

Discriminatie van mensen met een verstandelijke beperking: Hoe kunnen we dat verminderen?

Een onderzoek van Movisie naar het verminderen van vooroordelen
en discriminatie van mensen met een verstandelijke beperking



Dit staat in het rapport

Mensen met een verstandelijke beperking hebben te maken met vooroordelen en discriminatie. Dit merken zij in persoonlijk contact met anderen. Maar ook omdat zij uitgesloten worden door instanties en werkgevers.

Discrimineren van mensen met een beperking heet validisme.

Movisie heeft onderzocht hoe validisme van mensen met een verstandelijke beperking minder kan worden. De resultaten van het onderzoek staan in dit rapport.

Uitleg van woorden in het onderzoek

Validisme

Validisme is het stigmatiseren, uitsluiten en discrimineren van mensen met een beperking.

Discrimineren

Discrimineren is de ongelijke behandeling van mensen die bij een bepaalde groep horen. Bijvoorbeeld: openbare gebouwen moeten toegankelijk zijn voor iedereen. Mensen die niet in het gebouw kunnen komen omdat zij een rolstoel gebruiken, worden gediscrimineerd.

Vooroordelen

Vooroordelen zijn negatieve gevoelens over groepen mensen.

Als iemand vooroordelen heeft over bijvoorbeeld vrouwen, is de kans groter dat die persoon vrouwen discrimineert.

Stereotypen

Als je op een overdreven manier denkt over groepen mensen, denk je in stereotypen.

Het is bijvoorbeeld een stereotype om te denken dat alle Nederlanders klompen dragen. Of dat huisartsen een slecht handschrift hebben. Of dat Amsterdammers met bakfietsen rijden.

Stigmatiseren

Stigmatiseren is op een negatieve manier naar mensen kijken. Als je in negatieve stereotypen denkt, dan stigmatiseer je.

Het onderzoek

Er zijn al veel onderzoeken gedaan naar het verminderen van verschillende vormen van discriminatie. Movisie heeft 120 van die onderzoeken gelezen. Daarna hebben we de volgende vraag beantwoord: wat kun je doen om discriminatie van mensen met een verstandelijke beperking te verminderen?

Verschillende manieren

Movisie heeft gekeken naar 6 verschillende manieren om discriminatie van mensen met een verstandelijke beperking te verminderen.

Sommige manieren werken goed en andere manieren minder goed.

Soms werkt een manier wel bij volwassenen en niet bij kinderen. Of andersom.

Hieronder beschrijven we de 6 manieren.



Deze personen hebben een verstandelijke beperking. Zij brengen de 6 manieren in beeld om discriminatie te verminderen.

1. Positieve ontmoetingen

Vooroordelen over mensen kunnen minder worden als je hen leert kennen.

Bij een positieve ontmoeting doe je iets met een andere persoon waar je allebei een goed gevoel van krijgt. Je bouwt samen een band op.

Zo krijg je een positiever beeld van de andere persoon.

Als die persoon bij een bepaalde groep mensen hoort, denk je positiever over de hele groep.



Wanneer werkt deze manier om discriminatie te verminderen?

Positieve ontmoetingen werken goed bij volwassenen en kinderen.

Er zijn een paar punten belangrijk voor een positieve ontmoeting.

Deze punten helpen mensen om met elkaar een band op te bouwen:

- Het helpt als mensen een groot zelfvertrouwen hebben.
Mensen met een groot zelfvertrouwen hebben positievere gedachten over hun eigen leven. En over mensen met een verstandelijke beperking.
Mensen met zelfvertrouwen kunnen makkelijker een positieve ontmoeting hebben.
- Het is belangrijk dat mensen in het contact gelijkwaardig zijn aan elkaar.
Het is voor kinderen beter om met elkaar contact te hebben zonder de begeleiding van een volwassene.

- Mensen kunnen elkaar beter leren kennen als zij vaker contact hebben met elkaar. Hierdoor kunnen goede en positieve banden ontstaan, zelfs vriendschap.
- Het moet duidelijk zijn dat de persoon waarmee iemand een band opbouwt, een verstandelijke beperking heeft. Want als je weet dat iemand een verstandelijke beperking heeft, kunnen je vooroordelen daarover minder worden.

Bij een mix van deze punten, werkt een positief contact het best om discriminatie te verminderen.

2. Indirecte vormen van contact

Als je iemand ontmoet, heb je direct contact.

Als je iemand op televisie ziet, of leert kennen in een verhaal, dan heb je indirect contact.

Ken je iemand die een vriend met een verstandelijke beperking heeft? En praat die vriend wel eens over de vriend met de verstandelijke beperking? Dat is ook een indirecte vorm van contact.



Wanneer werkt deze manier om discriminatie te verminderen?

Indirecte vormen van contact werken goed bij volwassenen en kinderen.

Het is belangrijk dat mensen denken dat het echt is wat ze bijvoorbeeld op televisie zien. Mensen kunnen zich dan beter inleven in iemand met een verstandelijke beperking.

Een acteur in een televisieserie moet in het echte leven ook een verstandelijke beperking hebben.

En een documentaire over echte mensen is nog beter dan een televisieserie.

Media kunnen het best positieve foto's en filmpjes van mensen met een verstandelijke beperking laten zien. Dat zij mensen zijn die dezelfde wensen hebben als ieder ander. Het is beter om geen medelijden op te wekken, want daar wordt discriminatie niet minder van.

Het helpt ook als media laten zien dat mensen worden uitgesloten.

Bijvoorbeeld dat kinderen niet mee mogen spelen met andere kinderen.

Of dat mensen geen werk krijgen, terwijl ze dat wel zouden kunnen doen.

De media moeten niet zeggen dat mensen niet mogen discrimineren.

Als je iemand vertelt dat hij iets niet mag doen, dan vindt hij dat niet leuk. Dan gaat iemand zich verzetten en misschien juist meer discrimineren.

De media kunnen beter gewoon laten zien dat discriminatie bestaat.

3. Denkbeeldig contact

Bij denkbeeldig contact bedenk je dat je een goede en leuke ontmoeting hebt met iemand die anders is dan jij en dat jullie samen iets doen. Dan kunnen je vooroordelen over deze persoon minder worden.



Wanneer werkt deze manier om discriminatie te verminderen?

Het denken aan een positieve ontmoeting werkt goed bij volwassenen en kinderen. Bij kinderen werkt denkbeeldig contact het beste als zij ook meer leren over verstandelijke beperkingen.

4. Inleven en meevoelen

Stel je voor hoe het leven van iemand anders is en hoe een ander dingen ervaart. Dit noemen we inleven.

Als het lukt om je in te leven in iemand anders, kun je beter meevoelen met die persoon. Als je je meer inleeft en meevoelt, worden vooroordelen en discriminatie minder.



Wanneer werkt deze manier om discriminatie te verminderen?

Het helpt als mensen elkaar als gelijkwaardig zien. Dat zij zich voorstellen dat anderen dezelfde gevoelens en wensen hebben als zichzelf. En dat zij ook zien dat mensen met een verstandelijke beperking andere behoeften hebben.

Mensen zijn gelijkwaardig maar niet hetzelfde.

Juist voor mensen met een verstandelijke beperking is het belangrijk dat anderen de verschillen zien. Zij hebben namelijk soms meer hulp nodig dan mensen zonder verstandelijke beperking.

5. Sociale normen

Sociale normen zijn afspraken tussen mensen in een groep.

Soms zijn het duidelijke afspraken. Bijvoorbeeld de afspraak dat je op tijd op je werk komt. Maar sociale normen zijn niet altijd duidelijk.

Sociale normen zitten soms in je gedachten. Je denkt dat andere mensen iets goed of slecht vinden. Of dat andere mensen iets doen om bij een groep te horen.

Zo kun je vooroordelen overnemen van de groep.

Maar het kan ook zijn dat je juist vooroordelen afwijst. Dat je het er niet mee eens bent.



Wanneer werkt deze manier om discriminatie te verminderen?

Sociale normen werken waarschijnlijk bij volwassenen en kinderen.

Het helpt het als een bekend of belangrijk persoon van de groep zegt dat discriminatie niet oké is. Zoals leraren op school en leidinggevenden op het werk.

Het helpt ook als de sociale norm in de wet staat.

Je zegt dan als samenleving: zó gaan we met elkaar om.

Het is dan makkelijker voor mensen om zich daaraan te houden.

6. Kennis en onderwijs

Meer kennis over mensen met een beperking zorgt voor minder vooroordelen en discriminatie.



Wanneer werkt deze manier om discriminatie te verminderen?

Meer kennis en onderwijs werkt bij volwassenen en ook bij kinderen en jongeren.

Het is belangrijk dat kinderen lange tijd les krijgen over mensen met een beperking. En dat bij het lesgeven ook contact is met iemand met een verstandelijke beperking.

Ook is het belangrijk om te leren wat de beperking voor de ander betekent. Kinderen en volwassenen kunnen zo leren wat iemand niet kan. Maar vooral ook wat iemand met een beperking wél kan.

Als mensen zonder beperking rekening kunnen houden met de beperking van iemand anders, zullen zij minder discrimineren.

Dit hebben we geleerd van het onderzoek

Als je discriminatie wilt verminderen, werken verschillende manieren goed. Er zijn manieren die beter werken bij volwassenen dan bij kinderen. En andersom. Voor sommige manieren zijn er meer onderzoeken nodig. Om zeker te weten of die manieren echt werken om discriminatie te verminderen.

De punten uit het onderzoek nog eens onder elkaar

1. Echte en positieve ontmoetingen werken goed om discriminatie te verminderen. Dit is voor volwassenen en voor kinderen zo.
2. Films en andere media helpen om discriminatie te verminderen. Als volwassenen iemand met een verstandelijke beperking via media leren kennen, verdwijnen hun vooroordelen. Voor kinderen is dit nog niet duidelijk uit onderzoek gekomen. Er is meer onderzoek nodig.
3. Volwassenen en kinderen die d nken aan een positieve ontmoeting discrimineren minder en hadden minder vooroordelen. Dit is uit 1 onderzoek duidelijk geworden. Bij kinderen werkte dit denkbeeldig contact goed als zij ook leren over mensen met een verstandelijke beperking. Er zijn ook hier meer onderzoeken nodig.
4. Nog niet goed onderzocht is of je inleven in een ander werkt om discriminatie te verminderen. Wel konden kinderen door verhalen en toneelspelen leren om zich in te leven in mensen met een verstandelijke beperking. Dit hielp om discriminatie te verminderen. Er zijn meer onderzoeken nodig.
5. Sociale normen werken waarschijnlijk om discriminatie te verminderen. Het lijkt erop dat het helpt als een belangrijk persoon vertelt wat de normen zijn. Het helpt ook als een norm in een wet staat. Maar er is meer onderzoek nodig.
6. Het is zeker zo dat kennis en onderwijs helpen om discriminatie van mensen met een verstandelijke beperking te verminderen. Maar alleen als je hierbij ook echt contact hebt met iemand met een verstandelijke beperking. En als je lange tijd les krijgt.

Colofon

Dit is een vereenvoudigde versie van het onderzoeksrapport 'Validisme aanpakken ten aanzien van mensen met een verstandelijke beperking', van de auteurs Helen Fitzpatrick, Hanneke Felten en Caroline Harnacke.

Uitgave: Movisie, kennis en aanpak van sociale vraagstukken.
Hertaling en illustraties: Buro Opaal

Utrecht, juni 2023.

