

Saint Gall

DAS MAGAZIN
FÜR DIE STADT



WENDEPUNKT

WIE AUTISTIN IRIS KÖPPEL NACH IHRER SPÄTEN
DIAGNOSE IN IHR LEBEN ZURÜCKFAND (S. 16)

ADIEU STADT

«KELLENBERGER» ZÜGELT
NACH GOLDACH (S. 43)

OLÁ PORTUGAL

EINE AUSWANDERIN ERZÄHLT
VON IHREM NEUSTART (S. 72)





Workaut – eine Oase in St. Georgen

Menschen mit einer Autismus-Spektrum-Störung (ASS) sehen sich im Alltag mit vielen Herausforderungen konfrontiert. Sie haben Mühe, Beziehungen zu knüpfen und zu halten, die Bedeutung hinter Aussagen zu erkennen oder Prioritäten zu setzen. Vielen ist es nicht möglich, im ersten Arbeitsmarkt eine Stelle zu finden.

In St. Georgen bietet Workaut Menschen mit einer ASS Arbeitsplätze im geschützten Rahmen sowie Wohnbegleitung in den eigenen vier Wänden und Jobcoachings für die Bewältigung des Arbeitsalltags (S.10).

Der Facharzt Dr. Torsten Berghändler spricht im Interview über die Folgen im Alltag, aber auch über die Entstigmatisierung von ASS (S.15).

Die Geschichte von Iris Köppel zeigt, dass bei Beratungen auch die Erfahrungen aus eigener Betroffenheit wertvoll sind (S.16).

Nicht einfach 08/15

Aus Zufall entstanden, durch Absicht und stetige Arbeit gewachsen: Das ist Workaut. Die Institution in St. Georgen bietet geschützte Arbeitsplätze, Wohnraum und Unterstützung für Menschen mit Autismus.

Zwischen Regalen voller Kabel, einem zur Reparatur offenen Computer und mehreren Bildschirmen beugt sich Gian Duri Calonder über den Laptop einer Mitarbeiterin. Er hämmert auf die Tasten, hängt eine externe Festplatte an und hat im Nu das Problem behoben. Ein normaler Alltag im IT-Support. Doch nur auf den ersten Blick. Gian Duri Calonder ist einer von zehn Mitarbeitenden bei Workaut, die eine IV-Rente beziehen und einen geschützten Arbeitsplatz haben. Der 26-Jährige hat Autismus - oder, wie man heute sagt, die Autismus-Spektrum-Störung, kurz ASS. «Ich habe schon im Kindergarten gemerkt, dass ich anders bin. Ich spielte nie mit den anderen, war immer für mich», erzählt er. Damals wurde bei ihm Autismus diagnostiziert, daraufhin kam er in die Sonderschule. «Bei Workaut kann ich die Arbeit ausüben, die mir gefällt. Das ist eine grosse Chance für mich.»

ALS KIND HATTE ER ZWÄNGE

Neben den geschützten Arbeitsplätzen bietet Workaut in St. Georgen auch Jobcoachings sowie Wohnbegleitung durch Sozialpädagog*innen für Menschen mit einer ASS. Bei Gian Duri Calonder besteht zudem eine Zusammenarbeit mit einer IT-Firma im ersten Arbeitsmarkt. «Neben dem IT-Support bei Workaut betreue ich auch externe Kunden. Das macht die Arbeit spannend», sagt er. Auf den ersten Blick merkt man dem Bündner nicht an, dass er eine ASS hat. Doch er erzählt offen über seine Beeinträchtigung und über seine Kindheit, die nicht immer einfach war. «Vieles, was für andere normal war, war für mich ein enormes Problem. Zum Beispiel duschen», schildert er. Auch Zwänge plagten ihn damals: «Es gab eine Phase, da dachte ich, meine

jüngere Schwester sei giftig. Nachdem sie beim Wandern aus der Feldflasche trank, musste zuerst meine Mutter einen Schluck nehmen, damit ich wieder daraus trinken konnte.» Während er erzählt, knetet er seine Hände und legt die Finger übereinander.

Heute hindert ihn seine autistische Wahrnehmung daran, eine Stelle im ersten Arbeitsmarkt zu finden. «Er hat zum Beispiel Mühe, Prioritäten zu setzen», erklärt Workaut-Gründer Florian Scherrer und nennt ein Beispiel: «Im Umgang mit Kunden fällt es ihm schwer zu erkennen, welche Anliegen für diese am wichtigsten sind und welches Problem als Erstes gelöst werden muss.»

«EINFACH HÄNGENGEBLIEBEN»

Workaut gibt es seit 2008. Als Zufallsprodukt bezeichnet es Florian Scherrer. «Ich hatte nie einen Businessplan, sondern bin einfach hingengeblieben. Ich war Sozialpädagoge an einer Sonderschule und wurde privat immer öfter von Eltern von Jugendlichen mit einer ASS um Unterstützung und Jobcoachings gebeten», erzählt er. Anfangs ging er zu ihnen nach Hause. Irgendwann waren es so viele, dass daraus eine Teilselbstständigkeit wurde. 2008 kam dann in einer Bürogemeinschaft in St. Georgen der Begriff Workaut das erste Mal auf. Die Anfragen für Jobcoachings und Weiterbildungen stiegen. Im Quartier mietete Florian Scherrer nach und nach mehr Wohnungen für Büros und Klienten-Wohnraum dazu. «Alles entstand als Reaktion auf Bedürfnisse. Die Anfragen waren da, und ich reagierte. Der Vorteil ist, dass unser Angebot dadurch perfekt auf die Bedürfnisse abgestimmt ist, der Nachteil: Die Struktur hinkt einen Schritt hinterher», sagt der 56-Jährige. Sein nächster Schritt ist die Umwandlung von der Einzelfirma in eine Stiftung.



*Gian Duri Calonder ist stolz, auch externe Kund*innen in IT-Fragen unterstützen zu können.*



Workaut-Gründer Florian Scherrer setzt sich mit viel Engagement für Menschen mit einer ASS ein.

Workaut mag durch Zufall entstanden sein, doch Florian Scherrer arbeitet mit Herzblut daran, dass die Institution stetig wächst. «Ich arbeite sehr gerne mit unseren Klientinnen und Klienten. Ihre kreative Denkweise fasziniert mich. Sie sind nicht einfach O8/15», sagt er. Er wehrt sich auch vehement dagegen, von leichten oder schweren Autismusfällen zu sprechen. «Das Spektrum sollte nicht mehr linear, sondern als Kreis betrachtet werden, ähnlich einem Spinnennetz-Diagramm. Jeder Klient hat in unterschiedlichen Bereichen seine Stärken und Schwächen», schildert er. Dass er versucht, sich in ihre Perspektive hineinzusetzen, die Welt durch ihre Brille zu sehen, zeigt, wie wichtig ihm das Wohlergehen seiner Klient*innen ist. Er würde sich eine Gesellschaft wünschen, in der sie vollkommen inkludiert leben können. «Workaut mit Wohnungen mitten im Quartier ist ein erster Schritt in diese Richtung. Aber von völliger Inklusion sind wir leider noch weit entfernt.»

BEGLEITUNG IN DER FREIZEIT

Heute betreut Workaut in St.Gallen, Graubünden und Zürich rund 80 externe Klientinnen und Klienten mit einer ASS durch Coachings beim Bewältigen des Alltags und des Berufs. Zudem bietet die Institution Weiter-

bildungen an für Fachpersonen, die mit ASS-Betroffenen arbeiten. Dazu kommen die zehn geschützten Arbeitsplätze in St.Georgen sowie fünf Plätze für Abklärungen zur beruflichen Neuorientierung, zu Integrationsmassnahmen oder Ausbildungen. «Unsere Wohnungen ermöglichen ihnen ein eigenständiges Leben, sie werden aber, wo es nötig ist, von Sozialpädagogen begleitet», sagt Florian Scherrer. Diese unterstützen sie beim Einkaufen, Kochen, Putzen, beim Planen von Freizeit und Ferien sowie bei der Korrespondenz, zum Beispiel mit Ämtern.

Auch Seraina Wiedmer braucht in ihrer Einzimmerwohnung Unterstützung. «Jeden Morgen weckt mich jemand, sonst würde ich viel zu spät kommen», sagt die 25-Jährige. Sie ist sehr detailfokussiert und verliert sich oft in einer Tätigkeit, wodurch sie die Zeit vergisst. Eine Stelle im ersten Arbeitsmarkt wäre deshalb nicht möglich. Bei Workaut arbeitet sie derzeit in einem Teilzeitpensum in der Administration. Auch hier steht ihr die Detailfokussiertheit manchmal im Weg. Jede E-Mail, die sie verschickt, prüft sie mehrere Male. «Manchmal habe ich auch Mühe, mich zu konzentrieren. Oder ich bin so in meiner Welt, dass ich um mich herum nichts mehr mitbekomme», schildert sie.

Sie merkte schon als Kind, dass sie anders war als die anderen, die Diagnose ASS erhielt sie aber erst in der



Seraina Wiedmer näht neben ihrer administrativen Tätigkeit auch ab und zu für Workaut. In der Freizeit entstehen so auch Kleidungsstücke für sie.



Jede Woche wird neu gemixt. Gian Duri Calonder ist auch Bartender in der A-Post-Bar.

3. Oberstufenklasse. «Schulisch bin ich zwar immer mitgekommen, aber die anderen Kinder schlossen mich aus, weil sie mich komisch fanden», erinnert sich die Thurgauerin. Bereits im Kindergarten begann für Seraina Wiedmer eine Odyssee verschiedenster Therapien. «Man klärte auch ab, ob ich ADHS habe, aber ich erhielt nie eine Diagnose. Als ich mit 16 Jahren dann erfuhr, dass ich das Asperger-Syndrom habe, war das eine Erleichterung», sagt sie und ergänzt: «Endlich wusste ich, was mit mir los ist. Dass ich nicht einfach nur komisch bin.»

«HIER FÜHLE ICH MICH AKZEPTIERT»

Die autistische Wahrnehmung steht Seraina Wiedmer im Alltag oft im Weg: «Ich habe zum Beispiel Mühe, Sarkasmus und Ironie zu verstehen. Und manchmal erzähle ich so begeistert von einem Thema, dass ich nicht merke, wenn es die anderen gar nicht interessiert», erklärt sie. Oft falle es ihr auch schwer, sich in eine Gruppe zu integrieren. «Mir fehlt die Intuition. Ich merke nicht, wie ich bei den anderen ankomme, ob ich willkommen bin.» Doch bei Workaut fühlt sie sich verstanden und akzeptiert. Hier hat sie auch ihren Freund kennengelernt. Mit ihm verbringt sie zwei

Abende pro Woche. «Aber ich bin froh, dass er in einer anderen Abteilung arbeitet. Er würde mich nur ablenken. Zudem bin ich gern ab und zu allein», sagt sie mit einem Lächeln.

Am Freitagnachmittag wird es bei Workaut gesellig: Dann eröffnet Gian Duri Calonder hinter dem Tresen, der sonst als Verkaufstheke dient, die Feierabendbar. Jede Woche sucht er im Internet einen neuen Cocktail, den er dann für seine Kolleginnen und Kollegen bei Workaut mixt. Mittlerweile kennt er von jedem die Vorlieben, weiss, wer den Cocktail ohne Alkohol bestellt und wer lieber ein Bier trinkt. In gemütlicher Runde sitzen Klientel und Personal zusammen und lassen die Arbeitswoche ausklingen. Sie reden über Filme, über die Royals in England und erzählen sich gegenseitig Witze. Gemeinsam können sie auch ihre Autismus-Spektrum-Störungen mit Humor nehmen: Seraina Wiedmer scherzt über ihre Detailfokussiertheit: «Wenn ich schnell für eine Besorgung in die Stadt ginge, würde ich in der Brockenstube hängenbleiben und mit einem Sofa zurückkommen.» Ein Kollege weiss alle Geburtstage der Workaut-Mitarbeitenden und -klienten auswendig und ihn abzufragen wird zum lustigen Spiel für alle. Ein fast normaler Freitagabend. •



Dr. Torsten Berghändler,
Facharzt für Psychiatrie und
Psychotherapie Bild: zVg

«Die Schweiz ist kein autismusfreundliches Land»

Autismusdiagnostik und -therapie stecken hierzulande noch in den Kinderschuhen. In der Ostschweiz gibt es kaum Ärzt*innen, die diese Diagnose stellen und eine Betreuung anbieten. Torsten Berghändler ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und hat sich in den vergangenen Jahren auf die Autismus-Spektrum-Störung spezialisiert. Inspiration dafür war auch ein Familienmitglied, das selbst Asperger-Autist ist. Im Interview äussert sich Berghändler zum Störungsbild und zu den Herausforderungen für die Betroffenen.

Heute spricht man von Autismus-Spektrum-Störungen (ASS). Weshalb brauchte es eine neue Definition?

Früher unterschied man zwischen dem frühkindlichen Autismus, dem Asperger-Syndrom und dem atypischen Autismus. Bei Ersterem sind neben dem sozialen Verhalten oft auch die Intelligenz und die Sprache beeinträchtigt. Asperger-Autisten hingegen haben eine funktionierende Sprache und keine Beeinträchtigung der Intelligenz – im Gegenteil: Oft haben sie überragende Inselbegabungen in einem Gebiet. Alles, was man früher nicht einordnen konnte, nannte man «atypischen Autismus». Heute spricht man vom Autismus-Spektrum, darin kann alles vertreten sein, von einer schweren geistigen Beeinträchtigung bis zum hochfunktionalen Autismus, wie etwa bei Elon Musk oder Greta Thunberg.

Mit welchen Schwierigkeiten haben Menschen mit einer ASS zu kämpfen?

Es fällt ihnen schwer, soziale Kontakte und Beziehungen aufzubauen und zu halten. Sie erfassen meist nicht, wie etwas in der Kommunikation gemeint ist und erkennen dadurch die Absicht einer Frage oder Aussage nicht. Das erschwert ihnen Freundschaften, aber natürlich auch Liebesbeziehungen, denn sie merken oft nicht, wenn jemand mit ihnen flirtet. Einige Autisten haben ein zwanghaftes, rituelles Verhalten.

Die meisten können nicht lügen und auch nicht erkennen, wenn jemand sie belügt, was manchmal leider ausgenutzt wird.

Welche Folgen hat dies für sie im Alltag?

Durch ihr Verhalten ecken sie in Beziehungen und im Beruf oft an. Einen Beruf im ersten Arbeitsmarkt zu finden ist für sie sehr schwierig. Besonders in der leistungsorientierten Schweiz fehlen berufliche Nischen für Menschen mit ASS. Die Schweiz ist kein autismusfreundliches Land. In Deutschland beispielsweise gibt es eine grosse Softwarefirma, in deren Entwicklungsabteilung sehr viele Asperger-Autisten arbeiten. Solche Angebote fehlen hier leider oder sind zu wenig bekannt. Oft bleibt nur die Möglichkeit eines geschützten Arbeitsplatzes. Workaut ist für Menschen mit ASS eine Oase, von denen es mehr geben sollte.

Wird ASS heute öfter diagnostiziert als früher, und wenn ja, woran liegt das?

Es wird häufiger diagnostiziert, weil diese menschliche Besonderheit heute weniger stigmatisiert und weniger mit Scham besetzt ist. Man darf darüber reden, man kennt Leute, die das auch haben, es ist kein Tabu mehr. Dazu haben auch Rollenvorbilder wie etwa Greta Thunberg beigetragen. Sie hat gezeigt, dass man auch ein bisschen schräg sein darf und es ok ist. •

«Buddy ist mein sicherer Hafen»

Erst mit 39 Jahren erfuhr Iris Köppel, weshalb sie anders ist als andere. Die Asperger-Autistin gibt nun ihre Erfahrungen in Coachings weiter. Seit fünf Monaten unterstützt sie dabei ihr Labrador Buddy.

Borderline, Depression und verschiedenste Persönlichkeitsstörungen: Iris Köppel erhielt in ihrem Leben unzählige Diagnosen - die meisten davon waren falsch. Als sie 39 Jahre alt war, besuchte sie einen Kurs über das Asperger-Syndrom. «Damals dachte ich: Der Kursleiter könnte auch von mir reden, es hat alles so genau auf mich gepasst», erinnert sich die 53-Jährige. Sie entschloss sich, es abklären zu lassen und ihre Vermutung bestätigte sich. «Die Diagnose Asperger war eine grosse Erleichterung für mich. Endlich wusste ich, warum ich mich mein Leben lang anders gefühlt hatte», sagt sie. Mit der richtigen Diagnose konnte sie auch die richtige Unterstützung erhalten. In einem Jobcoaching lernte sie Florian Scherrer kennen und erhielt durch ihn einen auf sie zugeschnittenen Arbeitsplatz. Heute erhält sie nach wie vor Support durch Assistenzpersonen der IV, ist aber gleichzeitig als Beraterin tätig, wobei ihre eigene Erfahrung einen grossen Einfluss hat.

KLINIKAUFWENTHALTE UND SUIZIDVERSUCHE

In der frühen Kindheit merkte man Iris Köppel zunächst nicht an, dass sie anders war als die anderen. Erst in der 5. Klasse begann sie, Unterschiede zwischen sich und ihren Schulkamerad*innen wahrzunehmen. «Ich

spielte fast nie mit anderen Kindern, hatte keine Freundinnen und in meiner ganzen Schulzeit war ich nur zwei oder drei Mal zum Spielen bei jemandem zu Hause», erzählt sie und ergänzt: «Einmal war ich zu einer Geburtstagsparty eingeladen. Aber die vielen Reize waren schrecklich für mich. Ich überlegte nur, wie ich so schnell wie möglich wieder von dort wegkomme.» Schulisch hatte Iris Köppel jedoch nie Probleme und so absolvierte sie zuerst das Lehrerseminar und nach einigen Jahren als Primarlehrerin noch das Rhythmikseminar. «Damals kam ich über die Musik in Kontakt mit anderen Menschen. Aber in der Pause fanden sich diese immer zu Gesprächen zusammen durch mir unerklärliche Methoden. Ich wusste nicht, wie ich Anschluss finden konnte.»

Der Berufsalltag wurde zu einer enormen Herausforderung für Iris Köppel. «Bei der Arbeit versuchte ich, die Show aufrechtzuerhalten, aber abends weinte ich nur noch in meinem Zimmer», schildert sie. Sie schaffte es kaum, den Haushalt zu führen. «Das war extrem frustrierend. Ich fragte mich immer, was mit mir nicht stimmt, und fühlte mich fremd und nicht in diese Welt gehörend», sagt sie. Als sie Anfang 30 war,

«Ich spielte fast nie mit anderen Kindern, hatte keine Freundinnen.»



Echte Freundschaft: Iris Köppel mit ihrem Vertrauenshund Buddy.



Ein treuer Begleiter: Mit Labrador Buddy traut sich Iris Köppel öfter in Läden und öffentliche Verkehrsmittel.

versuchte sie zum ersten Mal, sich das Leben zu nehmen. «Zum Glück ist es mir nicht gelungen», sagt sie heute. Es folgten Jahre mit Aufhalten in psychiatrischen Kliniken, Fehldiagnosen, weiteren Suizidversuchen. Bis die richtige Diagnose vor 14 Jahren endlich Klarheit brachte.

SOZIALE KONTAKTE SIND ANSTRENGEND

Seit 2001 hat Iris Köppel eine IV-Rente. Auch heute hat sie im Alltag Assistentinnen, die sie unterstützen, etwa beim Einkaufen, Kochen, Putzen. «Ein Supermarkt ist für mich eine einzige Reizüberflutung, deshalb bin ich froh, wenn ich nicht zu oft selbst in einen Laden muss», sagt sie. Doch seit fünf Monaten wagt sie sich auch ab und zu mal hinein. Denn nun begleitet Buddy sie, ein Labrador und ausgebildeter Vertrauenshund für Menschen mit einer ASS. «Ich kann ihn so an meiner Seite positionieren, dass mir andere Menschen nicht zu nahe kommen», erklärt Iris Köppel. Sie kann sich auch auf Buddy

fokussieren, was ihr hilft, andere Reize auszublenden. «Und wenn mir eine Situation zu viel wird, kann ich einfach sagen, er müsse mal raus», sagt sie mit einem Lächeln. Mit ihm traut sie sich nun auch häufiger, den ÖV zu nutzen.

Mittlerweile kann Iris Köppel dank der richtigen Unterstützung für Workaut arbeiten: Sie gibt Kurse für Fachpersonen, die stark von ihrer Sicht als Betroffene profitieren. Ausserdem bietet sie ab und zu Coachings für andere Klient*innen an. Doch sie muss auch immer darauf achten, dass es nicht zu viel wird für sie. Jeder soziale Kontakt, sogar zu ihren privaten Freunden, ist für sie anstrengend und kostet Energie. «Ich muss jede Aussage prüfen: Kann ich sie eins zu eins nehmen, ist sie sarkastisch, in welchem Kontext steht sie? Ich spüre das nicht intuitiv so wie andere Menschen», erklärt sie. Deshalb braucht sie nach Gesprächen viel Zeit, um wieder aufzutanken. «Das kann ich bei Buddy», sagt sie, streichelt dem Hund über das dunkle Fell und ergänzt: «Er ist mein sicherer Hafen.»