

**Zeitschrift:** Puls : Drucksache aus der Behindertenbewegung  
**Herausgeber:** Ce Be eF : Club Behinderter und Ihrer FreundInnen (Schweiz) [1986-1992]; Anorma : Selbsthilfe für die Rechte Behinderter (Schweiz) [ab 1993]  
**Band:** 28 (1986)  
**Heft:** 6: Wohnraum, Lebensraum  
  
**Artikel:** Vertrauen statt Abhängigkeit  
**Autor:** Fiechter, Nicoletta  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-157361>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 11.05.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Vertrauen statt Abhängigkeit

von Nicoletta Fiechter

**Nicoletta Fiechter lebt und arbeitet in Zürich. Um sich von Abhängigkeiten gegenüber Pflegepersonal und anderen Personen zu befreien, hat sie sich ein eigenes Wohnmodell geschaffen, das ihren Bedürfnissen entspricht. Sie ist damit zwar immer noch auf fremde Hilfe angewiesen, doch läuft diese auf einer Vertrauensbasis und nicht über hierarchische Strukturen ab, wie sie im Heimwesen oft vorhanden sind.**

Früher lebte ich in Heimen. Vor einigen Jahren gründeten wir zu viert eine Wohngemeinschaft, wo ich vor allem die Unterstützung einer guten Freundin hatte, die für mein seelisches und leibliches Wohl alles tat. Nach dreieinhalb Jahren ging jede Mitbewohnerin ihren Weg. Für mich stellte sich die Frage: Wie geht es weiter? – eine Frage, die mir hautnah ging, **denn die Selbständigkeit, die ich jetzt erlangt hatte, wollte ich nicht wieder verlieren.** Ich hatte erfahren, dass ein Leben ausserhalb des Heimes mir persönlich mehr das Gefühl gibt, Mensch zu sein, obwohl es viel mehr Verantwortung fordert. Ich glaube, das Wichtigste von allem war, dass ich mir sagte,

jetzt probiere ich einfach einmal etwas Neues aus: Wie kann ich als behinderter Mensch ein selbständiges Leben führen und die Hilfe bekommen, die ich brauche, ohne von einer Institution oder einem einzigen Menschen abhängig zu sein? Wie weit ich mich auf fremde Hilfe verlassen konnte, war mir noch völlig unklar. Ich hatte ja gelernt, dass man nicht einfach fremde Leute beanspruchen darf!

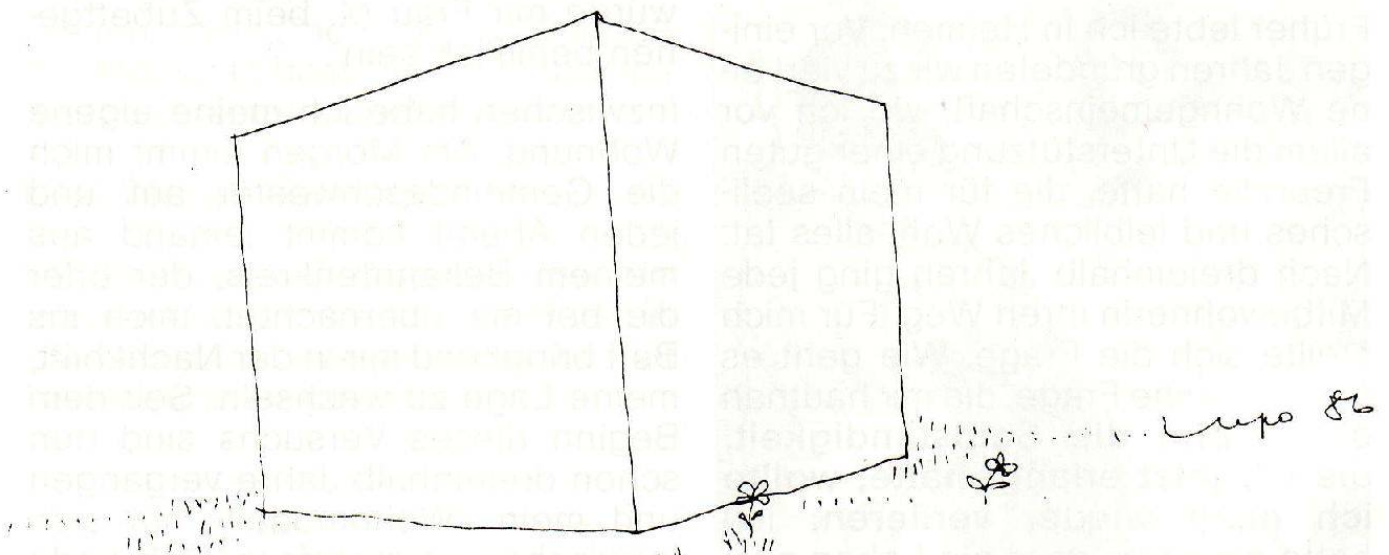
Ich begann zu organisieren – Gemeindeschwestern für morgendliches Aufstehen, Hauspflege, Nachbarin A für Jackeanziehen, Nachbarin B für Türeaufmachen. Vielleicht würde mir Frau M. beim Zubettgehen behilflich sein ...? ...

Inzwischen habe ich meine eigene Wohnung. Am Morgen nimmt mich die Gemeindeschwester auf und jeden Abend kommt jemand aus meinem Bekanntenkreis, der oder die bei mir übernachtet, mich ins Bett bringt und mir in der Nacht hilft, meine Lage zu wechseln. Seit dem Beginn dieses Versuchs sind nun schon dreieinhalb Jahre vergangen und mein «Wohnmodell» hat sich inzwischen vermehrfacht. Ich finde es toll, dass immer mehr, auch schwer Körperbehinderte alleine wohnen können.

Ich bin immer noch glücklich mit dieser Lösung, obwohl ich auch an mas-

sive Schwierigkeiten geriet: Die Gemeindeschwestern fanden plötzlich, es sei zuviel für sie, über Jahre hinweg meine Pflege zu übernehmen (Rückenschmerzen und zuviel schwerkranke ältere Leute daneben). Es ist daher sehr wichtig, die Pflege auf möglichst viele verschiedene Leute aufzuteilen, z.B. Gemeindeschwester, Hauspflege, Stadtpfleger und Privatleute. Es ist ein spannendes Abenteuer, so zu wohnen. Ich muss immer wieder

offen sein für Pannen und Zwischenfälle. Ich habe aber auch das grosse Glück, mit meinen rund vierzig Menschen, die mit mir diesen schmalen Pfad wagen, immer jonglieren zu können. Sagt mal jemand ab, springt jemand anders ein, kurzfristig und verständnisvoll. Der Austausch mit den Menschen, die mich umgeben, beruht nun nicht auf Abhängigkeit, sondern auf Vertrauen. Oft staune ich selber, dass es immer wieder klappt. Und es klappt! ■



DIE IDEALE WOHNFORM : DER KUBUS VON DE WITT  
(ES KANN NIEMAND HINEIN .... ES MUSS NIEMAND HINAUS)