Aber nicht in der Art und Weise, dass sie die gesamte Freizeit für das Kind organisieren. Ich glaube nämlich, dass sie das nicht schaffen können und ein Ausbrünen die Folge davon sein kann. Ihre eigene Freizeit bleibt auf der Strecke.

2. Eltern sollten sich zusammenschliessen, die Freizeit ihrer Kinder gemeinsam zu planen. Sie können sich in der Freizeitplanung und -gestaltung abwechseln. Vielleicht kann ja auch ein behindertes Kind einmal bei einem Freund/Freundin übernachten und umgekehrt.

3. Eltern sollten das Thema der Freizeit innerhalb ihrer insieme-Regionalgruppe thematisieren.

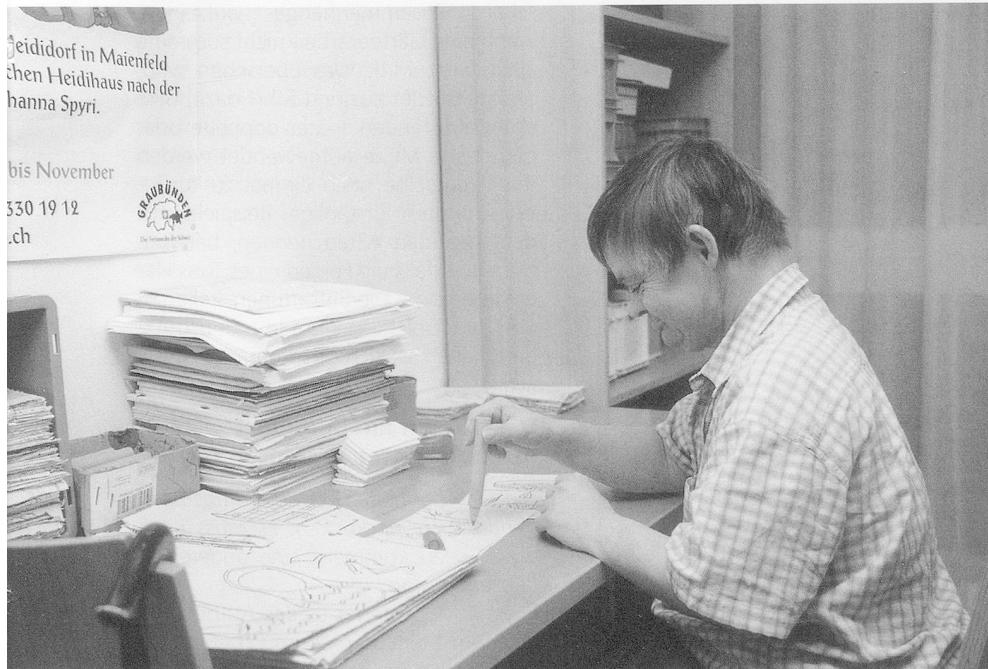
4. Eltern sollten sich nach dem in ihrer Nähe sich befindlichen Entlastungsdienst umsehen und diesen auch benützen. Eltern sollten ihn in regelmässigen Abständen für ihre eigene Freizeitgestaltung (Psychohygiene) einplanen.

5. Eltern sollten durch eigene Aktivitäten innerhalb der Familien den Anteil der elektronischen Spiele senken. Alternativen kreieren.

6. Eltern sollten sich die Anschaffung eines Haustieres überlegen. Das kann auch ein Aquarium sein. Natürlich sollte ein Haustier die eigene Freizeit nicht noch mehr einschränken. Deshalb muss diese Anschaffung gut überlegt sein.

7. Eltern sollten ihre Fühler auch in Richtung Integration ausstrecken. Kontakt aufnahme auch mit den Sportvereinen (Musikschule?) vor Ort. Eltern sollten aktiv auf die Trainer zugehen und fragen, ob ihr (behindertes) Kind mitmachen kann.

8. Das Thema Freizeit bei geistig behinderten Menschen, insbesondere Kindern, muss öffentlich diskutiert werden.



Peter macht «Büroarbeiten» – da ist er in seinem Element.