

1. Teil: Die Zeit im Heim

Ich habe sehr, sehr lang in Heimen gewohnt.

Mit 2 Jahren kam ich in das erste Heim. Dort konnte ich bleiben, bis ich mit der Schule fertig war. Danach musste ich nach Innsbruck in ein anderes Heim für erwachsene Menschen mit Körper- und auch Mehrfachbehinderungen übersiedeln. Dort lebten schon viele meiner KollegInnen, die Jahre vor mir die Schule und das Kinderheim verlassen hatten.

Niemand hat uns erzählt, dass es auch noch andere Heime gibt. Niemand hat uns gefragt, ob wir in eine eigene Wohnung ziehen wollen. Aber das war mir damals nicht klar.

Ich wollte aus dem Heim im kleinen Ort weg. Ich habe das gemacht, was alle meine Bekannten vor mir gemacht haben. Ich wollte in Innsbruck leben, weil ich von meinen ehemaligen ZimmerkollegInnen gehört hatte, dass es im Heim in Innsbruck mehr Freiheit gibt. Ich hab mit vorgestellt, dass ich in der großen Stadt heimkommen kann, wann ich will.

Trotzdem war ich sehr aufgeregt.

Ich hatte Angst, wie das so werden wird. Die Betreuer aus meinem alten Heim haben sich auch Sorgen um mich gemacht. Sie haben zu mir gesagt, dass ich ja noch gar nicht auf mich selbst aufpassen kann. Sie wollten, dass ich in ihrem Heim bleibe. Das hat mir noch mehr Angst gemacht. Aber ich musste wegziehen, weil ich für das Kinderheim zu alt war.

Also bin einfach mit meinem ganzen Gepäck ins Heim übersiedelt. Jemand hat mich in den ersten Stock in ein Vierbettzimmer begleitet und dann alleine gelassen. Da war mir nicht ganz wohl.

Ich war in dem großen Zimmer ganz alleine, bis eine Mitbewohnerin

hereingekommen ist. Die neuen Betreuer haben sich nicht um mich gekümmert. Die haben geglaubt, dass ich eh Bescheid weiß. Aber ich wusste gar nichts, weil ich am Schnuppertag die Schafblattern gehabt hatte.

Also hab ich mich alleine auf den Weg gemacht. Ich bin ins Erdgeschoss gefahren. Dort war der große Essensraum. Da waren dann ein paar Betreuer und auch Mitbewohner.

Eigentlich hätte ich mich beschweren sollen. Aber ich hab mich nicht getraut. Es hat auch niemanden von meiner Pflegefamilie gegeben, der mich am ersten Tag begleitet hat. Niemand hat mir gesagt, wann in der Früh überhaupt Tagwache ist und wann es Essen gibt. Und wann ich in die Werkstätten muss und auch in welche Werkstätte ich komme.

Mit der Zeit hab ich das alles selbst herausgefunden. Das ist alles leider traurig, aber wahr.

In diesem Heim war es so, dass immer eine Person geduscht und eine andere daneben gebadet hat. Wie am Fließband ist das gegangen. Das ist mir auf die Nerven gegangen. Deshalb wollte ich lernen, selber zu duschen. Nicht alle MitbewohnerInnen wollten selbständig duschen lernen. Ein paar Betreuer haben mich unterstützt. Und so habe ich selbständig duschen gelernt.

Mit dem Essen war es ähnlich. Ich habe damals nur Fleisch mit der Gabel essen können. Suppe und Joghurt haben mir die Betreuer füttern müssen. Da haben die Betreuer gesagt, dass es nicht geht, dass ich nur mit der Gabel essen kann. Ich soll auch lernen, mit dem Löffel zu essen. Am Anfang war es ziemlich mühsam. Ich habe aber durchgehalten. Ich wollte unabhängig sein.

Erwachsen sein und auf sich alleine gestellt zu sein, ist am Anfang ganz schwer, wenn man aus einem Kinderheim herauskommt. Aber ich hab mich daran gewöhnt. Ich bin dann in ein Einzelzimmer gekommen und habe meinen Freund kennen gelernt. Der hat auch

im Heim gewohnt. Eine Zeit lang war ich nun gerne im Heim.

Aber dann ist der Traum aufgetaucht, dass ich mit meinem Freund einmal in eine eigene Wohnung ziehen wollte. Das Heimleben ist mir immer mehr auf die Nerven gegangen.

Irgendwann hat der Heimleiter aus einem Stock eine Übergangswohnung gemacht. Übergangswohnung heißt, dass man alles lernt, was man zum Ausziehen in eine weniger betreute Wohngemeinschaft können muss. Ich habe mich für die Übergangswohnung gemeldet. Mein Freund hat sich zum Glück auch dort angemeldet. Die Vorbereitung für die Wohngemeinschaft hat lange gedauert.

2. Teil: Die Zeit in der Übergangswohnung

Während ich in der Übergangswohnung im Heim gelebt habe, habe ich mir oft überlegt, wie es wohl wäre, außerhalb von einem Heim zu leben. Ich habe mir vorgestellt, dass ich dort mehr Freiheit hätte. Ich könnte mir die Freizeit selber einteilen. Ich könnte mir das kochen, was ich essen mag. Ich könnte am Abend und am Wochenende ausgehen, und es wäre egal, wann ich heimkommen würde. Ich könnte mit meinem Freund wie in einer Beziehung leben. Da wurde mein Wunsch so groß, dass ich meine ganze Energie in den Auszug gesteckt habe.

Obwohl ich schon einmal von einem Heim ins andere gezogen bin, war auch diesmal das Ausziehen nicht einfach.

Was heißt das, selbständig zu wohnen, wenn ich mein ganzes Leben lang in Heimen gewohnt habe?

Da brauchte ich schon wieder ganz viel Mut, um meine Ängste abzubauen. Ich musste Geduld mit mir selbst haben, denn so

schnell habe ich meine Ängste nicht überwunden. Ich musste damit zurechtkommen, dass ich immer wieder Zweifel hatte, ob ich überhaupt ausziehen wollte und ob ich es schon schaffen würde, in einer Wohngemeinschaft zu wohnen.

Es half, dass ich mich mit ganz vielen Fragen beschäftigt habe und gemerkt habe, dass das Ausziehen aus vielen kleinen Schritten besteht. Ich nahm mir Zeit, mit meinen Betreuern und meinen zukünftigen WohnungskollegInnen alles ganz gut zu besprechen. Und ich hatte Ehrgeiz, sonst hätte ich nicht gelernt, was zu lernen war.

Nachdem ich meine Zweifel und Ängste zum größten Teil überwunden hatte, konnte ich mich mit anderen wichtigen Fragen beschäftigen. Eine wichtige Frage war, mit wem ich gerne in der Wohnung zusammenleben wollte. Mir war auch klar, dass es die Möglichkeit gibt, alleine zu leben. Es macht einen großen Unterschied, ob man alleine lebt oder in einer Wohngruppe. Ich habe mich damals noch nicht getraut, alleine in eine Wohnung zu ziehen. Meine Betreuer haben mich auch nicht dabei unterstützt, alleine in eine Wohnung zu ziehen. Und ich wurde nicht gefragt, mit wem ich zusammenziehen möchte. Das war nicht gut, denn da kam es später zu Reibereien. Gut war, dass auch mein Freund mit mir in die Wohngemeinschaft gezogen ist. Das hat mir Sicherheit gegeben, und ich hatte jemanden zum Reden und der mich unterstützt.

Ich und meine 3 Mitbewohner haben uns damit beschäftigt, was wir alles können mussten, damit wir in der Wohngemeinschaft wenig Betreuung leben konnten. Wir haben gemerkt, dass wir kochen und Wäsche waschen können müssen. Ganz wichtig war uns zu überlegen, was wir machen würden, wenn etwas passiert, z. B. wenn sich jemand verletzt oder der Geschirrspüler übergeht.

Wir haben damals geglaubt, dass wir nicht ausziehen können, wenn wir nicht fast alles selbst lernen. Das haben uns die Betreuer so gesagt.

Trotzdem mussten die Betreuer für uns das machen, was wir nicht konnten. Sie haben auch beim Land angesucht, wie viele Betreuungsstunden wir in der Wohngemeinschaft bekommen. Da haben wir nicht mitgeredet.

Einer meiner Mitbewohner konnte nichts von all dem lernen. Der ist in seine eigene Wohnung ausgezogen und hat seit damals persönliche Assistenz. Warum wir in eine Wohngemeinschaft mit Betreuern gezogen sind und nicht persönliche AssistentInnen bekommen haben, ist schwierig zu erklären. Wahrscheinlich haben die BetreuerInnen vom Heim nicht geglaubt, dass es mit Persönlicher Assistenz für mich klappen würde.

Dann waren wir so weit. Wir konnten einziehen.

Wir haben viel gestritten. Wir mussten viel selbst tun. Ich konnte kommen und gehen, wann ich wollte. Das war ein Stück der Freiheit, die ich mir gewünscht habe.

Manchmal kochte jemand etwas, was ich nicht mochte. Die Betreuer haben schon immer noch gesagt, was ich tun sollte und was nicht. Aber sie haben nicht mehr ganz so viel wie in einem Heim bestimmt.

Ich habe in der Wohngemeinschaft viel dazu gelernt. Das hat mich stolz gemacht und ich bin sehr mutig geworden. Da kam mir die Idee, dass ich noch mehr Freiheit hätte, wenn ich mit meinem Freund in einer eigenen Wohnung leben würde.

Diese beiden Texte wurden veröffentlicht in der Zeitschrift „Behinderte Menschen“

Text 1 „Die Zeit im Heim“ erschien im Heft Nr.1/ 2009

Text 2 „Die Zeit im Übergangsheim“ im Heft Nr. 2/3, 2009

Internetadresse: www.behindertemenschen.at

Frau Rauchberger leitet die Beratungsstelle von und für Menschen mit Lernschwierigkeiten wibs in Österreich.
Informationen zu ihrer Arbeit finden Sie unter: www.wibs-tirol.at