

## **Selbständig leben auf Probe**

*April 2021*

Nino D. (25) hat es geschafft und sich einen lang gehegten Wunsch erfüllt: unter den ungewöhnlichen Bedingungen der Corona-Lage hat er ein erfolgreiches Probewohnen absolviert und im direkten Anschluss seinen Traum vom alleinigen, selbstbestimmten Wohnen in einer eigenen Wohnung verwirklicht. Wie ihm das gelungen ist und wer und was ihm dabei geholfen hat, hat er einem Mitarbeiter der KoKoBe Mönchengladbach im persönlichen Gespräch erzählt.

Den Wunsch, alleine wohnen zu wollen, hegte Nino D., der unter sogenannten stationären Bedingungen in einer Einrichtung der Behindertenhilfe in Mönchengladbach lebte, schon seit Beendigung der Schulzeit. Damals durfte er zusammen mit einem ehemaligen Schulkameraden erstmals zwei Wochen lang in die Probewohnung einziehen. Mit Unterstützung der begleitenden Fachkräfte des Ambulant Betreuten Wohnens (BeWo), die die jungen Männer zu vereinbarten Zeiten in der Wohnung aufsuchten und zu allen anstehenden Fragen und Themen berieten, gingen die beiden ihrem gewohnten Tagesablauf nach und bewältigten ihren Alltag in der Probewohnung größtenteils eigenständig.

Das positive Gefühl von damals, selbständig zu leben, unabhängig zu sein, alleine zu entscheiden, ließ Herrn D. seitdem nicht mehr los. Schon damals wusste er: Irgendwann ziehe ich aus der Einrichtung aus; nur der passende Zeitpunkt war ihm zunächst noch unklar. Immer wieder stellte er sich die Fragen: Schaffe ich das? Komm ich alleine zurecht? Mit seinen Betreuern in der Einrichtung traf er deshalb erst einmal die Vereinbarung, auf dieses Ziel hinzuarbeiten und gezielt zu üben.

Im Februar 2020 war es schließlich soweit: Nino D. kontaktierte die KoKoBe Mönchengladbach, eine Beratungsstelle für Menschen mit Behinderung, die das Projekt „Probewohnen in Mönchengladbach“ koordiniert, und vereinbarte einen ersten Termin. Im Planungsgespräch wurden sämtliche organisatorischen Hürden genommen und die Aufgaben sowie der Umfang der ambulanten Unterstützung miteinander abgestimmt. Der Realisierung des Projektes „Probewohnen“ stand damit nichts mehr im Wege.

Dann jedoch brach völlig unverhofft – mitten in die bereits laufende Maßnahme – die Corona-Pandemie herein. Eigentlich sollte Herr D. nach dem auf vier Wochen angesetzten Probewohnen zunächst in die Einrichtung zurückkehren, in der er bis dato wohnte. Infolge der im ersten Lockdown verhängten Beschränkungen hätte er aber erst einmal eine zweiwöchige Quarantäne antreten müssen. Dies hätte für ihn zudem auch noch den Verlust seiner Beschäftigung zur Folge gehabt. Dank der flexiblen Einsatzbereitschaft des beteiligten BeWo-Dienstes und der ebenso bereitwilligen Haltung und Herangehensweise des Landschaftsverbandes Rheinland als zuständigem Träger der Eingliederungshilfe, der die erforderliche Zustimmung erteilte, wurde die Maßnahme stattdessen einfach verlängert: aus vier Wochen Probewohnen wurden so drei Monate!

Nino D. nutzte diese intensive Zeit äußerst konstruktiv für sich. Am Ende des Probewohnens stand für ihn fest: Ich kehre nicht in die Einrichtung zurück. Er suchte sich eine kleine Wohnung und sicherte sich die weitere Unterstützung des Ambulant Betreuten Wohnens.

Seitdem lebt Nino D. alleine, selbständig, selbstbestimmt – halt normal.

Möglichst eigenständig und selbstbestimmt zu wohnen, ist ein Wunsch vieler Menschen mit Behinderung, die noch bei ihren Eltern, anderen Angehörigen oder in einer stationären Einrichtung leben. Dennoch scheuen auch viele den Schritt zu größerer Unabhängigkeit in einer ambulant betreuten Wohnform. Verunsicherung, Angst vor dem Alleinsein und vor Überforderung, Bedenken der Betreuenden oder Angehörigen stehen oftmals im Weg.

Die KoKoBe (Koordinierungs-, Kontakt- und Beratungsangebote für Menschen mit geistigen, körperlichen und mehrfachen Behinderungen) in Mönchengladbach initiieren und koordinieren seit über zehn Jahren Maßnahmen, die sich mit dieser Problematik auseinandersetzen: mit dem etablierten Projekt „Probewohnen in Mönchengladbach“.

Das Probewohnen richtet sich sowohl an Menschen mit Behinderung, die noch im Elternhaus wohnen, als auch und gerade an Personen, die bis jetzt in besonderen Wohnformen oder bereits in ambulanten Gruppenkonstellationen leben und perspektivisch das Ziel weiterer Verselbständigung verfolgen möchten.

Die Teilnehmer\*innen des Probewohnens sollen unter realistischen Bedingungen erfahren, was es konkret bedeuten kann, weitgehend selbständig zu wohnen: das Geld zu verwalten, davon den Lebensunterhalt zu bestreiten; mit den Rechten und Pflichten als Mieter zurecht zu kommen und beispielsweise die Hausordnung und die Kehrwoche einzuhalten; sich den Tag selbst einzuteilen und eigenverantwortlich den Haushalt zu führen, zu putzen, die Wäsche zu waschen, zu kochen und - vor allen Dingen - auch einmal Zeiten des Alleinseins auszuhalten. Der Schwerpunkt beim Probewohnen liegt nämlich auf dem Ausprobieren.

Für das Probewohnen, das in der Regel auf vier Wochen angelegt ist, aber nach Bedarf verlängert werden kann, wurde eine Drei-Zimmer-Wohnung gemietet, die komplett mit Mobiliar, Hausrat und allen nötigen Haushaltsgeräten ausgestattet ist. Zentral gelegen in Mönchengladbach-Rheydt, sind öffentliche Verkehrsmittel und Einkaufsmöglichkeiten von hier aus gut zu erreichen.

Begleitet und unterstützt werden die Teilnehmenden während des Probewohnens von qualifizierten Mitarbeiter\*innen verschiedener BeWo-Dienste aus Mönchengladbach (die Abkürzung „BeWo“ steht für die Leistungen des „Ambulant Betreuten Wohnens“). Vor Beginn der Maßnahme werden Umfang und Inhalt der Unterstützung in einem gemeinsamen Planungsgespräch festgelegt. Koordiniert von den Fachberater\*innen der KoKoBe, sind daran sowohl die Projektteilnehmer\*innen selbst als auch deren Angehörige, ggf. Mitarbeitende aus dem derzeitigen stationären Angebot sowie die jeweiligen Einsatzkräfte des beauftragten BeWo-Dienstes beteiligt. Neben den praktischen Hilfestellungen im Alltag bieten die Mitarbeiter\*innen der Ambulanten Dienste den Nutzer\*innen der Probewohnung Beratung und Gespräche an, wie sie am besten mit der neuen Lebenssituation zurechtkommen. Dadurch können auftretende Schwierigkeiten, Ängste und Unsicherheiten rechtzeitig abgefangen und Sicherheit vermittelt werden.

Das Projekt „Probewohnen in Mönchengladbach“ wird seit 2009 aus Fördermitteln des Landschaftsverbandes Rheinland finanziert und ist für die Teilnehmenden kostenfrei, abgesehen von einer festgelegten wöchentlichen Summe an Haushaltsgeld, das für die eigene Verpflegung und Verbrauchsmaterialien im Erprobungszeitraum mitgebracht und aufgewendet werden muss.

So können ein erfolgreiches Absolvieren des Probewohnens und die dabei gewonnenen Erfahrungen und Erkenntnisse manchen Menschen mit Behinderung neue Wohn- bzw. Lebensperspektiven für die eigene Zukunftsplanung eröffnen - so wie bei Nino D.

Einen Blick in die Zukunft zu wagen, eine Veränderung anzustreben, neue Ziele in Angriff zu nehmen, all das könnte – gerade in den schwierigen Zeiten der Pandemie – durchaus auch für andere Menschen mit Behinderung interessant und reizvoll sein. Die KoKoBe Mönchengladbach lädt alle Interessierten herzlich ein: Seien Sie mutig und probieren Sie es einfach aus!

Nach der gerade vollzogenen Verlegung des Neuwerker KoKoBe-Standortes in die Marienhof-Passage stehen der KoKoBe Mönchengladbach nun brandneue Räumlichkeiten in zentraler City-Lage zur Verfügung. Neben dem zweiten Standort im Paritätischen Zentrum in Rheydt sind die KoKoBe-Mitarbeiter\*innen somit ab sofort am neuen Standort auf der Viersener Straße/ Ecke Wallstraße zu finden.

*KoKoBe Mönchengladbach*

*Viersener Str. 5 – 9*

*41061 Mönchengladbach*

*Tel.: 02161 / 4952163 oder 02161 / 4952158*

[www.kokobe-moenchengladbach.de](http://www.kokobe-moenchengladbach.de)