

Monika T. Wicki und Judith Adler

Zukunftsplanung – die Bedeutung der Geschwister

Zusammenfassung

Bei der Zukunftsplanung von älteren erwachsenen Menschen mit einer geistigen Behinderung spielen die Geschwister eine besondere Rolle. Dies zeigt die Durchführung des Pilotkurses «Die Zukunft ist jetzt!». Das Kursangebot zur Unterstützung der Zukunftsplanung von erwachsenen Menschen mit einer geistigen Behinderung, die bei ihren Eltern leben, wird im Rahmen des Forschungs- und Entwicklungsprojektes «Auf der Suche nach einem neuen Zuhause» an der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik (HfH) entwickelt. Es handelt sich um ein Angebot, an dem sowohl die betreuenden Eltern, die Personen mit einer geistigen Behinderung als auch die Geschwister gleichzeitig teilnehmen. Ein erster Pilotkurs wurde soeben mit acht Familien an der HfH in Zürich durchgeführt. Durch die Teilnahme am Kurs werden die Gespräche innerhalb der Familie angestossen und begleitet.

Résumé

Le cours pilote «l'avenir commence aujourd'hui!» démontre clairement que les frères et sœurs jouent un rôle important lorsqu'il s'agit de planifier le futur modèle de vie d'une personne vieillissante présentant une déficience intellectuelle. L'offre de cours visant à soutenir les personnes impliquées dans la planification du futur modèle de vie de personnes vieillissantes présentant une déficience intellectuelle vivant chez leurs parents est développée à la Haute école intercantonale de pédagogie spécialisée (HFH) dans le cadre d'un projet de recherche et développement intitulé «à la recherche d'un nouveau domicile». Non seulement les parents, les personnes concernées mais également les frères et sœurs sont impliqués dans ce projet. Un premier projet pilote avec huit familles vient de s'achever à la HFH de Zurich. La participation à ce cours a pour but de lancer la discussion au sein des familles et de proposer un accompagnement adapté.

Eltern haben unausgesprochene Erwartungen an die Geschwister

Die demographische Alterung bei Menschen mit Behinderung hat komplexe Folgen, die in der Schweiz noch kaum erforscht sind. Von diesen Veränderungen betroffen sind auch ältere Personen, für die Eltern oder Angehörige Massnahmen des Erwachsenenschutzes führen oder ältere Menschen mit Behinderung, die bei ihren Eltern oder Angehörigen wohnen. Ohne vorangehende Planung kann es bei Krankheit oder Todesfall der Eltern oder Angehörigen zu unvorbereiteten Übergängen, Überweisungen in Institutionen oder auch zu Notfallplatzierungen kommen.

Bis heute liegen in der Schweiz keine exakten Zahlen über die Frage vor, für wie viele erwachsene Menschen mit einer Behinderung Eltern oder Angehörige eine Massnahme des Erwachsenenschutzes führen oder wie viele Personen mit Behinderung bei ihren Eltern leben. Im Jahr 2009 bestanden für mehr als 4500 erwachsene Personen Erwachsenenschutzmassnahmen nach Art. 385 Abs. III, erstreckte elterliche Sorge, für über 70 000 Menschen bestanden weitere Erwachsenenschutzmassnahmen (Schweizerische Statistik der Massnahmen im Kindes- und Erwachsenenschutz, 2009). Gemäss Hochrechnung der Ergebnisse von Gremaud, Charrière & Capelli (2009) leben

in der Schweiz ca. 5000 Personen mit einer geistigen Behinderung bei ihren Eltern oder Angehörigen. Studien aus anderen Ländern gehen von einer weitaus höheren Zahl aus (Stamm, 2009; Bowey & McGlaughlin, 2007). Von der demographischen Alterung sind aber auch erwachsene Menschen mit Behinderung betroffen, für die nie eine Massnahme errichtet worden ist, obwohl sie bei finanziellen Fragen oder im Alltag durch ihre Eltern oder Angehörigen unterstützt werden.

Mit der steigenden Lebenserwartung der behinderten Personen werden die Eltern oder Angehörigen die Betreuung ihrer Söhne und Töchter oder ihrer Verwandten nicht bis zu deren Lebensende leisten können. Um unvorbereitete Übergänge, Überweisungen in neue Wohnsituationen oder Notfallplatzierungen zu vermeiden ist es wichtig, dass betroffene Familien die Zukunft frühzeitig planen.

Studien in den USA zeigen, dass mehr als 50 % der über 63-jährigen Eltern von erwachsenen Personen mit einer geistigen Behinderung keine oder kaum Arrangements für die zukünftige Wohn- und Lebenssituation der erwachsenen Familienmitglieder getroffen haben (Heller & Factor, 1991; Heller & Kramer, 2009). Viele Eltern wünschen sich, dass ihre erwachsene Tochter oder ihr erwachsener Sohn mit einer Behinderung auch nach ihrem Tod weiterhin in der Familie leben kann und dass die Geschwister die Betreuung oder eine wesentliche Unterstützungsfunktion übernehmen werden (Carr, 2005). Dennoch sprechen sehr wenig betreuende Eltern mit ihren Familienmitgliedern über ihre Wünsche (Heller & Caldwell, 2006) und dies, obwohl die Hälfte der Geschwister von erwachsenen Menschen mit einer geistigen Behinderung denkt, später einmal Betreuungsaufgaben zu überneh-

men (Griffiths & Unger, 1994; Greenberg et al., 1999; Heller & Kramer, 2009). Ohne klärende Gespräche bleiben die gegenseitigen Erwartungen unausgesprochen und die Wünsche der Personen mit einer Behinderung können nicht in die Planung miteinbezogen werden.

Geschwister als Ansprechpartner

Sich mit der Zukunftsplanung zu befassen, kann für Eltern und Angehörige bedeuten, dass sie sich selber mit ihrem eigenen Älterwerden und ihrer eigenen Sterblichkeit beschäftigen müssen. Die Sorge, ob eine passende Betreuung gefunden werden kann und die Notwendigkeit, sich mit den eigenen Vorstellungen und den Wünschen der Söhne und Töchter und der Verwandten auseinandersetzen zu müssen, kann die Zukunftsplanung erschweren. Manche finden Zukunftsplanung angesichts eines Mangels an alternativen, individuellen Wohnmöglichkeiten schwierig und wieder andere fühlen sich durch bereits bestehende Beratungsangebote nicht angesprochen.

Studien zeigen, dass sehr viele Geschwister auch im Erwachsenenalter regelmässig Kontakt zu ihren Brüdern und Schwestern mit Behinderung haben, doch im Allgemeinen geben sie mehr emotionale Unterstützung als dass sie praktische Hilfen im Alltag anbieten (Krauss et al., 1996; Seltzer et al. 1991; Seltzer & Krauss, 1994). Geschwister von Personen mit Down-Syndrom erleben ihre Geschwisterbeziehung im Erwachsenenalter häufig als besonders positiv (Hodapp & Urbano, 2007). Mit zunehmendem Alter zeigt sich jedoch eine Verschlechterung dieser besonderen Geschwisterbeziehung, was Hodapp und Urbano (2007) damit erklären, dass das Auftreten von gesundheitlichen und psychischen Problemen bei den älteren Menschen mit Down-Syn-

drom die Beziehung belastet. Es sei daher angebracht, diesen Geschwistern eine spezifische Unterstützung anzubieten.

Da viele Geschwister den Kontakt zu ihrem behinderten Geschwister im Erwachsenenalter aufrechterhalten und so in einem engen Austausch mit der Herkunftsfamilie stehen, sehen sie, wann mit zunehmendem Alter für die Eltern die Betreuung der Söhne und Töchter mit Behinderung belastend wird. Geschwister, die erwarten, später einmal Betreuungsaufgaben für die Schwester oder den Bruder zu übernehmen, möchten gerne die Zukunftsplanung angehen, finden es aber schwierig, das Thema gegenüber den Eltern anzusprechen.

Im Rahmen des Forschungsprojektes «Auf der Suche nach einem neuen Zuhause» wurde im Sommer 2010 eine Expertenbefragung durchgeführt, mit dem Ziel festzustellen, welche Angebote zur Unterstützung der Zukunftsplanung Beratungsstellen im Bereich geistige Behinderung und Alter bieten. Die Organisationen im Behindertenbereich bieten verschiedene Angebote an, die wichtig für die Zukunftsplanung sind, doch gerade diese Angebote werden von den Angehörigen und auch von den Personen mit einer geistigen Behinderung nach Angaben der Expertinnen und Experten nicht oft genutzt (Wicki & Adler, 2010).

Bei erwachsenen Personen mit einer geistigen Behinderung, die bei ihren Eltern wohnen, ist es sinnvoll, mit einem familien- und netzwerkorientierten Ansatz zu arbeiten, informelle Unterstützungsmöglichkeiten zwischen den Generationen zu fördern und die gesamte Familie in den Prozess der Zukunftsplanung miteinzubeziehen (Bigby, 2004). Die Zukunftsplanung mit erwachsenen Menschen mit einer geistigen Behinderung und mit ihren Angehörigen erfordert daher eine Arbeit auf verschiedenen Ebe-

nen. Neben Beratungsangeboten, die auf das Individuum bezogen sind, werden Angebote benötigt, die sich auf die ganze Familie beziehen. Und bei diesen familienbezogenen Angeboten braucht es solche, bei denen die Angehörigen und die Personen mit Behinderung die Arbeiten in getrennten Gruppen durchführen und solche, bei denen gemeinsame Arbeiten in der Familie ermöglicht werden (Bigby, 2004, S. 217).

Eine familienorientierte Zukunftsplanung kann für das bestehende Beratungsangebot in der Schweiz ergänzend und unterstützend sinnvoll sein. Das Peergruppen-Interventionsprogramm des Rehabilitation Research and Training Center on Aging with Developmental Disabilities (RRT-CADD) bezieht die gesamte Familie in die Zukunftsplanung mit ein und fördert so Gespräche zwischen allen Familienmitgliedern (DeBrine et al., 2009).

Das Kursangebot zur Zukunftsplanung von DeBrine et al. (2009) ist auf dem Ansatz des Empowerments (Dunst, Trivette & Deal, 1988 und 1994) und der Psychologie der Lebensspanne aufgebaut, die die Weiterentwicklung einer Person mit ihren Eigenschaften und Fähigkeiten über die gesamte Lebensspanne sieht. Im Kurs wird der Zugang zu und die Kontrolle über notwendige Ressourcen gefördert, werden die Fähigkeiten zu Entscheiden und die Möglichkeiten der Problemlösung gestärkt und Verhaltensformen entwickelt, die es ermöglichen, mit anderen Menschen zu interagieren und Ressourcen zu nutzen (Heller et al., 1993). Das Besondere am Kursangebot von deBrine et al. (2009) liegt darin, dass sowohl die Eltern, als auch die Personen mit einer geistigen Behinderung und ihre Geschwister gleichzeitig und doch in getrennten Gruppen am Kurs teilnehmen und sich mit denselben Themen befassen. An der HfH wurde dieses

Programm übersetzt, an die schweizerischen Verhältnisse angepasst und mit 8 Familien erprobt und evaluiert.

Die Geschwister können die Eltern motivieren

Bei der Durchführung des Pilotkurses konnten wir feststellen, dass Geschwister an der Zukunftsplanung interessiert sind und dass sie eine initiierende und motivierende Rolle übernehmen können.

Weil sich das Angebot sowohl an die Eltern, an die geistig behinderten Personen selbst als auch an deren Geschwister richtet, können die Familien für die Teilnahme am Kurs auch über die Geschwister angesprochen werden. Der Einstieg erfolgt über einen Informationsnachmittag zu finanziellen und rechtlichen Fragen sowie Wohnmöglichkeiten in der Region. Im Anschluss an den Informationsnachmittag können sich die Familien zum Kursbesuch anmelden.

Der Informationsnachmittag wurde im Pilotkurs Ende September 2010 durchgeführt. Trotz recht kurzfristiger Ausschreibung nach den Sommerferien nahmen ca. 20 Familien teil. Von vier Familien wissen wir, dass sie an die Informationsveranstaltung kamen, weil sie durch Geschwister motiviert worden waren. Für die Geschwister ist es wichtig, dass ihre Eltern sich mit der Zukunftsplanung befassen. Gerade ältere Eltern sind mit der Betreuungssituation stark belastet. Die Geschwister können die Eltern dabei unterstützen, sich zu informieren und mit den erhaltenen Informationen umzugehen. Zur Informationsveranstaltung schreibt uns eine Schwester: «Die Information über das Wohnen hätte ich nicht gebraucht. Ich wusste eigentlich schon alles, aber ich denke für meine Mutter, welche auch da war, war es interessant» (Aussage einer Schwester).

Eine Familie, die durch die Schwester der Person mit einer Behinderung motiviert worden war, an der Informationsveranstaltung teilzunehmen, nahm anschliessend nicht am Pilotkurs teil. Die Eltern waren nicht bereit, die Zukunft voranzuplanen und wünschten, dass ihre Kinder dies nach ihrem Tod übernehmen werden. Dennoch halfen die angebotenen Informationen Fragen zu klären und die Schwester sah, dass sie mit ihrem Wunsch, die Zukunftsplanung anzugehen, nicht alleine war.

Das Gespräch in der Familie wird gefördert und begleitet

Drei der Geschwister, die mit ihren Familien an der Informationsveranstaltung waren, besuchten anschliessend den Pilotkurs zur Zukunftsplanung und beteiligten sich nach dem Kurs an den Auswertungen zum Pilotkurs.

An fünf Abenden zu je 2,5 Stunden befassten sich die teilnehmenden Familien mit den Themen Wohnen, Arbeit, Freizeit, Recht und Zukunftsplanung. Bei jedem Treffen arbeiteten die Angehörigen und die Söhne bzw. Töchter mit einer Behinderung nach einem gemeinsamen Start jeweils in getrennten Gruppen. In einem gemeinsamen Schlussteil wurde die Gruppenarbeit anschliessend ausgetauscht. Zwischen den einzelnen Treffen bearbeitete die Familie zu Hause die Themen vertieft und notierte die Ergebnisse in einer Absichtserklärung. In der Absichtserklärung wurden auch Angaben zur Geschichte der Familie, zu den Wünschen und Hoffnungen bezüglich der Wohnsituation und der künftigen Betreuungsperson, zu gesundheitlichen Aspekten der behinderten Söhne und Töchter sowie rechtliche und finanzielle Angaben festgehalten.

Am Pilotkurs nahmen zwei Mütter ohne weitere Angehörige, ein Elternpaar ohne

ihren Sohn oder ihre Tochter, 2 Elternpaare mit ihren Söhnen und Töchter mit einer geistigen Behinderung, eine Mutter mit einer Schwester aber ohne ihre Tochter mit ei-

ner geistigen Behinderung und zwei Elternpaare mit ihrer Tochter und ihrem Sohn mit einer geistigen Behinderung und deren Bruder und Schwester teil.

Eltern	Söhne und Töchter mit Behinderung	Geschwister
2 Mütter		
1 Elternpaar		
2 Elternpaare	Sohn (23)/Sohn (34)	
1 Mutter		Schwester
2 Elternpaare	Sohn (46)/Tochter (23)	Schwester/Bruder

Tab. 1: Personen, die am Pilotkurs «Die Zukunft ist jetzt!» an der HfH 2010/11 teilnahmen

Der Pilotkurs wurde abschliessend mit einer Online-Befragung mit 38 mehrheitlich offenen Fragen und zwei Feedbackrunden evaluiert. Eine grosse Mehrheit der beteiligten Angehörigen erklärte sowohl in der Befragung als auch in der Feedbackrunde, dass der Kurs das Gespräch in der Familie und mit den Personen mit einer geistigen Behinderung gefördert habe. Eine Schwester sagte: «Wir sind als Familie ins Gespräch gekommen und es haben sich neue Gedankenräume aufgetan. Über das Thema zu sprechen, hatte auch eine sehr entlastende Funktion. Dazu war es hilfreich, von aussen aufgefordert zu werden» (Aussage einer Schwester).

Ähnlich äussert sich eine Mutter, die den Kurs besuchte: «Wir, die ganze Familie, haben jetzt angefangen, uns wirklich mit der Zukunftsplanung unserer Tochter auseinanderzusetzen. Dafür waren die Hausaufgaben sehr hilfreich, vor allem für die Diskussionen in der Familie und wir haben jetzt auch einiges schriftlich festgehalten» (Aussage einer Mutter).

Die Evaluation des Pilotkurses zeigt, dass durch die Teilnahme am Kurs das Gespräch in den Familien gefördert und die Zukunftsplanung angestossen wird.

Ausblick

Die Studien von Bigby und Ozanne (1999) in Australien zeigen, dass alte Eltern bevorzugt konkrete Hilfen im Alltag und emotionale Unterstützung nutzen. Die Ergebnisse der Expertenbefragung, die im Rahmen des Forschungsprojektes «Auf der Suche nach einem neuen Zuhause» an der HfH durchgeführt wurde, bestätigen dies. Von den Familien werden bevorzugt praktische Unterstützungsangebote genutzt, die den Personen mit einer geistigen Behinderung im Alltag helfen. Tagesprogramme, Unterstützung bei der Betreuung zu Hause oder Transportdienste werden sehr gerne genutzt, während Coaching, Information und Beratung zu Erbschafts- und Wohnfragen eher wenig genutzt würden (Wicki & Adler, 2010, S. 12). Die Entwicklung des neuen Angebotes, das die ganze Familie bei der Zukunftsplanung unterstützen kann, ist daher sinnvoll.

Eine Schwester hat im Pilotkurs sehr prägnant formuliert, was sie am Kursangebot «Die Zukunft ist jetzt!» als besonders gewinnbringend sieht: «Es gibt viele Beratungsangebote. Aber man hat auch Ängste. Beratung ist immer gleich Face to Face. Hier (in diesem Pilotkurs, Anm. d. Verf.) kann

man sich austauschen, andere Familien sehen und sich mit ihnen besprechen» (Aussage einer Schwester).

Für die Schwester ist es wichtig, dass sie gemeinsam mit ihrem Bruder mit einer Behinderung und mit ihren Eltern am Kurs teilnimmt, da so der Austausch stattfinden kann und bei aufkommenden Fragen Fachpersonen zur Verfügung stehen.

Für die Durchführung des Pilotkurses war es schwierig, ältere Eltern für eine Teilnahme zu gewinnen. Eine Möglichkeit wäre, die Ausschreibung der Informationsveranstaltung und des Kursangebotes vermehrt so zu gestalten, dass auch die Geschwister angesprochen werden. Geschwister sind besonders bei einem hohen Alter der Eltern daran interessiert, dass ihre Eltern die Zukunft planen. Allerdings stellt sich auch in Bezug auf die Geschwister die Frage, wie sie erreicht werden können. Für die Forschung hat es sich als grosse Herausforderung erwiesen, wie der Zugang zu Geschwistern von Menschen mit Behinderung eröffnet werden kann. «Häufig werden die Geschwister über Institutionen der Behindertenhilfe erreicht, die Kontakte zu den Eltern vermitteln, die ihrerseits wiederum den Kontakt zu Geschwistern herstellen» (Tröster, 2010, S. 83). Heller und Kramer (2009) sind in diesem Bereich innovativ, denn sie sprachen Geschwister bereits via Internet an. Der Nachteil dieses Vorgehens war jedoch, dass eine sehr spezifische Gruppe von Geschwistern, nämlich über 90% Schwestern, antwortete.

Über die Bedürfnisse der Geschwister im mittleren Erwachsenenalter liegen nur wenig gesicherte Forschungsergebnisse vor. Hackenberg (2008) meint, die Geschwister brauchen Akzeptanz hinsichtlich ihrer Wünsche nach autonomer Lebensplanung. Die institutionellen Hilfssysteme sollten ihnen die dazu erforderliche Unterstützung

bieten. Bei der Durchführung weiterer Kurse zur Unterstützung der Zukunftsplanung von Familien wird den Anliegen der Geschwister mehr Raum gegeben und ihre Rolle weiter untersucht werden.



Dr. Monika Theresa Wicki
monika.wicki@hfh.ch



Lic. phil. Judith Adler
judith.adler@hfh.ch

Hochschule für Heilpädagogik
Schaffhauserstrasse 239
8050 Zürich

Literatur

- Bigby, C. (2004). *Ageing with a Lifelong Disability. A Guide to Practice, Program and Policy Issues for Human Service Professionals*. London & Philadelphia: Jessica Kinsley Publishers.
- Bigby, C.; Ozanne, E. & Gordon, M. (1999). *Facilitating Transition: An Evaluation of Pilot Case Management Programs for Older Carers of Adults with Intellectual Disability. Eastern and Northern Metropolitan Regions of the Department of Human Services Victoria*. Melbourne: Department of Human Services.
- Bowey, L. & McGlaughlin, A. (2007). Older carers of adults with a learning disability confront the future: Issues and preferences in planning. *British Journal of Social Work*, 37 (1), 39–54.

- Carr, J. (2005). Families of 30–35 years olds with Down's syndrome. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 18*, 75–84.
- Dunst, C. J.; Trivette, C. M. & Deal, A. G. (1988). *Enabling and empowering families: Principles and guidelines for practice*. Cambridge, MA: Brookline Books.
- Gremaud, G.; Charrière, E. & Cappelli, M. (2009). Concept d'accompagnement des personnes handicapées vieillissantes. Situation et perspectives dans le canton de Fribourg. *Schweizerische Zeitschrift für Heilpädagogik, 15* (2), 17–23.
- Greenberg, J.; Seltzer, M.; Orsmond, G. & Krauss, M. (1999). Siblings of adult with mental illness or mental retardation: Current involvement and expectations of future caregiving. *Psychiatric Services, 50*, 1214–1219.
- Griffiths, D. & Unger, D. (1994). Views about planning for the future among parents and siblings of adults with mental retardation. *Family Relations, 44*, 221–227.
- Hackenberg, W. (2008). *Geschwister von Menschen mit Behinderung. Entwicklung, Risiken, Chancen*. München: Reinhardt.
- Heller, T. & Factor, A. (1991). Permanency Planning for Adults With Mental Retardation Living With Family Caregivers. *American Journal on Mental Retardation, 92* (2), 163–176.
- Heller, T. & Factor, A. (1993). Aging Family Caregivers: Support Resources and Changes in Burden and Placement Desire. *American Journal on Mental Retardation* (98) 3, 417–426.
- Heller, T. & Caldwell, J. (2006). Supporting Aging Caregivers and Adults With Developmental Disabilities in Future Planning. *Mental Retardation, 44* (3), 189–202.
- Heller, T. & Kramer, J. (2009). Involvement of Adult Siblings of Persons With Developmental Disabilities in Future Planning. *Intellectual and Developmental Disabilities, 47* (3), 208–219.
- Hodapp, R. M. & Urbano, R. C. (2007). Adult Siblings of Individuals with Down Syndrome versus with Autism: Findings from a Large-Scale US Survey. *Journal of Intellectual Disability Research, 51*, 1018–1029.
- Krauss, M.; Seltzer, M.; Gordon, R. & Friedman, D. (1996). Binding ties: The roles of adult siblings of persons with mental retardation. *Mental Retardation, 34*, 83–93.
- Schweizerische Statistik der Massnahmen im Kindes- und Erwachsenenschutz 2009. (Internet: http://www.vbk-cat.ch/assets/pdf/de/dokumentationen/statistik/aktuell/01-Statistik_KOKES_ZKE_6_2010.pdf, 22.3.2011).
- Seltzer, G.; Begun, A.; Seltzer, M. & Krauss, M. (1991). Adults with mental retardation and their aging mothers: Impacts of siblings. *Family Relations, 40*, 310–317.
- Seltzer, M. & Krauss, M. (1994). Aging parents with co-resident adult children. The impact of lifelong caring. In M. Seltzer, M. Krauss & M. Janicki (eds). *Lifecourse Perspectives on Adulthood and Old Age*. Washington: American Association on Mental Retardation.
- Stamm, C. (2009). Erwachsene Menschen mit geistiger Behinderung im Elternhaus – familiäre Situation und Zukunftsperspektiven aus Sicht der Hauptbetreuungspersonen: Ergebnisse einer empirischen Studie. *Zeitschrift für Heilpädagogik, 60* (7), 255–264.
- Tröster, H. (2010). Geschwister von Menschen mit Behinderung im Erwachsenenalter – ein Überblick über den Forschungsstand. *Heilpädagogische Forschung, 36* (2), 73–85.
- Wicki, M. T. & Adler, J. (2010a). Bericht zur Expertenbefragung im Rahmen des Projektes «Auf der Suche nach einem neuen Zuhause. Zukunftsgestaltung von erwachsenen Menschen mit einer geistigen Behinderung, die bei ihren Eltern leben.» Ein Entwicklungsprojekt. [Elektronische Daten], Zürich: Interkantonale Hochschule für Heilpädagogik.