

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	5
----------------	---

## **1. Wissenschaftliche Hintergründe und Geschichte hinter Ableismus**

Able-Was? – Unterschied zwischen Ableismus und Behindertenfeindlichkeit	8
Nicht normal? – Ableismus macht behinderte Menschen zu den ›Anderen‹	12
Historische Hintergründe über Behinderung	16
Die Macht und Kultur hinter Sprache	23
Sichtweisen auf Behinderung seitens der Gesellschaft	33

## **2. Phänomene, Stereotype, Sichtweisen von Alltagsableismus**

Mikroaggressionen und Sphären von Ableismus	39
Stigmatisierung oder der Elefant im Raum	41
Distanzlosigkeit	43
Inspiration Porn	47
Pity Porn	51
Reduktion auf Dinge, die ein Mensch nicht kann	52
Aggressive Ablehnung und Entmenschlichung	54
Abschottung von der Außenwelt	58
Ignoranz der Lebenswelt und Erfahrungen behinderter Menschen	60
Überbetonung, Bewunderung	64

### **3. Auswirkungen von Ableismus im Alltag**

Internalisierter Ableismus und gesellschaftliche  
Erwartungen an behinderte Menschen 65

Warum Ableismus auch für nichtbehinderte Menschen  
schlecht ist und wie er ihre Lebenswelt betrifft 72

Tipps für den Erstkontakt mit behinderten Menschen 73

Was bedeutet *Nondisabled Privilege* 77

**Ausblick: *Disability Pride* und *Culture* –  
Behinderung als Identität 84**

**Literaturverzeichnis 87**