



Selbständig leben kann man lernen

Irgendwann in eine eigene Wohnung zu ziehen, ist nicht selbstverständlich. Das alltägliche Leben stellt hohe Anforderungen an uns alle: Organisieren und koordinieren, viele grosse und kleine Entscheidungen treffen und schliesslich alles umsetzen.

Für Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung können diese Herausforderungen zu Hürden werden – mit entsprechender Unterstützung lassen sich aber viele davon überwinden.

Für Ruben Käser, Mitarbeiter am geschützten Arbeitsplatz in der Hauswartung der Stiftung Domino, war klar, dass er als junger Erwachsener in einer eigenen Wohnung leben möchte. Unterstützung auf dem Weg dahin fand er bei «sebit aargau». sebit steht für selbstbestimmte Bildung und Teilhabe und bietet unter anderem Ausbildungsmodule rund um selbständige Lebensführung und -gestaltung für Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung.

In unserem Gespräch schildert Ruben Käser die Grundausbildung als seinen ersten Schritt zur eigenen Wohnung. Für ihn wichtig waren dabei beispielsweise die Module zum Thema «Kochen» oder «Konflikte». Danach habe er die Aufbauausbildung gemacht. Viele Themen aus der Grundausbildung waren darin erneut enthalten, einfach intensiver. Als Beispiel nennt Ruben Käser das Modul «Konflikte», bei dem in der Aufbauausbildung mehr mit Rollenspielen gearbeitet wird. Das fand er gut und hilfreich und er erzählt auch, wie er dank des Gelernten eine Person direkt auf etwas Störendes ansprechen konnte.

Abgesehen von den Absagen während der Wohnungssuche hat Ruben Käser diese Zeit in sehr guter Erinnerung. Wichtige Menschen für seinen Entschluss und den Umzug an sich waren seine Eltern, die Mitarbeitenden vom sebit, die sich auch Zeit genommen haben, mit ihm Wohnungsinserate anzuschauen, «und halt auch die, die am Tag, an dem ich umgezogen bin, geholfen haben zu zügeln oder das Mittagessen gemacht haben – wie einer meiner Brüder.»

Mit seiner jetzigen Wohnung ist Ruben Käser sehr zufrieden. «Was ich toll finde, ist mein Balkon.» Weiter war Ruben Käser wichtig, dass seine Wohnung in der Nähe vom Geschäft ist. Mit seiner Wohnung in Windisch und Arbeitsort in Hausen scherzen wir darüber, dass er auch zu Fuss zur Arbeit gehen könne, wobei er dann richtigstellt, dass er normalerweise den Bus nehme. Eine schöne Küche habe er auch.



Ruben Käser. (Bild: Stift. Domino)

Wir reden darüber, dass die Küche ein wichtiger Ort sei, wenn man viel selber koche und dass es auch mal schön sei, wenn man am Arbeitsplatz bekocht wird.

Der grösste Unterschied zu früher sei, dass niemand da ist, wenn man nach Hause kommt. «Das finde ich sehr anders.» Ruben Käser gefällt diese Ruhe einerseits, andererseits fehlt ihm die Gesellschaft auch manchmal. Daher möchte er jetzt noch eine Weile alleine wohnen «und später würde ich es gerne wie mein Bruder machen und eine WG haben.»

Auf seine Ausbildung zurückkommend, frage ich Ruben Käser, ob er nach wie vor eine Form von Unterstützung erhält. Er habe noch Einzelbegleitung, die zu ihm nach Hause kommt und mit der er an verschiedenen Themen arbeite. Es sind dieselben Mitarbeitenden vom sebit, die er bereits von den Modulen kennt.

Auf meine letzte Frage, warum er sich für diese Ausbildung und eine eigene Wohnung entschieden hat, antwortet Ruben Käser: «Ich habe den Schritt gewagt, denn ich wollte bei vielen Themen selbständiger werden. Und es hat mich eigentlich schon vom ersten Gespräch an überzeugt.»

Rahel Schmid, Projekte