Inhalt

Vorwort – Mit Mut unser Leben selbstbestimmt gestalten 9

I Wer sind Menschen mit Behinderung? 13

II Veränderungen im Umgang mit Menschen mit Behinderung 23

III Meine Geschichte 31

Meine Eltern und meine Geburt 31
Meine Behinderung 34
Kindheit und Jugend 37
Meine Erziehung *38*
Schulische Entwicklung *39*
Die Schatten des Nationalsozialismus *41*
Zurückweisungen in der Pubertät *44*
Das Autofahren lernen *46*
Studium und Beruf 47
Berufsausbildung und Studienbeginn *47*
Studium versus »Banker« als sicherer Job *51*
Lessons Learnt 52
Erfahrungen aus meiner Kindheit und Jugendzeit mit Anregungen zum Bessermachen 58
Die Schnürsenkel-Challenge *59*
Fehlende Rückendeckung *61*
Das Dilemma mit der Armprothese *63*
Hänseleien auf dem Schulhof *66*
Das Erlernen von Radfahren und Schwimmen *67*
»Bonding Time« *71*
Der Kurzstreckenlauf *73*
Alpines Skifahren *74*
Das Erlernen von Ballsportarten *77*
Begeisterung für Modelleisenbahnen *79*
Tischfußball war mein Ein und Alles *81*

Persönliche Erfahrungen mit meiner Behinderung im Beruf und Empfehlungen 82
Behinderungsspezifische Erfahrungen bei den Bewerbungsgesprächen 84
Verschleiern des Offensichtlichen 88
Behinderung gleich Minderleistung? 92
Im Rampenlicht 94
Die verspätete Beförderung 95
Ist es eine Schwäche, sich helfen zu lassen? 99
Die Herausforderung bei der Dienstwagenbestellung 101
Sieg der Besonnenheit 104
Über den eigenen Schatten springen 107
Die Halbmarathon-Challenge 111
Der schüchterne Redner 114

IV Ausblick auf zukünftige Entwicklungen und Chancen für Menschen mit Behinderung in der Berufswelt 117

Statistische Daten zum Anteil von Menschen mit Behinderung auf dem Arbeitsmarkt 118
Wie ist es derzeit um die Integration von Menschen mit Behinderung in die Arbeitswelt bestellt? 119
Chancengleichheit? 124
Gesetzliche Rahmenbedingungen und spezifische Nachteile bei der Integration von Menschen mit Behinderung in den Arbeitsmarkt 124
Ruf nach Veränderungen 127
1. Staatliche Regelungen und gesellschaftlicher Wandel 127
2. Unternehmen 134
3. Eltern und andere Bezugspersonen 140
4. Der Mensch mit Behinderung selbst 148
Zusammenfassung 153
Meine Vision von der Zukunft 156

Nachwort – Der Weg zur vollständigen Teilhabe ist noch lang 159