

JUNGE ERWACHSENE IN DER TAGESSTRUKTUR ENTWICKLUNG

Seit fünf Jahren bietet die Tagesstruktur Entwicklung (TE) spezifische Angebote für junge Erwachsene an. Mit der Entwicklungsgruppe und dem Coaching wurden zwei Gefässe geschaffen, für die stets eine grosse Nachfrage besteht.

Spätestens seit Corona ist das Thema der psychischen Belastungen bei jungen Erwachsenen sehr präsent. Doch bereits davor haben wir im Alltag der Tagesstruktur Entwicklung (TE) eine Zunahme von jüngeren Klient*innen festgestellt. Im Rahmen eines mehrjährigen Strategieprozesses wurde unser Angebot analysiert und Neues ausprobiert. Ein Ergebnis ist die «Entwicklungsgruppe Junge Erwachsene» (EJE), ein spezifisches Angebot für Klient*innen im Alter von 18 bis 25 Jahren: In dieser von Fachpersonen geführten Gruppe werden jeden Montagnachmittag unterschiedliche Themen aus der Lebenswelt der jungen Erwachsenen bearbeitet, es wird gelernt und diskutiert. Ein weiteres Angebot ist das Coaching für junge Erwachsene; eine Möglichkeit für intensivere persönliche und individuelle Begleitung durch eine*n Coach.

Im letzten Jahr standen in der EJE folgende Themen im Fokus: «Umgang mit social media», «Erstellen eines Budgetplans» und «persönliche Arbeitserfahrungen», um nur eine kleine Auswahl zu nennen. Ein wiederkehrendes Thema in Gruppenaustausch-Runden ist die Auseinandersetzung mit der eigenen psychischen Gesundheit, der gesellschaftlichen Stigmatisierung und damit verbunden der Frage: Was ist eigentlich normal und wenn ja, wie normal bin ich? Zu dieser Frage entstand das Kartenset «Bin ich normal? EJE-Edition 2023». Es zeigt Aussagen, die (wahrscheinlich nicht nur) für die Klient*innen der EJE als normal erscheinen.

Sarah Donner, Tagesstruktur Entwicklung

Carole Steiger, Leitung Tagesstruktur Entwicklung

10



SICHER UND GESEHEN, EGAL WER MAN IST

Die Entwicklungsgruppe Junge Erwachsene (EJE) kann dieses Jahr ihr fünfjähriges Bestehen feiern. Ein guter Moment, um jemandem das Wort zu geben, der sie von innen kennt: Ich habe T. B. getroffen und gefragt, wie er die Zeit bei der Tagesstruktur Entwicklung und speziell in der EJE erlebt.

Mit welchem Ziel sind Sie zur Tagesstruktur Entwicklung gekommen?

TB: Die Tagesstruktur Entwicklung wurde mir von meiner Sozialarbeiterin als Übergangsprogramm empfohlen, um meinen Wiedereinstieg in die Arbeitswelt vorzubereiten. Ich wollte damals eigentlich sofort wieder arbeiten, habe dann aber diesen Rat befolgt. Weil ich wusste, dass ich nach meiner Krise noch instabil bin und mich wohl selbst überschätze. Es kam schliesslich zu einer späteren aber sanften Landung in der Arbeitswelt, worüber ich rückblickend sehr froh bin.

Welche Entwicklungsschritte konnten Sie machen?

In den ersten drei Monaten war ich in der Gruppe «Standort und Orientierung», danach habe ich den Fokus Arbeit gewählt. Hier konnte ich herausfinden, was meine Stärken sind und wie ich eine neue Stelle finde. Es ging auch um Arbeitskompetenzen, schwierige Situationen mit Arbeitgebenden oder etwa den Umgang mit dem RAV. Im «Gruppentraining sozialer Kompetenzen» konnte ich sehr viel an mir arbeiten. Zuerst dachte ich, dass ich da schon kompetent bin, konnte dann aber noch so viel lernen über Verhalten in Alltagssituationen – sei es in der Öffentlichkeit, in der Partnerschaft oder am Arbeitsplatz. In Rollenspielen haben wir reflektiert, wie man in Konfliktsituationen agiert und empfindet, wenn man verletzt wurde zum Beispiel. Ich habe gelernt, für mich einzustehen, habe meine Selbstfürsorge und auch den Umgang mit anderen verbessert. Seit Herbst 2023 arbeite ich wieder und es geht mir gut dabei. Parallel dazu besuche ich immer noch die EJE am Montagnachmittag.

Welche Themen aus der EJE sind für Sie am hilfreichsten?

Alle Themen sind für mich hilfreich. ☺ Ich kenne meine Stärken und Schwächen jetzt genauer und weiss, wann ich mich erholen muss und wie. Mein Selbstvertrauen und meine Reflexionsfähigkeit sind viel grösser geworden. Ich konnte auch an meinen Wohnkompetenzen arbeiten und habe Jahresvorsätze gefasst. Über Identität und soziale Rollen zu diskutieren und sich gegenseitig Feedbacks zu geben, fand ich auch sehr wertvoll. Ich fühle mich insgesamt sehr viel besser mit mir als Person, seit ich hier bin.

Was schätzen Sie am Programm EJE besonders?

Den Erfahrungsaustausch mit den anderen Teilnehmenden. Und dass die Mitarbeitenden uns auf Augenhöhe begegnen, das finde ich sehr toll im Unterschied etwa zu einer Klinik. Der Rahmen mit den begleiteten Diskussionen fühlt sich sehr natürlich an. Die EJE ist für mich ein safe space, wo ich auch über Dinge reden kann, die andere nicht verstehen. Ich würde diese Möglichkeit vielen Freund*innen wünschen! Ich bin mit sehr viel Angst hierhergekommen, weil ich trans bzw. genderqueer bin. Und es tut mir deshalb so gut, dass die Menschen hier so menschlich sind, auf mich eingehen und dass ich auch angstfrei etwas kritisieren kann. Hier kann man sich wirklich sicher und gesehen fühlen, egal wer man ist.

Das Gespräch führte Lucia Lanz, Kommunikation

