

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz  
**Band:** 84 (2013)  
**Heft:** 2: Arbeit vor Rente : Sozialpolitik muss mehr sein als Finanzpolitik

**Artikel:** Arbeitsintegration nach einer Hirnverletzung : "Mein Leben wird nie mehr so sein wie früher"  
**Autor:** Gerisch, Natascha  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-804260>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 26.12.2025

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

## Arbeitsintegration nach einer Hirnverletzung

# «Mein Leben wird nie mehr so sein wie früher»

Rund 20 000 Menschen erleiden in der Schweiz jährlich eine Hirnverletzung und fallen brüsk aus ihrem Berufsleben heraus. Davon betroffen ist Urs Nussbaumer. Er erzählt die Geschichte seiner erfolgreichen Rückkehr in die Arbeitswelt.

Von Natascha Gerisch

«Meine erste Erinnerung ist, dass ich mich im Trainer auf der Intensivstation sehe.» Urs Nussbaumer, 52, erlitt vor zehn Jahren eine Hirnblutung und als Folge davon eine halbseitige Lähmung. Ursache der starken Blutung war ein geplatztes Aneurysma – eine angeborene oder später entstandene sackförmige Ausweitung eines arteriellen Blutgefäßes. Zwischen Spitalerintritt und seiner ersten Wahrnehmung liegen mehrere Wochen. Wochen, an die sich Urs Nussbaumer nicht erinnern kann – ausgelöscht im Gedächtnis. Obwohl ihm der unmittelbare Moment des Ereignisses nicht präsent ist, hat sich das Datum, der 14. Februar 2003, tief bei ihm eingebrennt. Früher führte Urs Nussbaumer einen eigenen Betrieb, er war Kleinunternehmer mit einem Gartenbaugeschäft.

### Plötzlich ist alles anders

Die Hirnblutung ereignete sich während der Arbeit, völlig unerwartet: «Ich habe mit dem Bagger eine Mulde ausgehoben, bin ausgestiegen und plötzlich bewusstlos zusammengebrochen.» Mit Blaulicht auf dem Dach und eingeschalteter Sirene fuhren die Rettungssanitäter den Patienten zur Intensivstation des Universitätsspitals Zürich. Beinahe wäre er auf der Fahrt gestorben. Diese Dramatik geht ihm noch heute nahe. Über die

Zeit im Spital kann Urs Nussbaumer wenig erzählen. Die Gedächtnislücken, ein typisches Merkmal bei einer Hirnverletzung, machen ihm heute noch zu schaffen.

### Nach einem halben Tag erschöpft

Urs Nussbaumer ist Rechtshänder. Seine halbseitige Lähmung rechts zwang ihn, sich alle Bewegungen linkshändig neu anzueignen. In unzähligen Stunden lernte er zuerst die grobmotorischen Fertigkeiten und verbesserte anschliessend die Feinmotorik. Ausser Schreiben beherrscht er heute fast alles mit beiden Händen. Erst seit drei Jahren leidet Urs Nussbaumer nicht mehr unter krampfartigen Zuckungen. Seine Leistungsfähigkeit aber ist stark eingeschränkt. Früher sei er mit vier bis fünf Stunden Schlaf pro Nacht ausgekommen, kompensiert habe er am Wochenende. Heute ist er nach einem halben Tag auf den Beinen erschöpft und muss schlafen oder sich zumindest zurückziehen. Immer wieder gibt es Situationen, die ihn an seine Grenzen bringen, in denen ihn verschiedene Sinnesempfindungen überfluten und er sich aus dem Geschehen herausnehmen muss.

«Mein Gehirn weiss nicht mehr, in welche Schublade die vielen Eindrücke gehören.» So hat sich Urs Nussbaumer über die Jahre verschiedene Strategien angeeignet. Er trägt immer Ohrstöpsel bei sich, die er benutzt, wenn er sich vor Lärm oder auch nur vor zu vielen Geräuschen schützen muss. Meditieren, meiden von grösseren Menschengruppen, genügend Pausen einplanen oder sich Notizen machen helfen ihm zusätzlich, Abstand zu gewinnen. «Man kann es sich nicht vorstellen, welche Anstrengungen dies täglich mit sich bringt, von frühmorgens bis spätabends. Immer bin ich am Trainieren, am Verbessern der Bewegungen, und ich weiss: Trotzdem wird das Leben nie mehr so sein wie früher.»

**«Bei der Arbeit bin ich plötzlich bewusstlos zusammengebrochen.»**

>>



Urs Nussbaumer bei der Arbeit: In der Werkstatt der Zuger Verkehrsbetriebe überprüft er die Stanzmaschine.

Fotos: Martin Weiss

#### Die ersten Monate nach dem Unfall

Über sieben Monate verbrachte Urs Nussbaumer im Rehabilitationszentrum des Luzerner Kantonsspitals. «Eine gute, aber strenge Zeit», stellt er fest. «Die Pflegefachleute haben mich immer wieder motiviert und unterstützt. Ich habe viel gelernt.» Danach kehrte er nach Hause zurück. Urs Nussbaumer liebte seinen Beruf sehr und sein intensives Hobby, die Feuerwehr, bei der er die Ausbildung zum Instruktor begonnen hatte. Dass er sie nach dem Unfall nicht beenden konnte, traf ihn hart.

Auch nach zehn Jahren bewegt ihn dieses böse Erwachen noch immer. «Davon musste ich Abschied nehmen, das ist krass, sehr bitter!» Urs Nussbaumer schlucht und wendet sich ab. «Ich habe Menschen nicht wiedererkannt, ich konnte ihre Gesichter und ihre Namen nirgends einordnen.» Auch gelang es ihm nicht mehr, vertraute Arbeitsabläufe zu rekonstruieren: «Ich hatte keine Ahnung mehr, was in meiner Arbeit zu tun war. Vorher war ich Chef, und nachher wusste ich gar nichts mehr – wie ein Anfänger.» Noch heute hat er Mühe, Dinge zu behalten und

sich an Namen zu erinnern. «Um eine Verknüpfung herzustellen, brauche ich länger als andere.»

Zuhause zu bleiben, war damals für ihn die einzige Möglichkeit. Etwas anderes liess sein Zustand nichts zu. Gemeinsam mit seiner Familie arrangierte er sich mit der Situation. Sie fanden passende Lösungen: Er erledigte die Haushalt und nahm sich anstehender Renovationen an.

In diesen zehn Jahren nutzte er immer wieder die Hilfeleistungen von Fragile Suisse (siehe Box Seite 26). Dieser Dachverband

«Vorher war ich Chef, nachher wusste ich gar nichts mehr – wie ein Anfänger.»

mit Regionalstellen in der ganzen Schweiz ist eine Anlaufstelle für Menschen mit einer Hirnverletzung und deren Angehörige. Die regionale Selbsthilfegruppe gab ihm eine zusätzliche Tagesstruktur. Sie brachte ihn mit Menschen zusammen, die ein ähnliches Schicksal erlitten hatten, und holte ihn aus seiner sozialen Isolation. Von diesem Austausch profitiert er noch heute. Denn sein Freundeskreis hat sich in den Jahren sehr verändert: «Ich habe nur noch wenig Kontakt mit früheren Freunden, da deren Leben für mich viel zu schnell ist.» Natürlich vermisst er es, ein Fest ohne Bebeschwerden ausgelassen zu genießen und bis spät nachts dabei zu bleiben. Aber das geht nicht. Urs Nussbaumer weiß, wie sehr er klare Strukturen braucht, die ihm helfen, seinen Alltag zu bewältigen.

#### Neue Perspektiven

Nach gut sieben Jahren fühlte sich Urs Nussbaumer stabil genug, den Schritt zurück in die Arbeitswelt zu wagen. Über die IV-Berufsberatung kam er zum Zentrum für berufliche Abklärung (ZBA) in Luzern (siehe Box Seite 26). Dort absolvierte er ein mehrmonatiges Beschäftigungsprogramm in der Metallwerkstatt. Urs Nussbaumer erlebte diese Zeit, trotz grosser Motivation, als streng. Immer wieder kam er an seine Grenzen, gab aber nicht auf, sondern kämpfte für die neue berufliche Perspektive, wollte sich so gut wie möglich wieder ins Arbeitsleben integrieren. Die Suche nach einer geeigneten Stelle gestaltete sich jedoch schwierig.

Da die berufliche Integration individuell abläuft, führt das ZBA keine Liste mit geschützten Arbeitsplätzen. Die Organisation arbeitet intensiv mit den Betroffenen zusammen und versucht, auf deren Netzwerk zurückzugreifen. Bei Urs Nussbaumer war diese Strategie erfolgreich. Durch seine persönlichen Kontakte bei der Feuerwehr kam er vor eineinhalb Jahren zu seiner heutigen Stelle bei den Zuger Verkehrsbetrieben (ZVB). Auf den Bau zurückkehren wollte er nicht, sondern wählte wohlüberlegt einen neuen Arbeitsbereich. «Arbeiten nicht mehr ausführen zu können, die ich einmal beherrscht habe, würde mich zu sehr deprimieren.»

Bei den ZVB konnte er während zweier Wochen im Ersatzteillager zur Probe arbeiten. Danach wechselte er ins Facility Management, wo er seit fast zwei Jahren fest angestellt ist. Der Betrieb und die Arbeit gefallen ihm sehr gut, er fühlt sich sofort wohl und aufgehoben. Bis heute schätzt er das grosse Verständnis, das ihm alle entgegenbringen. Dass sein Vater dort arbeitete und er als kleiner Junge ab und zu mitgehen durfte, gibt Urs Nussbaumer das Gefühl von Heimkommen. «Wir sind wie eine grosse Familie hier.» Als Allrounder ist er zuständig für den Unterhalt der unterschiedlichsten Maschinen. Viele der Wartungsarbeiten kann er selbstständig ausführen.

Heute nimmt sich Urs Nussbaumer für alles mehr Zeit, aber langweilig ist ihm nie. Da er klar sagen kann, was für ihn möglich ist und was

## Zwei Fachstellen mit spezialisierten Angeboten

Jedes Jahr erleiden rund 20000 Menschen in der Schweiz eine Hirnverletzung. Fachleute rechnen mit ungefähr 100000 Menschen, die in der Schweiz mit einer Hirnverletzung leben. Ursachen für eine Hirnverletzung können sein: Hirnschlag, Schädel-Hirn-Trauma, Tumor oder andere Krankheiten.

### Fragile Suisse in der ganzen Schweiz verankert

Fragile Suisse mit dem Hauptsitz in Zürich ist die Schweizer Vereinigung für Menschen mit einer Hirnverletzung und deren Angehörige. Die Dachorganisation bietet ein spezialisiertes Angebot: Helpline, Sozialberatung, Begleitetes Wohnen, Kurse und Weiterbildungen, Selbsthilfegruppen und Treffpunkte wie auch Weiterbildungen für Fachpersonen, die mit hirnverletzten Menschen arbeiten. Gegründet im Jahr 1990 aus dem Selbsthilfegedanken heraus, ist Fragile Suisse mit elf regionalen Vereinigungen in der ganzen Schweiz verankert. 5600 Mitglieder und 20000 aktive Gönnerinnen und Gönner unterstützen die Organisation. Die Finanzierung von rund 4,5 Millionen Franken Jahresumsatz setzte sich im Jahr 2011 folgendermassen zusammen: 66 Prozent Spendengelder und 27 Prozent aus Leistungsverträgen mit dem Bundesamt für Sozialversicherungen, BSV. Mitgliederbeiträge und Klientenerträge sind weitere Einnahmequellen. [www.fragile.ch](http://www.fragile.ch)

**ZBA betreut jährlich 85 Teilnehmerinnen und Teilnehmer**  
Das Zentrum für berufliche Abklärung (ZBA) in Luzern ist eine Arbeits- und Abklärungsstelle zur beruflichen Eingliederung von hirnverletzten Menschen in der Schweiz. Es versteht sich als Bindeglied zwischen medizinischer Rehabilitation und beruflicher Eingliederung. Das Zentrum bietet 23 Arbeitsplätze in verschiedenen Bereichen an: Holz-, Metall-, Elektrowerkstatt wie auch zwölf Büroarbeitsplätze, davon drei spezialisierte Abklärungsplätze für Technisches Zeichnen/CAD. Im Durchschnitt werden jährlich 85 Teilnehmer und Teilnehmerinnen betreut. Die berufliche Massnahme dauert zwischen drei und sechs Monaten und verlangt eine 50-prozentige Arbeitsfähigkeit, was eine zeitliche Präsenz von vier Stunden an fünf Tagen pro Woche bedeutet. Das ZBA in Luzern gibt es seit 1996. Es ist für die deutsche Schweiz zuständig und keiner Klinik angeschlossen. Viele Rehabilitationskliniken, beispielsweise die Klinik Valens GR oder die Suva-Klinik in Bellikon AG führen ebenfalls berufliche Massnahmen durch. Trägerschaft des ZBA ist die Stiftung Rast in Luzern. Die Finanzierung der jährlich rund 1,5 Millionen Franken erfolgt über Leistungsverträge mit dem Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) und der IV-Stelle Luzern. [www.zba.ch](http://www.zba.ch)

### Links

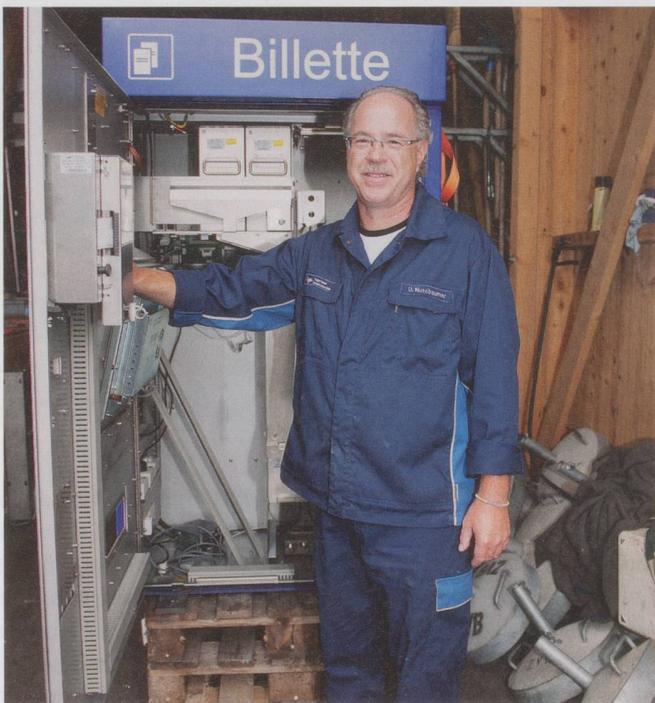
Weitere regionale Angebote für die Arbeitsintegration hirnverletzter Menschen:  
[www.rehapunkt.ch](http://www.rehapunkt.ch) (Bern–Freiburg)  
[www.wintegra-tion.ch](http://www.wintegra-tion.ch) (Winterthur und Umgebung)

nicht, hat der Betrieb einen für ihn massgeschneiderten Vertrag erstellt. Urs Nussbaumer arbeitet 30 Prozent und wird im Stundenlohn bezahlt. Wenn es ihm sein Gesundheitszustand erlaubt, ist er an drei fixen Vormittagen bis zu vier Stunden im Einsatz. Falls nicht, meldet er sich kurzfristig ab. Als Teamjoker bestimmt er sein Arbeitspensum mit. Urs Nussbaumer bespricht mit seinem Vorgesetzten den nächsten Auftrag jeweils im Voraus. Mit diesem flexiblen Arbeitsmodell ist allen gedient, vor allem Urs Nussbaumer selbst. Denn dadurch fühlt er sich nicht zusätzlich unter Druck gesetzt, und er kann täglich die nötigen Regenerationsphasen einbauen.

### Neue Lebensqualität

Trotz Leistungseinbussen und körperlichen Beschwerden, Diabetes und erhöhtem Blutdruck hat sich Urs Nussbaumer durch viel Fleiss und Disziplin eine ganze Menge an Fähigkeiten zurückerobern. Sogar mit Auto und Motorrad ist er heute wieder unterwegs. «Viel länger als eine Stunde fahre ich aber nicht, dann brauche ich eine Pause.» Dass er die Mobilität zurücklangt hat, ist aussergewöhnlich. Vielen Menschen mit Hirnverletzung gelingt es nie mehr. Darüber ist sich Urs Nussbaumer im Klaren. Gerade diese Freiheit gibt ihm Lebensqualität zurück. Und dass er die wiedererworbene Fahrtüchtigkeit bei der Arbeit nutzen kann, erfüllt ihn mit Zufriedenheit. Die Wartungsarbeiten an den Billettautomaten im ganzen Kanton helfen ihm öfters dazu, allein mit dem Auto unterwegs zu sein. Das gefällt ihm gut und gibt ihm den nötigen Abstand, sich vom hektischen Betrieb im Team zu erholen.

Es gibt wenige Aufträge, die Urs Nussbaumer nicht ausführen kann. Fensterscheiben putzen, zum Beispiel. Das Spiegelbild verwirrt ihn. Auch auf einer freistehenden Leiter zu stehen, ist für ihn gefährlich. Denn das Gleichgewichtsempfinden verändert sich bei einer Hirnverletzung. Für seinen Vorgesetzten ist



Auch das Warten von Billettautomaten gehört zu Urs Nussbaumers Aufgaben.

das kein Problem. An Urs Nussbaumer schätzt er besonders seine Zuverlässigkeit und Kollegialität. Aber auch, dass er seine Leistungsfähigkeit sehr gut einschätzen kann und die Einsatzfähigkeit somit gut planbar ist.

#### **Erholung tut gut**

In der Freizeit bewegt sich Urs Nussbaumer gerne, er mag Sport. Regelmässig geht er schwimmen – etwas, das er sich erneut antrainiert hat. Aber joggen gehen wird er wohl nie mehr. Denn er weiss, dass dabei Gleichgewichtsprobleme auftreten könnten, was er nicht riskieren will. Als Alternative hat er Nordic Walking entdeckt. Auch beim Kochen erholt sich Urs Nussbaumer.

mer gut. «Heute koche ich täglich. Am liebsten für Besuch. Aber es darf einfach keinen Stress geben.» Urs Nussbaumer nimmt sich für alles mehr Zeit, «aber langweilig ist mir nie». Dass er keine Lähmungen mehr hat, ist eine grosse Erleichterung für ihn. Und dass man ihm seine Behinderung nicht ansieht, empfindet er als angenehm. «Ich bin eitel und möchte nicht auffallen.» Aber es gibt Momente, in denen ihn Leute falsch einschätzen. Dadurch kommt er unter Druck. «Mein Schicksal steht mir eben nicht auf der Stirn geschrieben.» Dies verleiht Ahnungslose zur Aussage, er müsse sich nur etwas Mühe geben, dann werde bestimmt alles bald besser. «Diese Leute wissen nicht, dass ich mir immer Mühe gebe, jeden Tag.» ●

#### **Interview mit Priska Fritsche, Zentrum für berufliche Abklärung (ZBA)**

## **«Die Rehabilitation braucht sehr viel Zeit»**

#### **Warum braucht es neben IV und Fragile Suisse auch das Zentrum für berufliche Abklärung?**

**Priska Fritsche:** Hirnverletzungen sind unsichtbare Behinderungen. Viele Folgen einer Hirnverletzung werden häufig zu Beginn falsch verstanden und als mangelnde Sorgfalt, Motivation oder flüchtiges Arbeiten ausgelegt. Deshalb braucht es eine spezialisierte Stelle, die dies erkennt und damit arbeitet. Die Rehabilitation einer Hirnverletzung ist ein laufender Prozess und braucht sehr viel Zeit.

#### **Wie verläuft eine typische Integration?**

Die Person kommt für eine berufliche Abklärung von drei Monaten zu uns. Zuerst ermitteln wir über einfache Aufgaben die Grundarbeitsfähigkeiten. In einem zweiten Schritt gehen wir individuell auf die beruflichen Fähigkeiten ein. So können bereits in den ersten drei Monaten bis zu zwei Arbeitsversuche im ersten Arbeitsmarkt stattfinden. Dies soll uns aufzeigen, ob die Resultate, die wir intern erarbeitet haben, auch im externen Berufsumfeld an einem konkreten Arbeitsort funktionieren. Über das sogenannte Arbeitstraining versuchen wir, eine feste Anschlusslösung zu finden. Meistens läuft dies über ein mehrmonatiges Praktikum mit der Idee, dass daraus eine Festanstellung resultiert.

#### **Nehmen die Arbeitgeber ihre soziale Verantwortung wahr?**

Ja, wir machen sehr gute Erfahrungen mit den Arbeitgebern. Vor allem, weil wir zu Beginn schrittweise vorgehen. Der Arbeitgeber verpflichtet sich zu nichts, stellt höchstens einen Arbeitsplatz und eine verantwortliche Betreuungsperson zur Verfügung. Wir starten aber nur einen Arbeitsversuch, wenn wir davon überzeugt sind, dass es zu einer erfolgreichen Integration kommen kann.

#### **Führen Sie eine Liste mit sozialen Arbeitgebern?**

Nein. Unsere Teilnehmenden sind verschieden alt, haben unterschiedliche Berufsperspektiven und Ausbildungsstände. Wir greifen, falls vorhanden, auf das Beziehungsnetz der Teilnehmer zurück. Ansonsten ist Recherche angesagt. Die Suchstrategie muss der betroffenen Person entsprechen. Wir versuchen, die Rehabilitanden möglichst gut in diesen

Prozess einzubinden. Nur ganz selten arbeiten diese in Institutionen im geschützten Bereich. Dort ist der Produktionsdruck gross. Zudem wird dort für die Teilnehmenden eine sehr hohe Präsenzzeit gefordert, mindestens ein Halbtagspensum.

#### **Wie erfolgreich sind die Integrationsbemühungen?**

20 bis 25 Prozent aller Personen machen eine Ausbildung oder eine Umschulung. 50 Prozent treten in den ersten Arbeitsmarkt ein. Dazu zählen auch Praktika, auch wenn darauf keine Anschlusslösung folgt, aber zumindest können diese als Training genutzt werden. Bei 16 Prozent ist keine Integration mehr möglich. Rund 10 Prozent machen eine weiterführende Massnahme, nehmen eine medizinische oder psychologische Unterstützung in Anspruch.

---

**Priska Fritsche**, 46, ist Fachperson für Laufbahn- und Personalpsychologie und leitet das Zentrum für berufliche Abklärung für Menschen mit einer Hirnverletzung in Luzern.

