

Sociale toegankelijkheid in activisme



&
het gebruik van
vooroordelen

De afgelopen jaren heb ik workshops gegeven over rolstoel gebruik in activisme, je hebt nu het pamflet met de basis informatie uit die praatjes in handen. Ik ben een activist die op een rolstoel rijdt, ik schrijf in het Nederlands omdat er al veel teksten in het Engels zijn, en zoveel mogelijk in dagelijkse taal voor toegankelijk lezen in een lettertype wat ik fijn vind. opendyslexic.org biedt een betere aan, maar deze vind ik prettiger.



Ik rij niet in een rolstoel maar op een rolstoel. Beeldvorming is belangrijk, als ik denk aan een rolstoel waar ik in zit is dat mijn eerste duwrolstoel met tafelblad van toen ik in revalidatie nog hulp nodig had bij het opstaan. Sinds 2012 heb ik een handbewogen rolstoel, ik heb een hekel aan geduwd worden omdat ik alle autonomie verlies, liever kost het me wat moeite dan dat alles voor me wordt bepaald. Ik heb een hekel aan het oude toegankelijkheid logo wat een passief persoon in een rolstoel weer geeft die zit te wachten tot die wordt gered.

Daarom ben ik blij met de mensen van <https://accessibleicon.org/>

Die hebben een actief logo ontworpen wat nu de norm aan het worden is, met een rolstoeler die zelf controle heeft over diens beweging en niet afwacht. Als je naar de positie van de persoon in de beide afbeeldingen kijkt zie je dat in de bovenste de persoon in de stoel zit tussen de wielen met het hoofd recht boven de romp, dit is een stabiele, afwachende houding. De andere rolstoeler zit op de wielen en heeft het hoofd voor de romp, daar volgt de rolstoel en het lijf het hoofd.

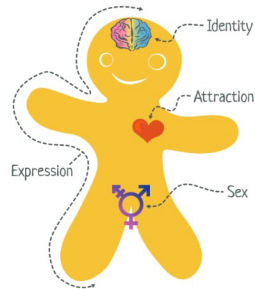


Er is veel overlap tussen de vervelende behandeling van mensen die als vrouw worden gezien, mensen die als gehandicapt worden gezien en mensen die er anders uitzien. In het boek *Validisme En Gender* wordt dit duidelijk omschreven

Om enige structuur te hebben doe ik mijn verhaal aan de hand van de afbeeldingen die ik tijdens mijn praatje gebruik. Deze zijn te vinden op: <https://fakkelp Kemp.nl/zine/slides/>

genderbread Person
 micro aggressie/ lepel theorie
 drama/winnaar driehoek
 stress reactie
 lol met rolstoel rijden

The Genderbread Person v4 by its pronounced **metrosexual**



⊖ means a lack of whetls on the right side



De Genderbread person gebruik ik om persoonlijk voornaamwoorden te bespreken. Je kan niet aan de buitenkant van een persoon zien wat diens voorkeur aanspreekvorm is (net zoals je niet kan zien wat iemands handicap is en of die hulp wil). Om mensen welkom te laten voelen is het prettig om geen geslacht toe te kennen aan een persoon tot je om de voorkeur hebt gevraagd. Er zijn verschillende relevante aspecten, hoe iemand zich uit, gedraagt en kleed. Hoe die zich voelt en wat de sekse van het lichaam is. Die hoeven niet overeen te komen. Ik ben agender maar vind het niet belangrijk, alle aanspreekvormen zijn goed. Met mijn baard ben ik het gewend als mannelijk gezien te worden, maar je kan me ook als onbekend (die) of onzijdig (hen/hun) of als vrouwelijk. Ik heb er geen direct gevoel bij, hoe is dat bij jou? En bij anderen in je omgeving?

Op de afbeelding over micro agressie en de lepel theorie staat vooral veel tekst, hier kan je die vinden:

<https://fakkelplemp.nl/zine/slides/spoon.pdf>

de lepel theorie is gebaseerd op een artikel van iemand met chronische pijn die lepels gebruikt als eenheid van energie om uit te leggen dat die niet altijd energie voor sociale activiteiten heeft omdat de lepels opgebruikt zijn voor andere taken en met een lijf wat anders functioneert is het niet altijd voorspelbaar hoeveel energie of lepels er die dag beschikbaar zullen zijn. Waardoor er afspraken afgezegd moeten worden. Ik vind het niet prettig om lepel als eufemisme voor energie te gebruiken, normale mensen voelen zich vaak niet op hun gemak als ze merken dat ze bevoorrecht zijn. Daarom is het makkelijker om over lepels te praten. Maar ondertussen is er een subcultuur ontstaan rond de theorie waar mensen met minder energie zich verzamelen onder de term spoonie.

Er zijn andere soorten bestek bij betrokken geraakt.

Als ik geen energie meer heb om aardig te doen tegen irritante mensen kan ik onverwacht heftig over komen.

Regelmatige kleine beledigingen vreten mijn energie op tot ik uitval tegen iemand die niet eens grof is. Die kleine beledigingen noemen we microagressies en zijn op zichzelf niet vervelend genoeg om iets

van te zeggen maar als je constant door muggen wordt geprikt kan je onredelijk uitvallen bij de zoveelste steek.

Hier is een mooie YouTube video over genaamd:

How microaggressions are like mosquito bites.

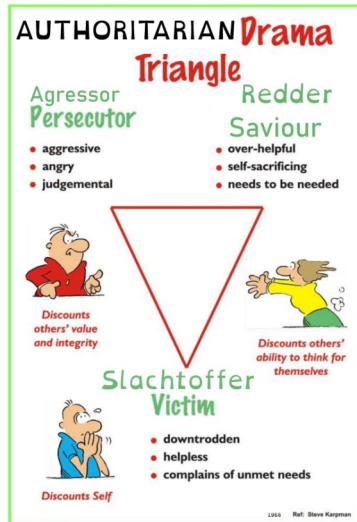
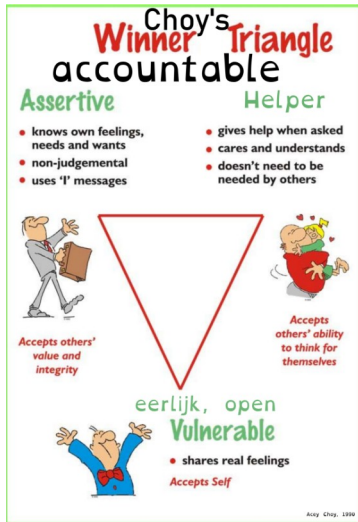
NO MORE SPOONS



ONLY KNIVES LEFT

Op <https://fakkellemp.nl/zine/slides/tri.png>

staan de winnaar en drama driehoek die een verklaring geven van gedrag van mensen wat tot vervelende of prettige gesprekken kan leiden in dezelfde situatie



ik wordt vaak als slachtoffer gezien door redders, als ik vervolgens eerlijk zeg geen hulp te willen en als ze dat niet accepteren assertief zeg niet met hen te willen praten als ze hulp aanbieden worden ze vaak boos “je moet blij zijn dat mensen willen helpen” of gaan zelf in de slachtoffer rol “maar ik bedoel het goed” in beide gevallen luisteren ze niet en blijven in een rol van de drama driehoek.

Als ze daarentegen accepteren dat ik geen hulp wil en na mijn afwijzing direct doorlopen of na mijn assertieve opmerking erkennen dat ze overbodig zijn zeggen ze vaak fijne dag. En heeft niemand een vervelend gevoel over de interactie. Het is niet het hulp aanbod wat me frustrleert maar het niet accepteren van mijn afwijzing.

In de verschillende reacties op de afwijzing zijn de 4 V-reflexen op mogelijk gevaar te herkennen. Dit zijn:

Vriezen (doet niks tot het gevaar weg is)

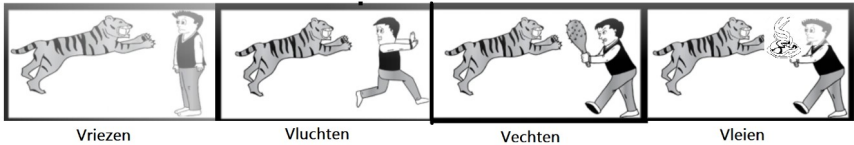
Vluchten (gaat weg bij het gevaar)

Vechten (gaat naar het gevaar toe)

Vleien (gaat zich naar de wensen van de gevaarbrenger gedragen om mogelijke schade te beperken)

In de afbeelding staan verschillende kenmerken

<https://fakkelplemp.nl/zine/slides/fawn.png>



Als je bijvoorbeeld in de kroeg staat en er komt een bezopen gast klagen over de fiets die die kwijt is, kan je me negeren (vriezen) in de hoop dat die weggaat, als die doorgaat loop je weg (vluchten), maar hij komt je achterna en blijft doordrammen. Je bent het zat en reageert die je niet moet lastig vallen (vechten). Hij begint opnieuw zijn verhaal geen van de reflexen werkten dus zeg je toe te helpen (vleien). Je bent nog fysiek veilig maar het kost wel meer energie

Ik bevries bij fysiek gevaar en vlei bij emotioneel gevaar. In mijn jeugd heb ik me dat patroon waarschijnlijk aangeleerd. Sinds ik me hier bewust van ben probeer ik vaker te kiezen wat ik doe en probeer minder te vleien in spannende situaties. Mensen mogen best boos worden, het hoeft niet altijd ten koste van mij te gaan. Door assertiever te zijn als mensen me lastig vallen met hun waanidee dat ze me moeten redden, kan ik frustratie aan mijn kant vervangen voor verwarring of frustratie voor hen.

Als je bij de slides kijkt zie je ook veel bestanden met police in de naam, dit waren de momenten dat ik de vooroordelen in mijn voordeel gebruikte. De maatschappij denkt dat iemand in een rolstoel niet voor zichzelf kan op komen en afhankelijk is van diens begeleider. Dat betekend ook dat ik absoluut onschuldig ben en niet de dader kan zijn, zolang er anderen in de buurt zijn zorgt de rolstoel dat je veiliger bent voor politie geweld.

Ik heb politie en beveiligers geslagen terwijl ze me wegreden en daar geen gevolgen van gehad, niet eens de vraag om te stoppen, of me te identificeren.

De andere kant is dat ik al twee keer ben benaderd door politie om informatie te geven over activisten. Een keer was een mede activist in mijn reserve rolstoel gearresteerd, we waren beiden anoniem en beiden vlak voor vrijlaten gevraagd om met de inlichtingen dienst te praten.

Op de voorpagina staat de foto van een arrestatie waar 4 agenten nodig waren om me te fouilleren, en er nog wat bij stonden.

Zolang het in het zicht is kan de politie niks tegen je doen want zij profileren zich als hulpverleners en als rolstoeler ben je onschuldig en hulpbehoevend.

Het is mijn tactiek om niet te communiceren tot het te lang duurt en dan doe ik alsof ik meewerk, mijn linker been doet het niet maar dan doe ik alsof mijn rechter het ook niet doet, dat ik dus niet kan lopen en met veel moeite een arrestatiebus in kruip. Zij complimenteren me dat ik het zo goed doe.

Vaak moeten ze een extra bus laten komen om de rolstoel mee te nemen en in de cel zijn geen voorzieningen dus geeft dat ook

extra werk.

een zine over mijn ervaring als rolstoel gebruikend activist, ter motivatie om ook een rolstoel te pakken en er op te rijden zoals je ook op een fiets doet, het zijn beiden apparaten om op een andere manier je te verplaatsen $\frac{3}{4}$ van de rolstoel gebruikers kan lopen en heeft een onzichtbare beperking zoals pijn.

Het is in mijn voordeel als er meer rolstoelen in protesten zijn en mensen het idee los laten dat je alleen in een rolstoel zit als je geen beenfunctie hebt. Enk ook dat mensen er voor kunnen kiezen een rolstoel te gebruiken.

De zine begint met wat uitleg over menselijk gedrag in de hoop dat we er bewuster van zijn en het activisme toegankelijker wordt voor mensen die niet in de norm passen.

Alle slides die ik in mijn praatjes over dit onderwerp gebruik staan op <https://fakkelp Kemp.nl/zine/slides/> Vraag me om verhalen of bekijk de police slides ter motivatie om op een rolstoel te gaan zitten tijdens een actie.

