



20 Jahre

Wohnhaus Fischelgasse

Vorworte

Wir feiern das 20-jährige Bestehen des Wohnprojekts Fischelgasse! Und dass Sie diese Broschüre nun in der Hand halten, ist ein großer Erfolg.

Selbständigkeit und Selbstbestimmung sind programmatische Ziele im Konzept des Wohnprojekts Fischelgasse in Wr. Neustadt. Am Anfang dieser Festschrift informieren wir Sie gerne darüber, dass die Bewohnerinnen und Bewohner des Wohnprojekts diese Festschrift in Eigenregie geplant, konzipiert und umgesetzt haben. Als Trägerorganisation blieb uns noch die Aufgabe, dieses Vorwort zu erstellen, die Druckkosten zu übernehmen und uns über diese Entwicklung zu freuen! Und das tun wir! Herzlichen Dank an alle Bewohnerinnen und Bewohner der „Fischelgasse“, wie wir sie nennen, die an dieser Festschrift mitgearbeitet haben! Ein besonderer Dank gilt jenen Autorinnen und Autoren, die ihre persönlichen Erfahrungen zur Verfügung stellen und damit das gesellschaftliche Tabu, das psychisch krank Menschen gegenüber immer noch besteht, brechen.

Mag. Martin Kaukal, Geschäftsführer
Mag.^a (FH) Elisabeth Gundendorfer,
Fachbereichsleiterin

Professionelle Unterstützung geben und Eigenständigkeit ermöglichen

Ein eigener Wohnplatz kann viel bedeuten: Sicherheit, Schutz, Geborgenheit, Unabhängigkeit, Zukunft. Wohnen ist, wie Nahrung und Arbeit, ein Grundbedürfnis.

Die Bewohnerinnen und Bewohner werden rund um das Thema Wohnen unterstützt. Selbständigkeit und Selbstwirksamkeit sind uns in der Zusammenarbeit mit den Bewohnern und Bewohnerinnen ein großes Anliegen. Das Besondere am Wohnprojekt beschreibt eine Bewohnerin, in dieser Festschrift, wie folgt: „dass ... so viel Betreuung wie notwendig ..., aber auch so viel Selbständigkeit und Freizeit wie möglich“ geboten wird.

Dieses Haus in Wr. Neustadt trägt zur Entstigmatisierung und Inklusion bei. Grund genug, das Bestehen und die Bewohner und Bewohnerinnen mit dieser Festschrift zu würdigen.

Corinna Grötz BA, Einrichtungsleiterin

20 Jahre Wohnhaus Fischel- gasse in Wiener Neustadt



Das Wohnhaus Fischelgasse liegt am westlichen Stadtrand in der Fischelkolonie in Wiener Neustadt.

Hinter dem zweistöckigen Wohnhaus befindet sich ein schöner Garten. Die Umgebung bietet sich für Spaziergänge, Nordic Walking und Radfahren gut an. In der Nähe des Wohnhauses befindet sich eine Bushaltestelle mit Verkehrsanbindung zum Bahnhof bzw. in die Stadt. Supermärkte und ein Drogeriemarkt sind zu Fuß gut erreichbar.

In zwölf Wohnungen leben dreizehn BewohnerInnen. Die Wohn- und Lebensqualität am Stadtrand, aber auch die gute Infrastruktur, werden sehr geschätzt.

Eine Bedarfserhebung im Jahre 1993 bei den SozialarbeiterInnen der Psychosozialen Dienste im Industrieviertel ergab, dass ca. 20 Personen aus dem Süden Niederösterreichs dringend ein Wohnbedürfnis haben. Die betroffenen Menschen lebten damals in anderen Institutionen oder in ungeeigneten Wohnverhältnissen.

1994 wurde von DSAⁱⁿ Liselotte Seidl, Geschäftsführerin des Vereins PSZ, ein Konzept erstellt und die Verhandlungen mit dem Amt der NÖ Landesregierung durchgeführt. ▶

Der Verein Psychosoziales Zentrum Mistelbach (gegründet 1978) wollte einen Beitrag zur Verbesserung der Lebensqualität für psychisch kranke Menschen anbieten und zur Integration einer Randgruppe beitragen.

Die Schaffung von Dauerwohnplätzen für psychisch kranke und behinderte Menschen war Ziel dieses Projektes. Durch die Anmietung des Objektes in der Fischelgasse in Wiener Neustadt durch den Verein Psychosoziales Zentrum konnten 11 Garconnieren und 2 große Wohnungen für je zwei Personen an Betroffene weitervermietet werden.

Das Wohnobjekt Fischelgasse wurde in den 70er Jahren erbaut und war das ehemalige Personalwohnhaus der Waldschule. Bis zum Sommer 1994 wurde das Haus von LehrerInnen und ErzieherInnen bewohnt. In der zweiten Etage war eine Abteilung der Bezirkshauptmannschaft Wiener Neustadt, bis zur Fertigstellung der neuen BH im Jahr 2000, untergebracht. Das Gebäude war damals noch Eigentum des Landes Niederösterreich.

DSAⁱⁿ Maria Michael-Opitz

Mitbegründerin und ehemalige Leiterin des Wohnprojektes

1996 sind die ersten neun BewohnerInnen eingezogen, fünf weitere BewohnerInnen konnten ab 2000 im zweiten Stock Wohnungen anmieten. In diesem Jahr hat der Verein Psychosoziales Zentrum auch die PSZ GmbH gegründet.

Zielgruppe des Projektes sind psychisch kranke und behinderte Personen, die ein hohes Maß an Eigenständigkeit mitbringen. Eigentümer der Liegenschaft ist seit 2003 die PSZ GmbH.

Mit jedem Bewohner/jeder Bewohnerin wird eine Nutzungsvereinbarung und ein Therapievertrag abgeschlossen. Die Betreuung wird seit 2017 über „Wohnassistenten“ geleistet und finanziert. Seit 2012 ist auch eine Tagedstruktur für 12 KlientInnen des PSD (Betreuungsform ICM=Intensiv Case Management) in diesem Objekt untergebracht.

Zu dieser Festschrift haben Betroffene, Angehörige und Professionisten einen Beitrag geleistet. Für dieses Engagement möchte ich mich bei allen recht herzlich bedanken.

Das Wohnen im Wohnhaus Fischelgasse aus der Sicht einer Bewohnerin



Für uns hat es viele Vorteile in dem Wohnprojekt Fischelgasse zu leben statt in einer WG zu wohnen, in der man nur ein Zimmer oder sogar ein Zimmer zu zweit bewohnt. Dort gibt es sicher auch mehr Regeln und Verbote, mehr Kontrolle und dadurch wahrscheinlich auch mehr Streit und Stress. Diskussionen über Sauberkeit und Essen wird es bestimmt auch geben und natürlich auch weniger Gestaltungsmöglichkeit in den Zimmern. Das Zusammenwohnen mit „fremden Menschen“ kann auch sehr belastend sein. Deshalb sind wir sehr froh, hier leben zu dürfen, da hier jede(r) eine eigene Wohnung hat, sozusagen ein freieres Leben als in einer WG und man das eigene „Ich“ mehr durchsetzen kann. Es sind sogar Kinder und Katzen erlaubt. Im Moment leben drei Katzen hier in der Fischelgasse, die gehören sozusagen schon dazu. Wir haben hier eine eigene Küche, viele eine eigene Waschmaschine und sind viel ungestörter als in einer WG. Wichtig für uns ist auch eine Rückzugsmöglichkeit, wenn es uns mal nicht so gut geht, die uns durch den Besitz einer eigenen Wohnung möglich ist.

Das Besondere an diesem Wohnprojekt ist, dass wir so viel Betreuung wie notwendig bekommen, aber auch so viel Selbständigkeit und Freizeit wie möglich. Frau Michael bietet hier im Haus Sprechstunden an, in die wir kommen können, um über Probleme zu reden und auch darüber, was uns gerade bewegt und beschäftigt, oder einfach nur, um in Gesellschaft zu sein. Selbständigkeit bedeutet für uns auch, eine eigene Wohnung zu haben, diese in Stand zu halten und Dinge zu erlernen, um gut zurecht zu kommen, wenn wir mal alleine sind.

Wir freuen uns auch über die Gemeinschaft und den Zusammenhalt hier im Wohnhaus. Wir kennen uns untereinander, manche kennen sich besser, manche weniger, aber wir sind uns sozusagen nicht fremd und es ist auch ein gewisser Zusammenhalt zu spüren, wenn wir untereinander sprechen. Das gibt sehr viel Sicherheit.

Sich untereinander über die Erkrankung auszutauschen kann auch oft sehr hilfreich sein. Wir können uns gegenseitig Tipps geben, wie man mit Problemen bzw. Symptomen, die durch die Erkrankung auftreten können, ►



am besten umgeht, über die Wirkung und verschiedenen Nebenwirkungen der Medikamente sprechen, da es da ja oft ganz viele gibt und jede(r) anders auf ein Medikament anspricht. Aber auch Gespräche in der Tagesstruktur sind oft hilfreich. Das miteinander kochen, basteln usw. ist oft wesentlich angenehmer als alleine in der eigenen Wohnung.

Auch einen bestimmten Rhythmus im Leben zu haben ist uns sehr wichtig. Einige von uns besuchen die Tagesstruktur hier im Haus, andere den Caritas Club, das Tagesszentrum in Wiener Neustadt oder das Arbeitstrainingszentrum der PSZ GmbH. Das bedeutet, jeden Tag in der Früh aufzustehen und dann in der jeweiligen Institution verschiedene Tätigkeiten und Aufgaben zu erfüllen. So gibt es Fixpunkte in unserem Leben, die uns Halt geben, um einen Plan in unserem Alltagsleben zu haben.

Unseren Garten haben wir uns auch sehr schön gestaltet. Vom Adventlauf vor einem Jahr haben wir zum Beispiel einen Tischtennistisch bekommen. In unserem Hochbeet pflanzen wir Gemüse, das wir dann gleich zum Kochen verwenden können.

Die Partys sind allerdings rapide zurückgegangen, da alle Partytäger ausgezogen sind. Dafür haben wir letzten Sommer zwei Mal im Garten gegrillt, was auch sehr schön war.

Wir freuen uns, hier wohnen zu dürfen und hoffen, dass dieses Wohnprojekt noch lange bestehen bleibt. Wir wünschen uns, dass es noch viele Wohnhäuser in dieser Form für Betroffene gibt. Aus unserer Sicht ist der Bedarf sehr groß.



Wie sehe ich die Fischelgasse als Angehörige? Gute Frage. Als Erstes habe ich nochmal die Definition „Betreutes Wohnen“ nachgelesen: Unter dem Begriff werden Wohnformen verstanden, in denen Menschen von Sozialarbeitern, Psychologen, Erziehern, Therapeuten oder Pflegekräften unterstützt werden. Ziel ist es, im Rahmen des betreuten Wohnens den Menschen mit Hilfebedarf eine weitestgehend selbstbestimmte und eigenverantwortliche Lebensführung zu ermöglichen. Alles klar.

Wenn ich an meine Mutter denke, die in der Fischelgasse und somit betreut wohnt, kommt mir genau jenes Netzwerk an Betreuern in den Sinn. Die anderen Bewohner gehören allerdings auch zum Netzwerk, fehlen aber in der Definition. Dabei empfinde ich als Tochter dieses Netzwerk an Bewohnern ebenso wichtig. Meine Mutter nimmt an der sozialen Gruppe teil, kocht und bastelt mit anderen und erfährt Gemeinschaft statt Alleinsein. Diese Gemeinschaft ist nicht immer einfach, da die Bewohner eben die Hochs und Tiefs der anderen miterleben, aber einfach ist das Leben ja generell nicht immer. Die Betreuung in der Fischelgasse inkludiert auch Hilfe bei Amtsgängen, Ärzten, Kuranträgen usw.

Was bedeutet das alles für mich? Für meine Mutter bedeutet es Unabhängigkeit und somit auch Unabhängigkeit für mich. Ich kann darauf vertrauen, dass meine Mutter die Unterstützung erhält, die sie



Das Wohnhaus Fischelgasse aus der Sicht einer Angehörigen

benötigt, um ihr Leben so selbständig und unabhängig wie möglich zu führen. Das entlastet mich, auch seelisch. Das betreute Wohnen gibt mir die Freiheit weiter Tochter zu sein, und nicht eine „Kümmerer/Eltern“-Rolle anzunehmen. Ich glaube, dass das zu meinem Wohl und dem meiner Mutter beiträgt. Darüber hinaus sehe ich die Fischelgasse als eine flexible Institution- meine Mutter konnte ihren Hund beim Einzug mitnehmen und später auch Katzen halten, nachdem der Hund von uns gegangen war. Der Umzug aus einer Gemeinschaftswohnung in eine Einzelwohnung war auch kein Problem. Alles in allem waren meine Erfahrungen mit den Betreuern und Mitbewohnern der Fischelgasse positiv, und ich freue mich, dass meine Mutter ein Zuhause gefunden hat.

Interview

mit Mag.^a E. Gundendorfer
und Mag. M. Kaukal

Das Wohnhaus Fischelgasse
aus der Sicht der Geschäftsführung
und der Psychosozialen
Fachbereichsleitung

Wozu brauchen psychisch kranke Menschen Wohneinrichtungen?

Die Möglichkeit in eine Wohneinrichtung zu kommen, ist sehr wichtig bei Situationen, in denen man rasch seinen Wohnort verlassen muss, z.B. bei belastenden Beziehungen, wenn man alleine nicht mehr zurecht kommt oder wenn Kinder in der Familie psychisch krank werden. Da ist ein therapeutisches Milieu sehr wichtig, das unterstützt, um wieder eine Richtung zu finden. Die Fischelgasse ist eine der wenigen Wohneinrichtungen in NÖ in dieser Form, wo jede/r eine eigene Wohnung hat, sonst besteht die Möglichkeit, in eine WG zu ziehen.

In der Fischelgasse hat man die Möglichkeit, wieder mehr selbständig

zu werden und es gibt professionelle Hilfe, aber auch Nachbarn, die einen unterstützen können. Es ist dort Raum, um miteinander zu sprechen, aber es besteht auch die Möglichkeit, sich zurückzuziehen, wenn man alleine sein möchte. Der Vorteil gegenüber einer WG ist, dass man sich seine Wohnung selber gestalten kann.

Wie sehen Sie den Tagesablauf in der Fischelgasse?

Die Tagesstruktur ist sehr wichtig, um eine Aufgabe zu haben, aber auch die Motivation in der Früh aufzustehen. Am späten Nachmittag, wenn alle wieder da sind, kann man sich besuchen, bzw. können alle selbst entscheiden, wie sie ihn gestalten möchten.

Was sind Gründe, dass man wieder ausziehen muss?

Man muss ausziehen, wenn man sich nicht an die Hausregeln hält, wenn sich andere durch einen nicht mehr sicher fühlen oder wenn sich jemand so stabilisieren konnte, dass er keine Betreuung mehr braucht.

Was macht psychisch kranke Menschen wieder gesund?

Es gibt viele Faktoren, die jemanden wieder gesünder machen können: die Medikamenteneinnahme, ein gutes Umfeld, die Tagesstruktur, soziale Kontakte und gute Beziehungen. Die ganze Kombination wirkt sicher stabilisierend.

Erfahrungen im Wohnhaus Fischelgasse und in Selbsthilfegruppen

Ein Beitrag einer ehemaligen Bewohnerin

Von Menschen lernen, die trotz einer psychischen Krankheit ein „normales und strukturiertes“ Leben führen können

Der Vergleich der unterschiedlichen Krankheitsbilder – es gibt immer wieder Parallelen, aber trotzdem hat jeder seine individuelle Geschichte

Austausch über die Befindlichkeiten; Kommunikation übers Kranksein, über Verluste; Selbstmordgedanken, ... Themen, die der eigenen Familie einfach zu viel werden

Tipps zur Stabilisierung, Geduld mit sich selbst haben

Auswirkungen der Medikamente und deren mögliche Nebenwirkungen von Ameisenlaufen über Nagelpilz bis zum großen Übel der Gewichtszunahme ... Notfallpläne für kleine und große Krisen

Als ich in dem PSZ-Haus mit der Diagnose „Bipolar“ einzog, ohne Kinder, ohne Job und mit sehr wenigen Freunden, war ich zwei Jahre schwer de-

pressiv. Ich suchte einen Weg mit der Krankheit zu leben, die ständige Angst vor der Manie oder der Depression war unerträglich, also begann ich über die Krankheit zu lesen. Ich hielt mich an die Hausordnung und besuchte die Tagesstrukturen, die internen Gruppen im Haus und erfuhr von der Selbsterfahrungsgruppe, die für mich persönlich sehr hilfreich war. Das Verständnis und Wissen über die selbsterlebten Erfahrungen der Gruppenmitglieder, nämlich dass man an vielen Tagen rein gar nichts schafft, können Ärzte oft überhaupt nicht nachvollziehen (und erteilen Ratschläge wie beispielsweise: „Sie haben ein Problem mit der Gewichtszunahme, gehen sie joggen“ – wenn man es nicht mal vor die Tür schafft).

Ich hatte mich schon beim ersten Spitalsaufenthalt mit einigen MitpatientInnen unterhalten und viel dazugelernt. Ich legte für mich fest, niemals Tranquilizer (Beruhigungsmittel - Medikamente, die süchtig machen) außerhalb des Krankenhauses einzunehmen, da ich glaube, es ist besser wenn man sich „spürt“ (ich brauche die Kontrolle über meine Gefühlslage, da ich es während der akuten Zeiten komplett verloren hatte oder abgeben musste). Meine Ärzte hatten immer sehr viel Verständnis diesbezüglich, obwohl sie meine Angst nicht immer verstanden.

In Zeiten, in denen der Körper total ruhig ist, nicht einmal die Hände zittern, aber das Gehirn eine Sturmflut aus Informationen, Fragen, ▶

Entscheidungen, Ängste und Sorgen zu verarbeiten versucht, und keinen einzigen Gedanken zu Ende denken kann, fand ich mein Notfallprogramm. Damals habe ich nämlich mit meinem bis dahin verhassten Putzen begonnen, ich musste nicht mal die Wohnung verlassen, konnte mich ablenken und körperlich auspowern, danach stellte sich eine Zufriedenheit und Ruhe im Kopf ein Je nachdem ob Körper oder Geist hibbelig ist, braucht man sein eigenes Ritual, das zumindest kurzfristig hilft. Malen, Bewegen, Schreiben, Sudokus, die Möglichkeiten sind unendlich, man muss was tun, sonst dreht sich die Negativspirale noch schneller.

Hilft ein Psychopharmaka, funktioniert das nur sehr selten ohne Gewichtszunahme, nicht nur die Seele und der Geist beruhigen sich, sondern auch die Körperfunktionen verlangsamen sich, obwohl ich nicht mehr aß als sonst, wurde ich um 30kg schwerer. Mit jeder Medikamentenreduktion verlor ich ein paar Kilos und gewann mehr Selbstvertrauen, die Sozialphobie ging schrittweise zurück, sodass ich mit Walken anfangen konnte, mit ausgewogener und regelmäßiger Ernährung und viel Trinken (Tee), da ich nun auf Quilonorm eingestellt war.

Für Menschen ist es sehr wichtig, sich austauschen zu können und verstanden zu werden, die eigene Vergangenheit mit Menschen ohne Vorurteile teilen zu können und die Möglichkei-

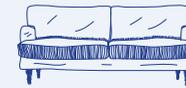
ten zu bekommen, von ehemaligen Kranken zu lernen, die die besten Lehrer für den Umgang mit der Krankheit sein können. Findet man eine Gruppe, in der alles passt, kann man so viel für sich mitnehmen und auch wieder an die neuen GruppenteilnehmerInnen weitergeben. Es bilden sich Freundschaften, man denkt wieder positiver und man beginnt zu hoffen, dass sich die eigene Situation wieder verbessern kann.

Jedes zweite Wochenende in der Fischelgasse

Aus der Sicht eines Kindes

Sohn (17) einer Bewohnerin: Obwohl mein Bruder und ich wussten, dass unsere Mutter aus Krankheitsgründen in das PSZ-Haus eingezogen ist, war uns anfangs nicht klar, was genau damit gemeint war, da unsere Mutter immer versuchte, ihre Krankheit vor uns zu verbergen, wenn wir bei ihr zu Besuch waren. Als ich älter wurde und zufälligerweise mit dem Sohn eines Nachbarn in Kontakt trat, fragte er mich, ob ich denn in dem „Irrenhaus“ nebenan wohnte. Ich kochte innerlich vor Wut, da viele der irrtümlicherweise als „Irre“ bezeichneten Menschen wirklich herzensliebende Leute waren, die niemals einem anderen, und erst recht keinem Kind, etwas anhaben hätten können, wie mir der Nachbarssohn zu glauben versuchen machte.

Ehemalige BewohnerInnen 1995-2016



Aufenthaltsdauer BewohnerInnen

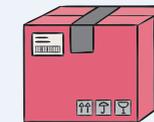
(Durchschnitt)



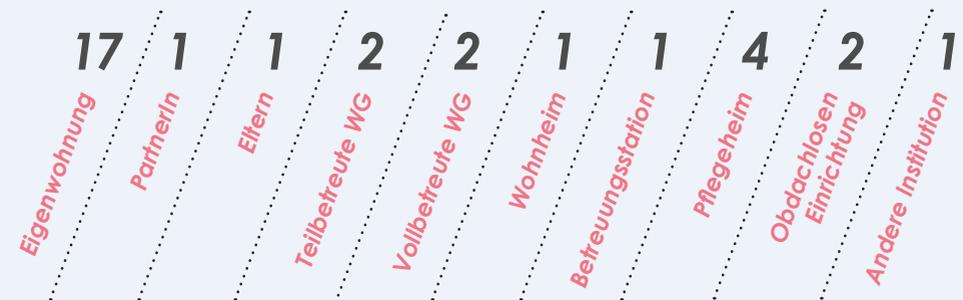
15 4,7 Jahre



17 3,5 Jahre

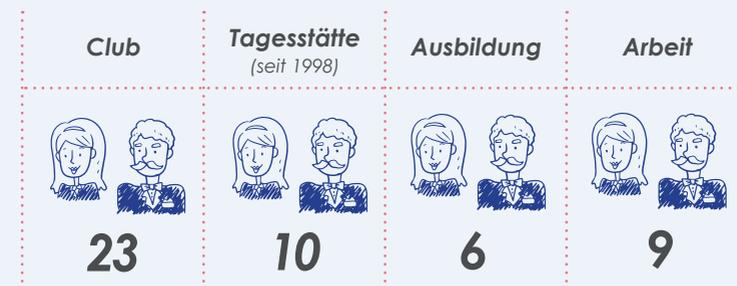


Auszug in



Tagesstruktur

(BewohnerInnen wechselten innerhalb des Aufenthaltes die Tagesstruktur)



Aktuelle BewohnerInnen



Aufenthaltsdauer BewohnerInnen

(Durchschnitt)



5

9,4 Jahre



7

6,9 Jahre



Einzug von



Tagesstruktur

(BewohnerInnen wechseln innerhalb des Aufenthaltes die Tagesstruktur)

ICM TS

Club

Tagesstätte
(seit 1998)

Ausbildung

Arbeit



5



7



6

0



2