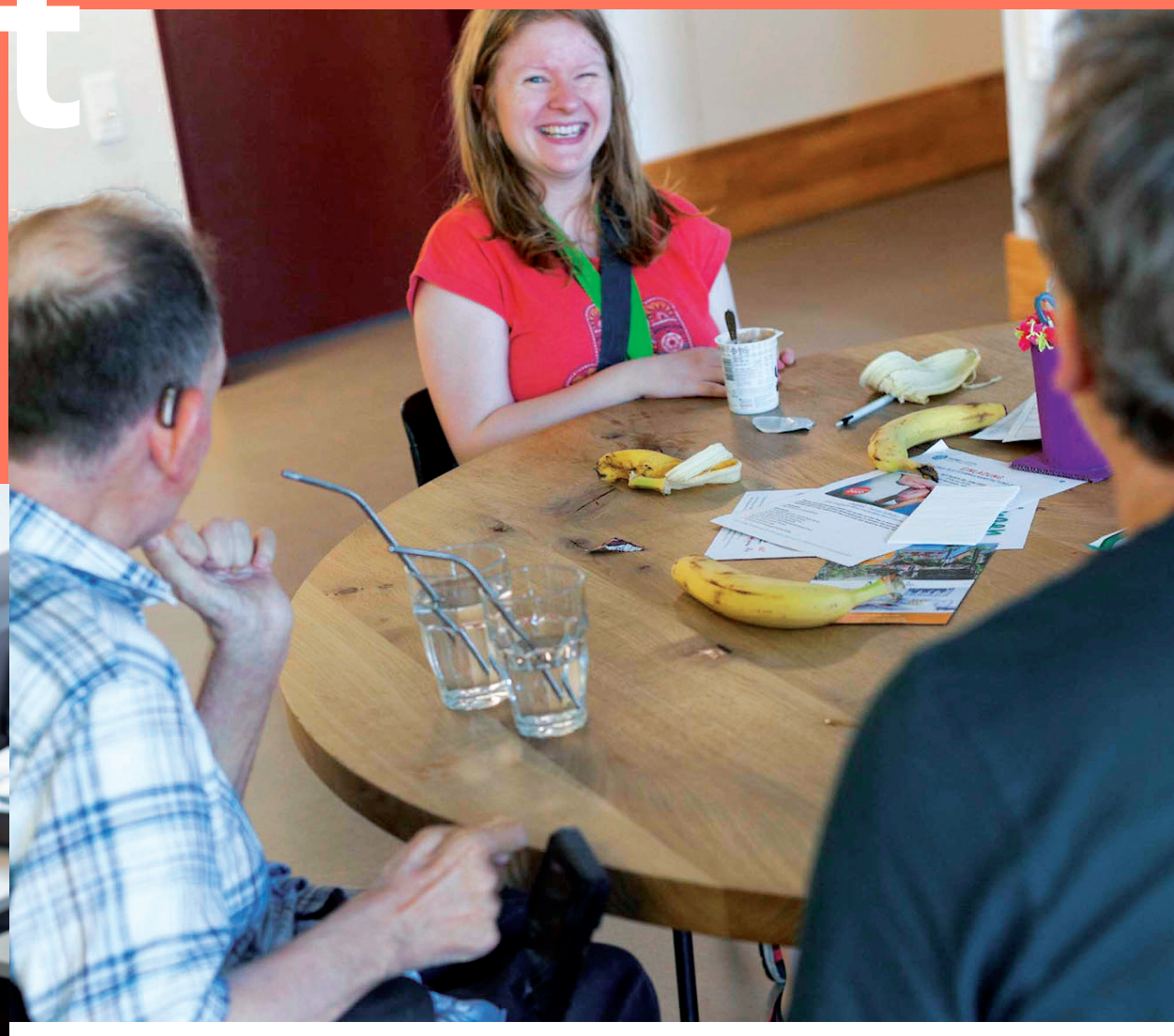
Contenti
Arbeiten und Wohnen für Menschen
mit einer Behinderung

b -post

Du und ich

Nummer 2/23



Der Wert von auf Sympathie und Vertrauen basierenden zwischenmenschlichen Beziehungen ist unbestritten. Sie begleiten uns in Hochs und tragen uns durch Tiefs. Manchmal sind Beziehungen aber auch Auslöser genau dieser emotionalen Zustände. Unsere aktuelle **b-post** widmet sich dem Thema «Soziale Beziehungen in all ihren Facetten».

Von sozialen oder zwischenmenschlichen Beziehungen wird in der Soziologie dann gesprochen, wenn das Denken, Handeln oder Fühlen von zwei oder mehreren Personen gegenseitig aufeinander bezogen ist. Also eigentlich überall, wo Menschen aufeinandertreffen: in Familien, Freundschaften, Nachbarschaften, Paarbeziehungen oder im beruflichen Kontext. Diese Vielfalt spiegelt sich in den Texten wider, die wir in dieser Ausgabe vorstellen, und sie hebt hervor, wie unterschiedlich, aber auch wie kostbar diese Beziehungen sein können.

Über professionelle Arbeitsbeziehungen mit den Bewohnenden und die Herausforderungen der Beziehungsgestaltung für Menschen mit Beeinträchtigungen berichten uns die beiden Sozialpädagoginnen Magdalena Palokaj und Seraina Crastan im Interview. In einem Bericht fasst Selina Scheiwiller die Beziehungserfahrungen von zwei Mitarbeitern mit Beeinträchtigung zusammen, und letztlich sind Sie, liebe Leser*innen, gefragt: Verschiedene Fachpersonen, Mitarbeitende und Bewohnende von Contenti haben mit uns ihr Symbol für Freundschaft geteilt. Finden Sie die passenden Verbindungen zwischen Symbol und Beschreibung?

Contenti als Institution wird ebenfalls von einem breiten Beziehungsnetz getragen, zu dem auch Sie als Leser*in der **b-post** zählen. An dieser Stelle danken wir Ihnen für Ihr Vertrauen und für Ihre Treue.

Wir wünschen eine erkenntnisreiche Lektüre beim Einblick in die unterschiedlichen Beziehungserfahrungen.

Mit freundschaftlich lichtvollen Novembergrüssen aus der Gibraltarstrasse

Monika Elmiger
Geschäftsleiterin

Beziehung (un)eingeschränkt erleben

Einblicke in die Welt von Beziehungen – hier teilen zwei Contenti-Mitarbeitende ihre Erfahrungen, ihre Gedanken und ihre Erkenntnisse mit uns.

«Eine inspirierende Liebe, die trotz eines schweren Unfalls an Stärke gewonnen hat, davon erzählt Carlos Schwabl. Erich Hofstetter schildert persönliche Einsichten und lässt uns an seinen Gedanken teilhaben, die er sich über unterschiedliche Beziehungsarten macht.»

Von der Kraft einer tiefen Beziehung

Arbeit und Familienleben – der Alltag von Carlos war vollgepackt mit Terminen und Überstunden. Bis zu einem Unfall, der sein Leben veränderte. Carlos' Frau stand ihm immer bedingungslos zur Seite und daran hat sich bis heute nichts geändert. Carlos sagt: «Unsere Liebe ist stärker geworden, intensiver im Laufe der Zeit.» Die Beziehung sei nicht nur von romantischer Liebe geprägt, sondern ganz besonders von einer tiefen Freundschaft.

Die Fähigkeit, einander in guten wie in schlechten Zeiten zu unterstützen, bildet das Fundament dieser Beziehung. Vieles hat sich seit dem Unfall verändert. Carlos erzählt: «Manchmal merke ich, wie ich von meiner Verwandtschaft nicht mehr ernst genommen werde. Das führt zu Spannungen.» Diese Herausforderung bewältigt er gemeinsam mit seiner Ehefrau durch offene Kommunikation und gegenseitiges Verständnis.

«Meine Frau sieht mich als gesunden Menschen – meine Beeinträchtigung spielt in unserer Beziehung keine Rolle.» Ihr gemeinsamer Wunsch, zusammen alt zu werden, ist die Grundlage für ihre Liebe.

Raum schaffen für und in Beziehungen

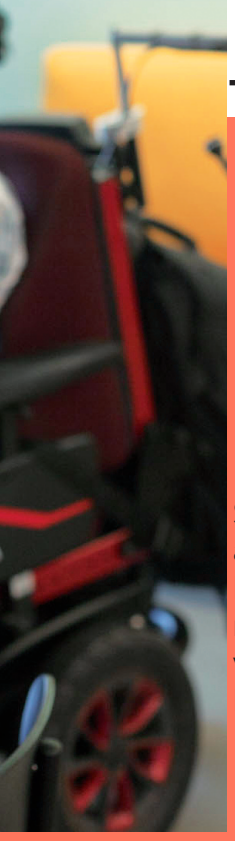
«Nie zu sehr klammern, dann hält es länger», lautet das überzeugte Leitmotiv von Erich. Erich ist Mitarbeiter bei Contenti und äussert uns gegenüber seine Überlegungen zum Thema Beziehungen. Sein Leitmotiv unterstreicht die Bedeutung von Freiraum und Unabhängigkeit in Freundschaften und Partnerschaften. Erich legt Wert darauf, sich in Beziehungen in allen emotionalen Facetten zeigen zu können: von Freude und Liebe bis hin zu Wut und Trauer.

In einer schwierigen Lebenskrise, als er sich als Versager fühlte, erfuhr er Unterstützung von seinen Freunden. Und die wahren Freunde sind auch geblieben, obwohl Erich manchmal von Verlustängsten geplagt wird. Über wertvolle Beziehungen hat ihn die Pandemiezeit Elementares gelehrt: «Für mich bedeutet Freundschaft, andere Meinungen akzeptieren zu können.»

Mit zunehmendem Alter wird Erich sein Privatleben wichtiger. «Mein Körper ist ein Spiegel meines Inneren. Ich bin ein offener Typ und man merkt mir schnell an, wenn etwas nicht stimmt.» Trotzdem möchte er Beziehungsthemen nicht bei der Arbeit besprechen und setzt für sich Grenzen.

Für eine romantische Beziehung jemanden auf gleicher Wellenlänge zu finden, ist für Erich eine Herausforderung. Dennoch hegt er das Bedürfnis nach einer Partnerschaft: «Ich wünsche mir Glück in einer Beziehung, bin aber offen für das Unerwartete. Beziehungen entwickeln sich auf natürliche Weise und können nicht erzwungen werden.»

Die Gespräche mit den beiden Contenti-Mitarbeitern hat Selina Scheiwiller geführt und zusammengefasst.



BEDEUTUNG DER FARBE ORANGE
Orange gilt als die Farbe der Freundschaft und der Familie. Die Farbe Orange ist eine Kombination aus der Energie von Rot und der Fröhlichkeit von Gelb. Orange steht für Jugend und Spass. Es handelt sich um eine strahlende und warme Farbe, die mit Freude in Verbindung gebracht wird. Ausserdem verkörpert Orange das Feuer und die Sonne, aber auch Unterhaltung und die warmen Tropen. Diese Farbe symbolisiert ausserdem Begeisterung, Faszination, Glück, Kreativität, Entschlossenheit, Anziehungskraft und Erfolg.

Beziehungsweisen im beruflichen Kontext

Seraina Crastan und Magdalena Palokaj arbeiten als Sozialpädagoginnen bei Contenti Wohnen. Im Gespräch erzählen sie aus ihrem professionellen Beziehungsalltag mit den Bewohner*innen, von Erfahrungen und Herausforderungen, Definitionen und Erlebnissen.

Seraina, Magdalena, wie gestalten Fachpersonen des Bereichs Wohnen unterstützende und vertrauensvolle Arbeitsbeziehungen zu den Bewohner*innen?

Seraina: Eine offene Kommunikation ist bei der Beziehungsgestaltung von zentraler Bedeutung. Und: Menschlich bleiben – das ist für mich wichtig.

Magdalena: In meiner Arbeit als Sozialpädagogin betone ich stets die berufliche Beziehung zu den Bewohnenden. Es ist entscheidend, allen die gleiche Aufmerksamkeit zu geben und ihre Selbstständigkeit zu fördern. Unsere Beziehungen sind von Nähe und Distanz geprägt – ich bin weder Mutter noch Freundin für sie. Wichtig ist, die eigenen Grenzen zu erkennen und diese regelmässig zu reflektieren. Ich bin transparent und authentisch, sodass die Bewohnenden spüren können, wenn ich an meine Grenzen stosse.

Anhand welcher Grundsätze leitet ihr eure Herangehensweise ab, um Beziehungen professionell zu gestalten?

Magdalena: In der Sozialen Arbeit ist es wichtig, die Bewohnenden in einem ganzheitlichen System zu betrachten und soziale, familiäre und gesellschaftliche Kontexte mitzudenken. Zudem orientiere ich mich am Normalisierungsprinzip.

Seraina: Das Leitbild der Stiftung Contenti gibt gemeinsame Werte vor, die als Grundlage für Entscheidungen und die Zusammenarbeit dienen. Wichtig ist zudem das Bewusstsein darüber, dass sich die Biografie und die Erfahrungen des Gegenübers wesentlich von jenen Erfahrungen unterscheiden, die man selber gemacht hat.

Was bedeutet für euch eine professionelle Arbeitsbeziehung zwischen Fachpersonen und Bewohner*innen?

Seraina: Das Akzeptieren von Grenzen auf beiden Seiten. Unsere Klientel zeigt grosses Interesse an uns Betreuungspersonen. Dies zum Beispiel im Gegensatz zu meiner Erfahrung in einem Jugendheim, wo meine Persönlichkeit für die Jugendlichen weniger von Bedeutung war; sie wohnten ja jeweils nur kurzzeitig im Heim. Das grosse Interesse erfordert eine klare Abgrenzung in Bezug darauf, was ich aus meinem Privatleben teilen möchte.

Magdalena: Für mich ist es wichtig zu wissen, dass ich mein Bestes gegeben habe. Neben Fachwissen ist bewusste Reflexion entscheidend. Die gegenseitige Akzeptanz – auch im Team – bedeutet Professionalität.

Habt ihr Beispiele für Situationen, in denen ihr Grenzen setzen musstet?

Magdalena: Es kam einmal vor, dass ein Bewohner mich für eine stressige Situation verantwortlich machte, die aus Unzufriedenheit über fehlende Selbstständigkeit entstand. Wichtig ist dann, Verständnis zu zeigen, jedoch auch richtigzustellen, dass ich nicht für die Situation verantwortlich bin.

Seraina: Ist ein*e Bewohner*in wütend, lasse ich ihn, sie beispielsweise fünf Minuten in Ruhe. Kurz aus der Situation rausgehen und durchatmen.

Magdalena: Ich schätze den vielfältigen Ausbildungshintergrund im Betreuungsteam, stosse aber auch da an meine Grenzen. Etwas sofort und in prägnanter Weise aus meinem «Sozialpädagoginnen-Rucksack» weiterzugeben, ist herausfordernd.

Wie unterstützt ihr als Fachpersonen die Bewohner*innen bei ihren Beziehungen zu Familienmitgliedern, Freunden oder in Liebesbeziehungen?

Magdalena: Sehr unterschiedlich. Ich unterstütze auf vielfältige Weise, oft durch Zuhören, und kläre vorab, ob Rat gewünscht ist. Ich glaube daran, dass die Bewohnenden am besten über sich selbst Bescheid wissen, daher dränge ich niemandem eine Lösung auf. Wir sind oft die erste, manchmal auch einzige, Ansprechperson. Umso wichtiger ist es, dass wir bei Entscheidungen nicht beeinflussen. Vielmehr gilt es, Szenarien aufzuzeigen und die Klientel zu animieren, die Sache selber zu hinterfragen.

Seraina: Bei uns leben äusserst selbstständige Bewohner*innen, die vieles alleine managen. Oftmals ist es wirklich das Zuhören, das unterstützend wirkt.

Werfen wir einen Blick auf die Beziehungen unter den Bewohnenden in einer Wohngruppe: Wie nehmt ihr das wahr, wie hat sich das entwickelt – und wie unterstützt und begleitet ihr hierbei?

Seraina: Es variiert stark je nach Wohngruppe und nach individueller Stimmung der Bewohnenden. Die Gruppendynamik ist unterschiedlich, beeinflusst von den Persönlichkeiten und von den sozialen Kompetenzen der Bewohnenden.

Magdalena: Mich dünkt, es unterscheidet sich nicht sehr von einer Wohngemeinschaft aus Menschen ohne Beeinträchtigung.

Seraina: Auf der Wohngruppe entstehen oft spontane, positive Momente wie gemeinsame Spiele. Dennoch respektieren wir die Privatsphäre der Bewohnenden, besonders

nach einem anstrengenden Tag. Wir zwingen keine Freundschaften auf, wenn die Chemie nicht stimmt.

Magdalena: Überzeugungsarbeit leisten ist heikel. Alle sind schliesslich erwachsen und haben auch ihre eigene Art und Weise, sich zu beteiligen.

Auch bei Contenti unterhalten die Bewohnenden romantische Liebesbeziehungen. Wie geht Contenti damit um, gibt es spezielle Richtlinien oder Unterstützungsmassnahmen?

Magdalena: Contenti ist hier recht offen, aber generell hinkt die Schweiz im Vergleich zur UN-Behindertenrechtskonvention hinterher.

Seraina: Contenti unterstützt Liebesbeziehungen unter klaren Bedingungen. Das Betreuungspersonal muss im Voraus über Besuche informiert sein, und bei Assistenzbedarf der anderen Person wird es komplizierter. Ein Konzept existiert, konkrete Rahmenbedingungen und eine gemeinsame Haltung fehlen noch. Die Gesprächsinhalte mit den Bewohnenden sind entscheidend, da das Sprechen über Sexualität besondere Sensibilität erfordert. Eine externe neutrale Fachperson einzubeziehen ist aus meiner Sicht wichtig, um Schamgefühle und Rollenkonflikte zu bewältigen.

Magdalena: Es ist eine superintime Angelegenheit und kann einschneidende Auswirkungen für unsere Klientel haben. Empathie und wertfreies Handeln sind entscheidend. Denn wir können ihnen nichts vormachen, etwas zu spüren, ist ihre Superkraft! Menschen mit Beeinträchtigung wird leider auch heute teilweise noch das Recht auf Sexualität abgesprochen. Dieses Thema ist häufig noch immer ein Tabu und Menschen mit Beeinträchtigung haben das Gefühl, dass ihnen das nicht zugestanden wird.

Seraina: Viele Institutionen sind unsicher im Umgang mit dem Thema. Dennoch ist es ein Fortschritt, nicht zu schweigen, sondern offen darüber zu sprechen.

Wie gewährleistet ihr die Intimsphäre in einer Umgebung des betreuten Wohnens?

Seraina: Intimsphäre ist nur im eigenen Zimmer möglich. Wir klopfen an, und warten auf ein Zeichen, bevor wir eintreten.

Magdalena: Wir nutzen Sichtschutztücher während der Pflege, was für die Bewohnenden ungewohnt sein kann. Aufklärung ist wichtig, ich betone dann, dass es nicht normal ist, sie nackt zu sehen.

Wie viel Freiraum gewährt ihr den Bewohnenden bei der Gestaltung ihrer Beziehungen und ab wann ist es euer Auftrag, sie vor einem Abhängigkeitsverhältnis oder vor Ausbeutungsgefahr zu schützen?

Magdalena: Wir ermutigen die Bewohnenden dazu, sich abzugrenzen und ihre eigenen Grenzen zu kennen. Wir unterstützen sie beim Reflektieren ihrer Gefühle und bleiben objektiv.

Seraina: Wenn ein Ungleichgewicht oder ein Machtverhältnis droht, haben wir einen Schutzauftrag. Daher ist aufmerksames Zuhören wichtig, um potenzielle Probleme zu erkennen.

Welche Herausforderungen bestehen für Menschen mit Beeinträchtigung bei der Gestaltung von Beziehungen und wie erlebt ihr diese im Arbeitsalltag?

Magdalena: Leider erleben sie viel Ablehnung, das macht mich betroffen. Dennoch bietet Contenti durch die zentrale Lage gute Möglichkeiten, Beziehungen zu pflegen.

Seraina: Es gibt viele negative Erfahrungen, aber es ist verständlich, dass hohe Erwartungen an Beziehungen vorhanden sind.

Wo seht ihr Gemeinsamkeiten und Unterschiede bei Menschen mit und ohne Beeinträchtigung?

Magdalena: Menschen mit Beeinträchtigung sind vielen Fremdbestimmungen ausgesetzt. Dass sie anders sind, wird ihnen von der Gesellschaft immer wieder vor Augen geführt.

Seraina: Es gibt definitiv mehr Hürden für sie, alleine schon der Körperkontakt im Rollstuhl.

Magdalena: Die Bedürfnisse und Beziehungserwartungen sind aber auf beiden Seiten gleichermassen vorhanden.

Seraina: Beziehungsgestaltung ist für uns alle herausfordernd, Kompromisse, Streit usw., das ist uns allen vertraut. Und schlussendlich wollen wir doch dasselbe: akzeptiert und geliebt werden.

Herzlichen Dank, Magdalena und Seraina, für die Einblicke!

Interview: Selina Scheiwiller

Sinnstiftende Arbeit

Erfahren Sie mehr über die Contenti-Dienstleistungen im Bereich Arbeit, die Menschen mit Beeinträchtigung eine sinnvolle Tagesstruktur bieten. Unsere engagierten Fachpersonen und Mitarbeiter*innen realisieren gemeinsam Kundenaufträge – entdecken Sie jetzt unser Angebot unter:

→ **www.contenti.ch/angebot**

Fahrer*innen gesucht!

Um unsere Mitarbeitenden und Bewohnenden zur Arbeit und nach Hause zu transportieren, suchen wir freiwillige Fahrer*innen. Interessiert? Bitte melden Sie sich gerne bei Fabian Bucher:

fabian.bucher@contenti.ch / Telefon 041 240 06 24

IMPRESSUM

Herausgeberin: Contenti, Luzern; www.contenti.ch
Redaktion: b-post@contenti.ch
Auflage: 4800 Ex., erscheint 2-mal jährlich
Abonnement: Für Gönner*innen im Spendenbetrag ab CHF 5.– enthalten
Lektorat/Korrektorat: Textbüro Punkto, Luzern
Fotos: Susanne Stauss, Zürich
Grafik: meierkolb, Luzern
Druck: Gamma Print, Luzern

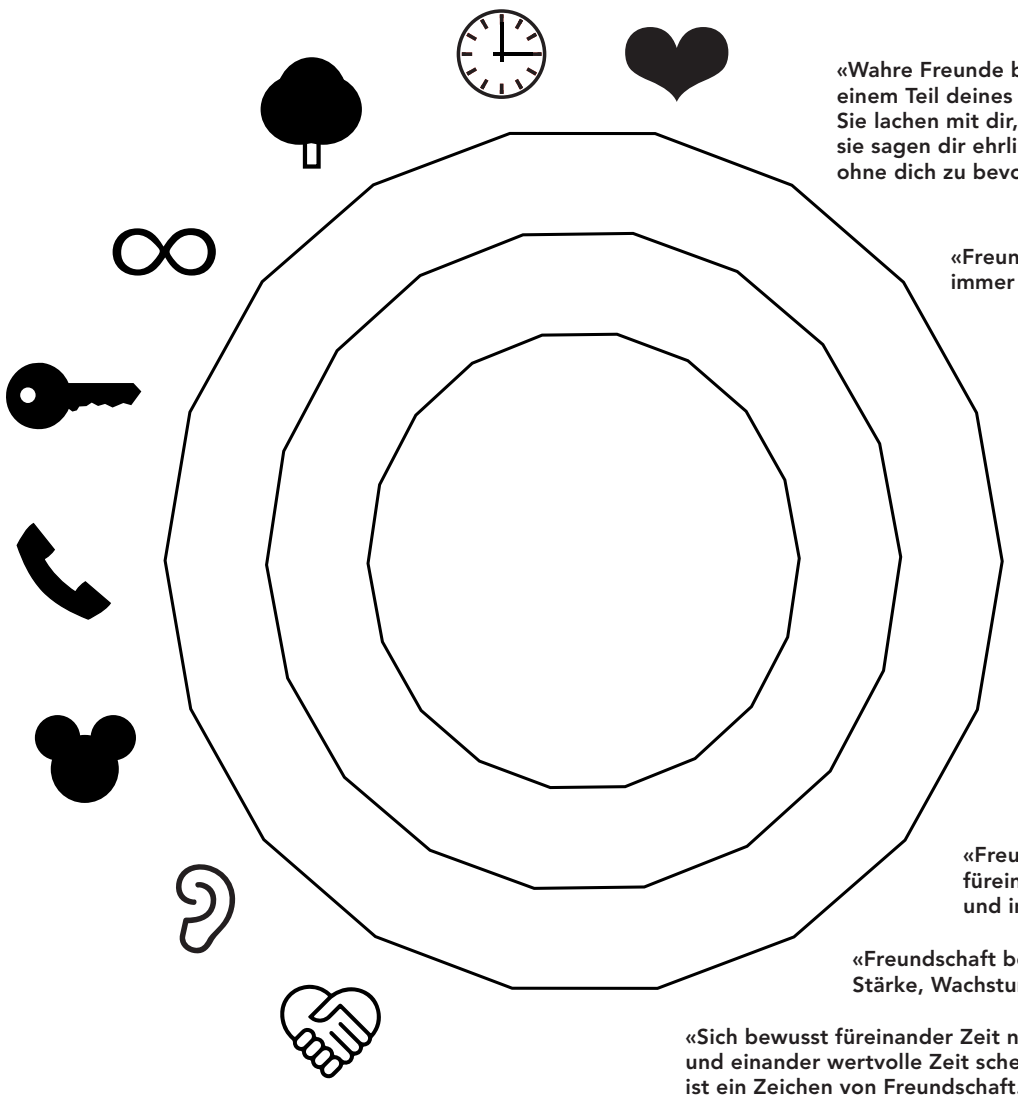
FREUNDSCHAFTSRÄTSEL

Zeig mir dein Symbol

Mitarbeitende, Bewohnende und Fachpersonal haben mit uns Symbole geteilt, die sie persönlich mit Freundschaft verbinden. Lösen Sie das Rätsel: Welches Symbol gehört zu welcher Aussage? Dazu einfach mit einem Stift Symbol und passende Aussage durch eine Linie miteinander verbinden. Das Bild, das dadurch entsteht, gibt einen Hinweis aufs Lösungswort.

Bis zum 18. Dezember 2023 Lösungswort einsenden an: info@contenti.ch

Bitte Name und Adresse beim Einsenden nicht vergessen! Unter den Teilnehmenden verlosen wir zwei Contenti-Schals für wohlige Wärme während den kühlen Monaten.



«Wahre Freunde begleiten dich auf einem Teil deines Lebensweges. Sie lachen mit dir, sie weinen mit dir, sie sagen dir ehrlich ihre Meinung, ohne dich zu bevormunden.»

«Freunde hören einander immer zu.»

«Eine Freundschaft lebt von Erinnerungen gemeinsamer Erlebnisse, lässt mich andere Seiten zeigen und wieder einmal Kind sein.»

«Ein Weg, um eine Freundschaft zu pflegen und in Kontakt zu treten – da spielt die räumliche Distanz keine Rolle.»

«Freundschaft ist eine Tür zwischen zwei Menschen. Sie kann manchmal knarren, sie kann klemmen, aber sie ist nie verschlossen.»

«Freunde sind immer füreinander da – in einfachen und in schwierigen Zeiten.»

«Freundschaft bedeutet für mich Stärke, Wachstum und Beständigkeit.»

«Sich bewusst füreinander Zeit nehmen, und einander wertvolle Zeit schenken, ist ein Zeichen von Freundschaft.»

«Sich gegenseitig schätzen, gern haben und einander Zuneigung zeigen, das bedeutet für mich Freundschaft. Alle meine Freunde haben dort einen Platz.»

Lösungswort:

«Tipp: Es trägt uns alle und fängt uns auf – im Editorial wird das Wort auch verwendet.»