

Mit einer psychischen Beeinträchtigung selbstbestimmt wohnen



Dr. René Rüegg

In der Schweiz wird jede zweite Person im Verlauf ihres Lebens einmal psychisch krank. Dies kann die Selbständigkeit stärker oder schwächer beeinträchtigen. Während manche schnell wieder allein leben können, trauen sich andere dies nicht zu. Ein Auftragsprojekt der BFH zeigt, wie Erwachsene unterstützt werden können, damit sie möglichst selbstbestimmt wohnen können.

Selbstbestimmtes Wohnen bedeutet, die Wohnform und den Wohnort wählen zu können und zu entscheiden, mit wem man zusammenleben will (Art. 19a UN-BRK). In der Schweiz sind diese Möglichkeiten der Selbst- und Mitbestimmung für Menschen mit Beeinträchtigungen noch nicht ausgeschöpft (Hess-Klein & Scheibler, 2022; INSOS, 2019).

Das Projekt «Wohnen mit Vielfalt» zeigt, wie das selbständige und selbstbestimmte Wohnen mit einer längeren oder vorübergehenden psychischen Beeinträchtigung gefördert werden kann (für Informationen zu den auftraggebenden Verbänden, vgl. Kasten). Dafür hat die BFH bedeutende Beispiele inklusiver Wohnangebote gesammelt sowie die Bedürfnisse und Wünsche verschiedener Zielgruppen erhoben. Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen, Fachkräfte in Institutionen aus dem Sozialbereich, Hauswartinpersonal und die

Nachbarschaft – sie alle können wichtige Beiträge für ein gelingendes und respektvolles Leben und Wohnen leisten.

Die Ergebnisse der umfangreichen Angebotsanalyse und Interviews sind in praxisnahe Hilfsmittel eingeflossen. Entstanden sind eine Übersicht an «Guten Beispielen» sowie Informationsblätter, Handlungsimpulse und Checklisten. Alle Ergebnisse sind auf der Website wohnen-mit-vielfalt.ch verfügbar. Die Website wird von INSOS und YOUVITA, Branchenverbände der Föderation ARTISET, sowie dem nationalen Fachverband Anthrosocial betrieben.

Im Projekt zeigte sich, dass manche Hürde überwunden werden muss. Davon erzählten dem Projektteam unter anderem Menschen, die einmal selbst psychisch erkrankt waren und deshalb aus eigener Erfahrung darüber berichten können.



«Das grosse Problem ist der Abschluss einer Wohnung. Man geht vielleicht vier bis fünf Wohnungen besichtigen, und dann ist man dermassen frustriert, dass man eigentlich gar keine mehr anschauen möchte. Das ist das Dilemma, in dem ich mir mehr Unterstützung wünsche.» Lisa Hilafu, Expertin aus Erfahrung



«Es geht darum, Menschen bewusst zu machen, dass es nicht egal ist, wie sie miteinander umgehen. Wie kann man Vertrauen gewinnen? Wie können Menschen das Miteinander so gestalten, dass es auch in Herausforderungen und unerwarteten Situationen wieder dahin kommt, dass man zu einem guten Miteinander findet?» Uwe Bening, Psychologe und Experte aus Erfahrung

Hürde 1: Wohnungssuche

Der erste Schritt zum Wohnen in den eigenen vier Wänden ist besonders anspruchsvoll. Steht ein Umzug an, muss zunächst eine passende und preiswerte Wohnung gefunden werden. Verschiedene Kriterien wie Grösse, Mietzins, Lage, Lift oder erlaubte Haustiere müssen bei der Suche bedacht werden. Danach stehen Besichtigungen – möglicherweise mit Dutzenden anderen Bewerber*innen – an. Gefällt die Wohnung, muss ein möglichst persönliches Bewerbungsschreiben mit Strafregisterauszug, Bescheinigung der Einkommenssituation, Haftpflichtversicherung und manches mehr fristgerecht und sauber eingereicht werden.

Hürde 2: Alltag in der eigenen Wohnung

Ist die passende Wohnung gefunden, sind täglich neue Herausforderungen zu bewältigen. Begegnungen und Small Talks mit Nachbar*innen stehen an, die Haus- und Waschregeln müssen eingehalten, vielleicht bald auch Mängel gemeldet oder erste kleine Reparaturen durchgeführt werden. Letztendlich sind auch der Mietzins und die Nebenkosten regelmässig zu begleichen. Für viele Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung sind die Herausforderungen in einer neuen sozialen Umgebung gross. Vielfach sind sie mit Widerständen, Vorbehalten oder auch eigenen Befürchtungen konfrontiert. Damit das Zusammenleben gelingt, ist das Umfeld wichtig. ▶

Informationen zum Projekt

«Wohnen mit Vielfalt» ist ein Umsetzungsprojekt des nationalen Aktionsplans zur UN-Behindertenrechtskonvention (2019–2023). 2021 hatten IN-SOS Schweiz (heute Branchenverband der Föderation ARTISET) und VAHS Schweiz (heute Anthrosocial) die BFH mit der inhaltlichen Entwicklung des Projekts beauftragt. Finanzielle Unterstützung erhielt das Projekt vom Eidgenössischen Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (EBGB).

Projekt-Website mit zahlreichen Handlungsinputs zu Wohnungssuche und zum Wohnen:
wohnen-mit-vielfalt.ch



Wohnenbern bietet selbständige Wohnformen wie hier im Berner Quartier Warmbächli.



«Wir stellen seit einigen Jahren fest, dass die Nachfrage nach eigenem Wohnraum und Kleinstwohnraum im Vergleich zu geteilten Wohnformen und heim-ähnlichen Settings enorm zunimmt.» Karin Hofmann, Geschäftsführerin von Wohnenbern

Was Institutionen tun können

Werden die von Expert*innen aus Erfahrung geschilderten Hürden abgebaut und vielfältige Angebote aufgebaut, steigt die Wahrscheinlichkeit, das Recht auf selbstbestimmtes Wohnen zu verwirklichen. Allerdings stehen den vielen Menschen mit psychischer Beeinträchtigung, die gerne eine selbständigere Wohnform hätten, nur wenige Optionen offen: Einerseits gibt es zu wenige Angebote, andererseits auch nur eine geringe Auswahl passender Wohnformen. Auch Beratungs- und Begleitungsmöglichkeiten bestehen in den wenigsten Gemeinden.

Der Verein «Wohnenbern», der einen Leistungsvertrag mit der Stadt Bern und weiteren Gemeinden in der Agglomeration von Bern hat, übernimmt in dieser Hinsicht eine Vorreiterrolle. Sein Angebot umfasst unterschiedliche Wohnformen für Erwachsene mit psychischen und sozialen Einschränkungen. Dazu gehören betreutes, teilbetreutes, begleitetes Wohnen oder eine externe professionelle Wohnbegleitung in der eigenen Wohnung. Dabei wird die Unterstützung immer individuell auf die Bedürfnisse und Wünsche der Menschen abgestimmt. Das Ziel der professionellen Wohnbegleitung ist es, die sogenannte Wohnfähigkeit von Menschen zu erhalten oder wiederherzustellen.

Das Beispiel zeigt, in welcher Form sich Gemeinden für geeigneten Wohnraum und niederschwellige Beratung einsetzen können. Damit können sie einen wesentlichen Beitrag zur Lebensqualität und zum guten Zusammenleben in der Gemeinde leisten. Wie erwähnt, erleidet statistisch jede zweite Person irgendwann im Leben eine problematische psychische Belastung (Hengartner, 2017). In einer solchen Situation sind wir alle froh, wenn wir auf ein gutes Miteinander und naheliegende Unterstützungsangebote zählen können. Insbesondere

dann, wenn wir nur eine kurzfristige oder sporadische Begleitungen benötigen. In einem solchen Fall sind niederschwellige Beratungsangebote und Begleitungen wichtig. Gemeinden und Kantone sind hier in der Pflicht, das Angebot an sozialem Wohnraum und Beratungsangeboten zu überprüfen und zu ergänzen. ■

Literatur und weiterführende Informationen:

- Hengartner, Michael Pascal. (2017). *Lebenszeitprävalenzen psychischer Erkrankungen* (Obsan Bulletin 5/2017, x–y).
- Hess-Klein, Caroline & Scheibler, Eliane. (2022). *Aktualisierter Schattenbericht: Bericht der Zivilgesellschaft anlässlich des ersten Staatenberichtsverfahrens vor dem UN-Ausschuss für die Rechte von Menschen mit Behinderungen*. Bern: Inclusion Handicap.
- INSOS, Curaviva & VAHS. (2019). *Aktionsplan UN-BRK 2019–2023: Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention bei Verbänden und Dienstleistungsanbietern für Menschen mit Behinderung*. Abgerufen von aktionsplan-un-brk.ch/admin/data/files/hero_as-set/file/3/191021_a4_ap_lang_de_web_final.pdf?lm=157165760

Dr. René Rüegg, Wissenschaftlicher Mitarbeiter und Projektleiter, Institut Organisation und Sozialmanagement
rene.rueegg@bfh.ch

... forscht und lehrt zu den Themen Gesundheitskompetenzen, gesundheitsbezogene Soziale Arbeit und Qualität sozialer Dienstleistungen.