

Selbstbestimmt wohnen

wie ich will

Selbstbestimmt zu leben heisst auch selbstbestimmt zu wohnen. Dies ist ein zentrales Anliegen des Leitbildes „Leben mit Behinderungen – Leitbild für das Zusammenleben im Kanton Luzern“. Doch wie kann selbstbestimmtes Wohnen im Kanton Luzern umgesetzt werden? Was braucht es dazu und wo bestehen Barrieren? Und vor allem: Welche Bedürfnisse und Wünsche haben Menschen mit Beeinträchtigung sowie deren Angehörige zu zukünftigem Wohnen? Diesen und weiteren Fragen wird im folgenden Beitrag nachgegangen. Gleichberechtigung, Wahlfreiheit, bedarfsorientierte Unterstützung und Zutrauen gehören dabei zu den Voraussetzungen für eine gelungene Umsetzung.

Gleichberechtigung

Selbstbestimmtes Wohnen von Menschen mit Beeinträchtigung beginnt mit der Frage, inwiefern sie ihre Rechte in gleichem Masse ausüben können wie Menschen ohne Beeinträchtigung. Aus diesem Grund wurde die UN-Behindertenrechtskonvention geschaffen, nämlich um die Gleichberechtigung zu fördern, zu schützen und zu gewährleisten. Die Konvention schafft keine Sonderrechte, sondern konkretisiert die universellen Menschenrechte aus der Perspektive von Menschen mit Beeinträchtigung. Was die Umsetzung und Anerkennung der Rechte in der Praxis betrifft, gibt es jedoch noch viel Entwicklungspotential.

„Ich habe bei weitem nicht das Gefühl, dass ich die gleichen Rechte habe oder gleich behandelt werde. Da gibt es noch viel Nachholbedarf!“ (Roger, 27 Jahre)

Art. 19 der Konvention postuliert das selbstbestimmte Wohnen von Menschen mit Beeinträchtigung. Dazu gehört die freie Wahl des Wohnortes und der Wohnform, sowie deren Teilhabe und Einbezug in die Gemeinschaft. Stationäre und ambulante Wohnangebote müssen sich in Zukunft sozialräumlich und gemeindenah ausrichten, damit die individuelle Lebensqualität von Menschen mit Beeinträchtigung gewährleistet werden kann. Weiter braucht es gesetzliche Grundlagen und kantonale Vorgaben, um diesen Forderungen gerecht zu werden. Vor allem aber müssen Menschen mit einer Beeinträchtigung an der Mitgestaltung dieses Veränderungsprozesses teilhaben und darüber mitbestimmen können. Sie sind diejenigen, die direkt davon betroffen sind und müssen deshalb die primäre Richtung dieses Wandels vorgeben.



Teilhabe

„Ich wünsche mir, dass mein Sohn in Zukunft so wohnen kann wie du und ich. So, wie er es sich schon lange wünscht.“ (Mutter von Roger)

Je sichtbarer Menschen mit Beeinträchtigung in der Gesellschaft werden, desto selbstverständlicher und sicherer wird der Umgang miteinander. Dies kann nur geschehen, wenn Menschen mit Beeinträchtigung die Möglichkeit erhalten mitten in der Gesellschaft zu leben. So entsteht automatisch ein gegenseitiger Kontakt, der zum Abbau von Berührungsängsten, Vorurteilen und Barrieren führt.

„Ich spüre, dass ich anders wahrgenommen werde. Die Leute wissen oft nicht, wie man mit mir umgehen soll. Das ist ein unangenehmes Gefühl, aber mit der Zeit habe ich gelernt damit zu leben.“ (Tamara, 25 Jahre)

Menschen mit Beeinträchtigung tragen zur Vielfalt in der Gesellschaft bei. Dies soll durch positive Beispiele in der Öffentlichkeit sichtbar gemacht werden, wozu alle einen Schritt aufeinander zugehen müssen. Akzeptanz, Toleranz und eine gewisse Neugierde sind wichtige Kompetenzen, die es dazu braucht.

„Ich mache eigentlich immer den ersten Schritt, um das Eis zu brechen. Ich würde mir schon wünschen, dass auch mich mal jemand anspricht. Aber darauf müssen ja die anderen kommen und nicht ich.“ (Lukas, 21 Jahre)



Entscheidungsfreiheit

Wohnen ist ein elementares Grundbedürfnis und deshalb ein Thema, das alle Menschen beschäftigt. Ein Zuhause ist für viele Menschen ein Ankerpunkt oder ein Rückzugsort, an den man jederzeit zurückkehren kann und sich sicher und geborgen fühlt. Für die Entfaltung der Persönlichkeit und das Wohlbefinden sind persönliche Räume wichtig, die nach eigenem Belieben gestaltet werden können. Deshalb brauchen auch Menschen mit einer Beeinträchtigung Wohnraum, über den sie selbst verfügen können.

„Meine Wohnung müsste schön eingerichtet sein. Die Möbel will ich selber auswählen und auf meinem Küchentisch stehen immer frische Blumen. Ich entscheide dann auch selber, wen ich in meine Wohnung lasse und wen nicht.“ (Marie, 18 Jahre)

Ebenso wichtig ist die Entscheidungsfreiheit darüber, wer diese Räume betreten darf und wer nicht. Wer auf Unter-

stützung und Begleitung angewiesen ist, kann jedoch erst in einer eigenen Wohnung darüber entscheiden, wem ein Einblick in die eigenen Räume und somit in das Privatleben gewährt wird.

„Es fängt schon damit an zu entscheiden, wer sich auf mein Bett setzen darf und wer nicht. Das kann man erst in einer eigenen Wohnung. In vielen Wohnheimen kommt jemand ins Zimmer, sieht alle privaten Gegenstände und putzt über alles drüber.“ (Mutter von Marie)

Wahlfreiheit

„Ich bin dann schon glücklich, wenn ich bei meinen Eltern ausgezogen bin und meine eigenen vier Wände habe. Dann kann ich nach Lust und Laune selber bestimmen, wie mein Tag aussieht.“ (Lukas, 21 Jahre)

Menschen ohne Beeinträchtigung können relativ frei wählen, wie sie gerne wohnen möchten. Genau dieselben Wünsche haben Menschen mit Beeinträchtigung auch, nur haben sie nicht dieselbe Wahlfreiheit. Ihnen fehlen oftmals Wahlalternativen, da sie zu einem grossen Teil ein durch institutionalisierte Hilfe vorgegebenes Leben führen. Um ein selbstbestimmtes Leben für Menschen mit Beeinträchtigung zu ermöglichen, muss ihnen das Recht auf Freiheit gewährt werden. Nur dann haben sie die Möglichkeit autonom zu entscheiden wie, wo und vor allem auch mit wem sie zusammenwohnen möchten.

Vielseitige und durchlässige Angebote



„Alleine zu wohnen ist noch nicht mein Endziel. Später wünsche ich mir auch eine eigene Familie. Aber der Überbrückungsweg vom Leben mit meiner Mutter zu meinem Endziel ist, in einer eigenen Wohnung mit Assistenz zu leben. Was nachher kommt wird sich zeigen.“ (Roger, 27 Jahre)

Menschen mit einer Beeinträchtigung wohnen heutzutage in der Regel in stationären Einrichtungen oder Zuhause, was vor allem für Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung ein Zusammenleben mit Angehörigen bedeutet. Dazwischen besteht nach wie vor eine grosse Lücke, die mit alternativen stationären und ambulanten Wohnangeboten gefüllt werden muss.

„Heute bekommt man einfach diese ‚Päckli-Angebote‘ von den Institutionen. Dann kann man sich nur für alles oder nichts entscheiden. Es müsste möglich werden, dass die Person selbst auswählt, was sie gerne hätte und dann muss gemeinsam geschaut werden, was möglich ist.“ (Vater von Tamara)

Eine Durchlässigkeit und Vernetzung der unterschiedlichen Angebote muss gegeben sein, um den individuellen Bedürfnissen von Menschen mit Beeinträchtigung gerecht zu werden. Dies bedingt, dass sich bestehende stationäre und ambulante Angebote ausdifferenzieren müssen, um individuell passende Lösungen ermöglichen zu können.



Wohnort

„Da wo ich jetzt wohne ist tote Hose. Es hat nur Eigentümer und ältere Menschen. Ich will in der Stadt wohnen, wo es alles in der Nähe hat was ich brauche. Leider habe ich bis jetzt noch keine Wohnung gefunden, die ich mir leisten kann.“ (Roger, 27 Jahre)

Die rechtlich freie Wahl des Wohnortes ist für Menschen mit Beeinträchtigung aufgrund struktureller Barrieren nicht garantiert. Einerseits können Wohnortswechsel für Kantone grosse finanzielle Folgen mit sich ziehen, andererseits fehlt es flächendeckend an bezahlbaren und barrierefreien Wohnungen. Viele davon sind Sozialwohnungen oder einer Institution angegliedert, was die Wahl des Wohnortes stark vorbestimmt. Um der Wahlfreiheit gerecht zu werden, muss auf Kantons- und Gemeindeebene mehr barrierefreier und bezahlbarer Wohnraum geschaffen werden. Genauso braucht es die Bereitschaft und Toleranz der Immobilien- und Hauseigentümer, einer Person mit einer Beeinträchtigung eine Wohnung zu vermieten.

„Viele Leute können sich nicht vorstellen jemanden im Haus zu haben, der aus irgendeinem Grund auffällt oder sich anders verhält. Dabei haben sie diese Erfahrung noch gar nie gemacht. Ich wünsche mir sehr, dass man anfängt Menschen mit Beeinträchtigung eine Chance zu geben, bevor sie gleich wieder eine Absage bekommen.“ (Vater von Lukas)

Wohnform

„Ich wünsche mir für meine Tochter eine normale Wohnform. Normal im Sinne einer Wohnung, die sie mieten kann mit Menschen, die sie gerne hat.“ (Mutter von Marie)

Menschen mit Beeinträchtigung sollen selber bestimmen können, wie und mit wem sie gerne wohnen möchten. Sei es alleine in einer eigenen Wohnung, in einer Wohngemeinschaft mit oder ohne Betreuung oder auch in einem Wohnheim. Zur Wahlfreiheit der Wohnform gehört ebenso das Recht, Bindungen mit anderen Personen einzugehen und diese wieder zu lösen.

„Es wäre cool, wenn ich mit meinem Freund eine Wohnung hätte. Wir hätten vermutlich auch einen Hund.“ (Tamara, 25 Jahre)

Um Wohnraum in der Gesellschaft zu schaffen, braucht es Ideen und Konzepte, wie der bereits vorhandene Wohn-

raum für Menschen mit Beeinträchtigung ideal genutzt werden kann. Die Nutzung von vorhandenem Wohnraum ist zentral, um dem Gedanken von Teilhabe gerecht zu werden. Ansonsten besteht die Gefahr, erneut in sich geschlossene, separierte Wohnformen zu bauen.

„Ich könnte mir zum Beispiel ein Haus vorstellen, in dem Verschiedenes möglich ist: eine Mischung aus Familien, WG's und Alleinstehenden, die alle gemeinschaftlich miteinander leben und in dem auch Menschen mit Beeinträchtigung ihren Platz haben. Ein Ort, an dem man einander hilft und nicht anonym aneinander vorbeilebt. Das kann für alle eine Win-win Situation sein.“ (Vater von Tamara)

Bedarfsorientierte Unterstützung

Selbstbestimmt wohnen heisst nicht ohne Unterstützung wohnen. Eine Person, die sich dafür entscheidet den Einkauf nach Hause liefern zu lassen, handelt genauso selbstbestimmt wie eine Person, die diesen selbständig oder mit gewollter Unterstützung erledigt. Entscheidend ist der individuell bestimmte Bedarf an benötigter Unterstützung, der zu einem selbstbestimmten Leben führt. Vor allem für Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung und deren Angehörige ist eine Unterstützung in diesem Prozess besonders wichtig.

„Unser Sohn wird vermutlich nie ohne Unterstützung leben können, jedoch braucht er nicht in allen Bereichen Hilfe. Für ihn wäre eine individuelle Unterstützung ideal. Von einer Person, die ihn gut kennt und die ihn flexibel und punktuell begleiten kann. Dafür braucht es aber wohl erst neue Arbeitsmodelle und Angebote.“ (Vater von Lukas)

Die Formen von möglicher Unterstützung sind vielfältig und müssen sich bei der Entwicklung an den Bedürfnissen der Betroffenen orientieren. Bestehende, wie auch neue Anbieter von Unterstützungsleistungen müssen hier den

Mut aufbringen eine Pionierrolle einzunehmen und sich nicht davor scheuen, neue und innovative Angebote auszuprobieren. Dies können Wohnangebote und Wohnprojekte sein oder aber Coaching-, Beratungs- oder Bildungsangebote in unterschiedlichsten Bereichen.

„Ich kann mir vorstellen, dass unsere Tochter gut auf eine Peer-to-Peer Beratung anspricht. Wenn sie von jemandem mit einer Beeinträchtigung lernt und sieht, dass es möglich ist selbständig zu wohnen, kann sie sich dies auch eher zutrauen.“ (Mutter von Marie)



Bildung

„Alles Wichtige im Haushalt möchte ich noch lernen: Waschen, bügeln, einkaufen. Kochen kann ich minim, Spiegeleier geht gerade. Bei den Sachen die ich nicht kann, bin ich schon froh, wenn mir jemand zeigt wie es geht. Wenn mir das niemand beibringt, bleibe ich ja stehen.“ (Lukas, 21 Jahre)

Bildung ist der Schlüssel zur Selbstbefähigung und somit zu einem selbstbestimmten Leben. Dazu gehört nicht nur das Knowhow über das Führen eines eigenen Haushaltes, sondern auch das Kennenlernen von unterschiedlichen Möglichkeiten des Wohnens, sowie die Aufklärung über die eigenen Rechte und Pflichten. Für Menschen mit Beeinträchtigung ist vor allem auch Bildung darüber, die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und Wege zu finden diese mitteilen zu können, fundamental für die eigene Entwicklung.

„Ich habe unserer Tochter schon früh beigebracht zu kommunizieren, wenn sie Hilfe braucht. So hat sie gelernt Menschen an sich ran zu lassen und ihre Bedürfnisse mitzuteilen.“ (Mutter von Marie)

Unterstützung für Angehörige

Angehörige gehören oftmals zu den wichtigsten Bezugspersonen von Menschen mit Beeinträchtigung und müssen bei der Entwicklung von neuen Angeboten zwingend miteinbezogen werden. Sie brauchen Sicherheit und das Vertrauen, dass ein selbstbestimmtes Leben gelingen kann. Eine Begleitung und Unterstützung für Angehörige in diesem Prozess ist daher essentiell.

„Wenn mein Sohn mit dem Assistenzmodell lebt, wird er in der neuen Chefrolle Unterstützung brauchen. Bis jetzt müsste ich das übernehmen, das ist schon sehr belastend. Aus zeitlichen und finanziellen Gründen ginge das fast nicht.“ (Mutter von Roger)

Damit Angehörige den Prozess zu einem selbstbestimmten Leben bestmöglich begleiten können, brauchen sie die nötigen Informationen dazu. Oftmals fehlt ihnen jedoch die Zeit und Energie, sich damit auseinanderzusetzen, was wiederum die Entwicklung von Menschen mit Beeinträchtigung bremst. Eine Entlastung kann unter anderem ein

Netzwerk bieten, welches alle wichtigen Informationen bündelt und als Anlaufstelle und Austauschgefäß genutzt werden kann.

„Der Alltag von uns Angehörigen, die Betreuungsarbeit leisten, ist oft sehr anstrengend. Wir sind froh, wenn wir den Tag über die Runden bringen. Für viel mehr reicht es meistens nicht. Daher würde ich mich freuen, wenn wir Eltern uns mehr austauschen und einander helfen könnten. Viele machen ihre eigenen Erfahrungen, dabei könnte man vermutlich ganz viel voneinander lernen und so Energie sparen.“ (Vater von Tamara)



Unterstützung im Sozialraum

Um sich an einem Wohnort wohlfühlen, braucht es zusätzlich zur eigenen Wohnung auch ein Umfeld, in dem man sich orientieren kann und in dem sich alles Wichtige für die Bewältigung des Alltages befindet. Dazu gehört eine gut erschlossene Infrastruktur, aber auch soziale Kontakte und Netzwerke.

„Ich wünsche mir eigentlich nichts Spezielles in der Nähe: Einkaufsmöglichkeiten, guten ÖV, nette Nachbarn, die Familie und wenn möglich den Arbeitsplatz. Dann bin ich glücklich.“ (Roger, 27 Jahre)

Ein geeignetes und passendes soziales Umfeld aufzubauen, kann für Menschen mit Beeinträchtigung eine grosse Herausforderung darstellen. Deshalb ist es bei der Ausarbeitung und Planung von neuen Wohnformen und Wohn-

projekten immer wichtig den Sozialraum mitzudenken und mitzugestalten. Es braucht Gefässe und Begegnungsorte in Quartieren und Gemeinden, die den Kontaktaufbau ermöglichen.

„Ich habe einen guten Kontakt mit meinen Nachbarn. Wenn wir uns im Haus begegnen sagen wir uns ‚Hoi zäme‘ oder ‚Sali‘ oder ‚bis spöter‘. Ja, das ist schön so.“ (Marie, 18 Jahre)

Vor allem Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung müssen beim Erschliessen von Kontakten im Quartier und beim Kennenlernen ihrer nahen Umgebung unterstützt und begleitet werden. Die Tätigkeit der sozialräumlichen Einbindung muss in der Unterstützungsleistung für Menschen mit Beeinträchtigung miteingerechnet werden. Gelingt dies nicht, besteht die Gefahr, dass die Menschen zwar in ihrer Wohnung leben, jedoch weiterhin isoliert von der Gesellschaft sind.

„Mein Wunsch ist, dass Leute um ihn herum sind, die für ihn da sind. Dass er im Quartier gut aufgehoben ist und dazugehört. Mehr Unterstützung und Zusammenhalt untereinander wäre mir ein grosses Anliegen.“ (Vater von Lukas)

Das Teilen eines gemeinsamen Sozialraumes führt zu mehr Begegnungen, was wiederum zu einer höheren Sensibilität und zu mehr Aufmerksamkeit füreinander führt. Je besser eine Person im nahen Sozialraum eingebettet ist, desto selbstbestimmter und selbständiger kann sie wohnen und sich durch die optimalen Gegebenheiten weiterentwickeln.





Zutrauen

„Das Wichtigste ist, dass wir Menschen mit Beeinträchtigung zutrauen selbstbestimmt zu leben. Das müssen nicht nur die Betreuungspersonen, sondern vor allem auch wir Eltern.“ (Mutter von Marie)

Die Gesellschaft muss lernen, Menschen mit Beeinträchtigung als Menschen mit Kompetenzen und Ressourcen wahrzunehmen. Dies bedingt, dass man davon wegkommen muss, ständig für sie zu denken, zu handeln und von dem Gefühl, sie vor allem schützen zu müssen. Entwicklung kann nur durch Selbsterfahrung entstehen. Im Umgang mit Menschen mit Beeinträchtigung ist es daher wichtig sich zurückzunehmen, zuzuhören und bei Bedarf nachzufragen. Sie sollen genauso wie alle anderen die Chance und das Vertrauen erhalten, selbstbestimmt wohnen zu können.

„Also, ich traue mir das zu, selbständig zu wohnen. Ich melde mich dann schon, wenn ich Hilfe brauche. Wenn alles so eingerichtet ist, dass ich an die Sachen rankomme, kann ich vieles selber. Und alles andere kann ich ja noch lernen, oder?“ (Lukas, 21 Jahre)

Impressum:

Text: Fleur Matson und Kevin Duss, im Rahmen einer Projektarbeit der Hochschule Luzern - Soziale Arbeit
Fotos: Herbert Zimmermann, aus dem Leitbild „Leben mit Behinderungen - Leitbild für das Zusammenleben im Kanton Luzern“
Erscheinung: September 2020
Alle Angaben zu Personen wurden anonymisiert.

Herzlichen Dank allen, die bei diesem Projekt mitgewirkt haben und bereit waren uns von ihren Erfahrungen zu erzählen.