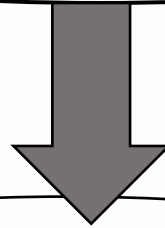


# Personenzentrierung, aber wie?

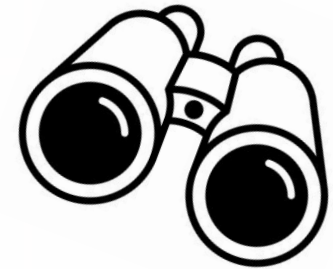


**Methoden der  
Persönlichen Zukunftsplanung  
im Alltag umgesetzt**



# Warum Personenzentrierung?

- ✓ Bundesteilhabegesetz ändert Blickwinkel
- ✓ Von einrichtungszentrierten Hilfeleistungen hin zu personenzentrierten Unterstützungsleistungen
- ✓ Sicherstellung des individuellen Bedarfs
- ✓ Recht auf Selbstbestimmung



# Methoden der Persönlichen Zukunftsplanung unterstützen dabei...

- ✓ Mit anderen Menschen über das eigene Leben nachzudenken
- ✓ Eigene Wünsche/Bedürfnisse/Träume zu erforschen und in gangbare Schritte umzuwandeln
- ✓ Eine selbstbewusste, sinngebende Lebensgestaltung und Teilhabeaktivität in der Gesellschaft zu schaffen
- ✓ Zufriedenheit durch Wahlmöglichkeit zu erleben
- ✓ Eine wirksame Zusammenarbeit/Vernetzung aller Beteiligten zu erreichen

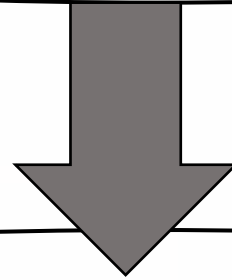


# Methoden im Alltag umgesetzt

- ✓ **Minimethoden**
- ✓ **Planungsmethoden**
- ✓ **Reflektionsmethode**

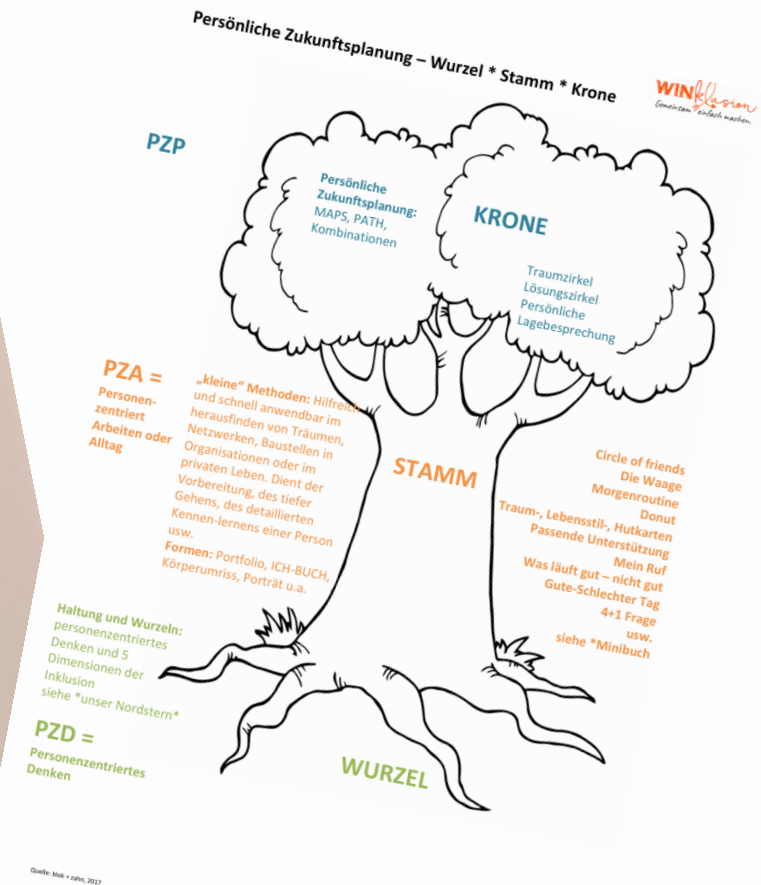
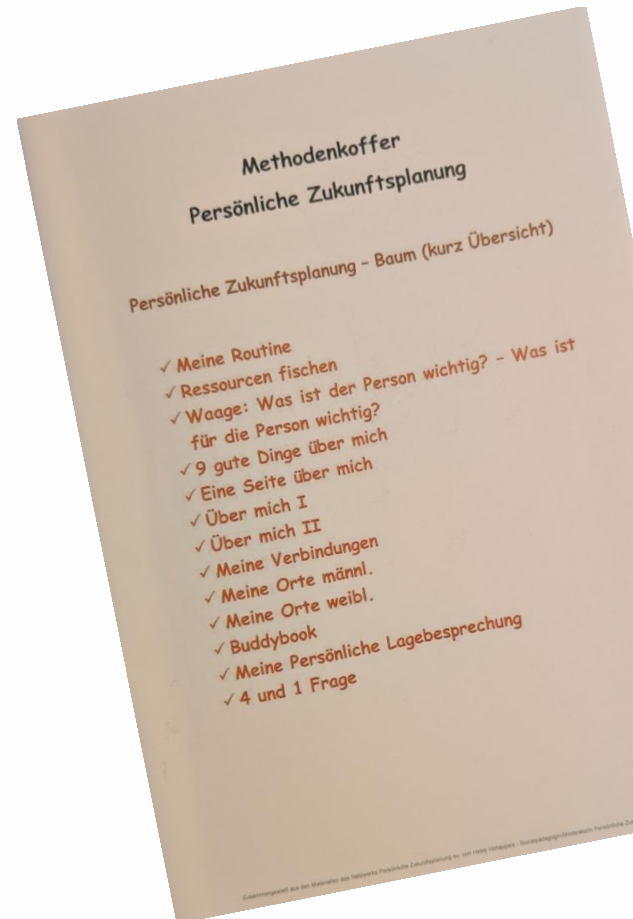
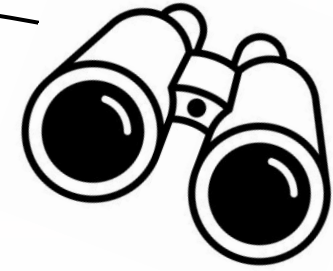


**Persönliche Zukunftsplanung...**



**...personenorientiert Zukunft gestalten**

# Material....





# Dankeschön



# Methodenkoffer

## Persönliche Zukunftsplanung

### Persönliche Zukunftsplanung - Baum (kurz Übersicht)

- ✓ Meine Routine
- ✓ Ressourcen fischen
- ✓ Waage: Was ist der Person wichtig? - Was ist für die Person wichtig?
- ✓ 9 gute Dinge über mich
- ✓ Eine Seite über mich
- ✓ Über mich I
- ✓ Über mich II
- ✓ Meine Verbindungen
- ✓ Meine Orte männl.
- ✓ Meine Orte weibl.
- ✓ Buddybook
- ✓ Meine Persönliche Lagebesprechung
- ✓ 4 und 1 Frage



## PZP

Persönliche  
Zukunftsplanung:  
MAPS, PATH,  
Kombinationen

## KRONE

Traumzirkel  
Lösungszirkel  
Persönliche  
Lagebesprechung

## PZA =

Personen-  
zentriert  
Arbeiten oder  
Alltag

„kleine“ Methoden: Hilfreich  
und schnell anwendbar im  
herausfinden von Träumen,  
Netzwerken, Baustellen in  
Organisationen oder im  
privaten Leben. Dient der  
Vorbereitung, des tiefer  
Gehens, des detaillierten  
Kennen-lernens einer Person  
usw.

Formen: Portfolio, ICH-BUCH,  
Körperumriss, Porträt u.a.

## STAMM

Circle of friends  
Die Waage  
Morgenroutine  
Donut

Traum-, Lebensstil-, Hutkarten  
Passende Unterstützung  
Mein Ruf

Was läuft gut – nicht gut  
Gute-Schlechter Tag

4+1 Frage  
usw.

siehe \*Minibuch

## Haltung und Wurzeln:

personenzentriertes  
Denken und 5  
Dimensionen der  
Inklusion  
siehe \*unser Nordstern\*

## PZD =

Personenzentriertes  
Denken

## WURZEL

# Meine Routine:



Wann?

Was?

Wie genau?



Personenzentriertes Denken und Handeln

Inklusive Zukunft planen

Gestaltung: Wiebke Kühl

# Ressourcen fischen

## Nach individuellen Ressourcen fischen

- Welche Fähigkeiten haben Dir schon mal geholfen, eine schwierige Situation zu meistern?
- Was macht Dir Spaß? Wofür kannst Du Dich begeistern?
- Was kannst Du gut?
- Womit verbringst Du gerne Deine Zeit?
- Was sagen andere (Freunde, KollegInnen etc.): Was kannst Du gut?
- Wo bist Du Fachmann/ Fachfrau?

## Nach sozialen Ressourcen fischen

- Wenn Du ... (z.B.-einen Umzug/ ein Fest/ ..) organisieren willst, wen würdest Du fragen?  
Wer kann Dich dabei unterstützen?
- Mit wem verbringst Du Deine Freizeit?/ Wen triffst Du in Deiner Freizeit?
- Welche KollegInnen findest Du sympathisch?
- Wenn Du ein Problem hast: wen fragst Du um Rat/ Unterstützung? Wer hat Dir früher schon mal geholfen? Wer kennt sich gut mit Unterstützungsangeboten aus?
- Mit wem aus Deiner Familie hast Du viel Kontakt?
- Gibt es Menschen aus der Nachbarschaft, in Vereinen oder anderen Gruppen, mit denen Du Zeit verbringst? Mit wem?
- Hast Du ein Lieblingstier?

## Nach materiellen Ressourcen fischen

- Wie und wo wohnst Du? Alleine/ Eigens Haus/ eigene Zimmer/ Wohnheim ...
- Wie kommst Du ... zur Arbeit/ zu Freunden/ ...?
- Wie bewegst Du Dich im Straßenverkehr?
- Wie finanzierst Du Deinen Lebensunterhalt?

## Nach infrastrukturellen Ressourcen fischen

- Kennst Du Fachleute zu bestimmten Themen? Welche?
- Was gibt es in Deinem Stadtteil? Bücherei, Theater, Kino, Busstation, Kirche , Verein, Geschäfte
- Wo kann man bei Dir etwas unternehmen?
- Wo kannst Du an Deinem Ort Menschen treffen?
- Wen Du umziehen würdest, worauf willst in keinem Fall verzichten?

Zusammenstellung von Antje Morgenstern

## Was wichtig für Fred?

### Was ist der Person wichtig

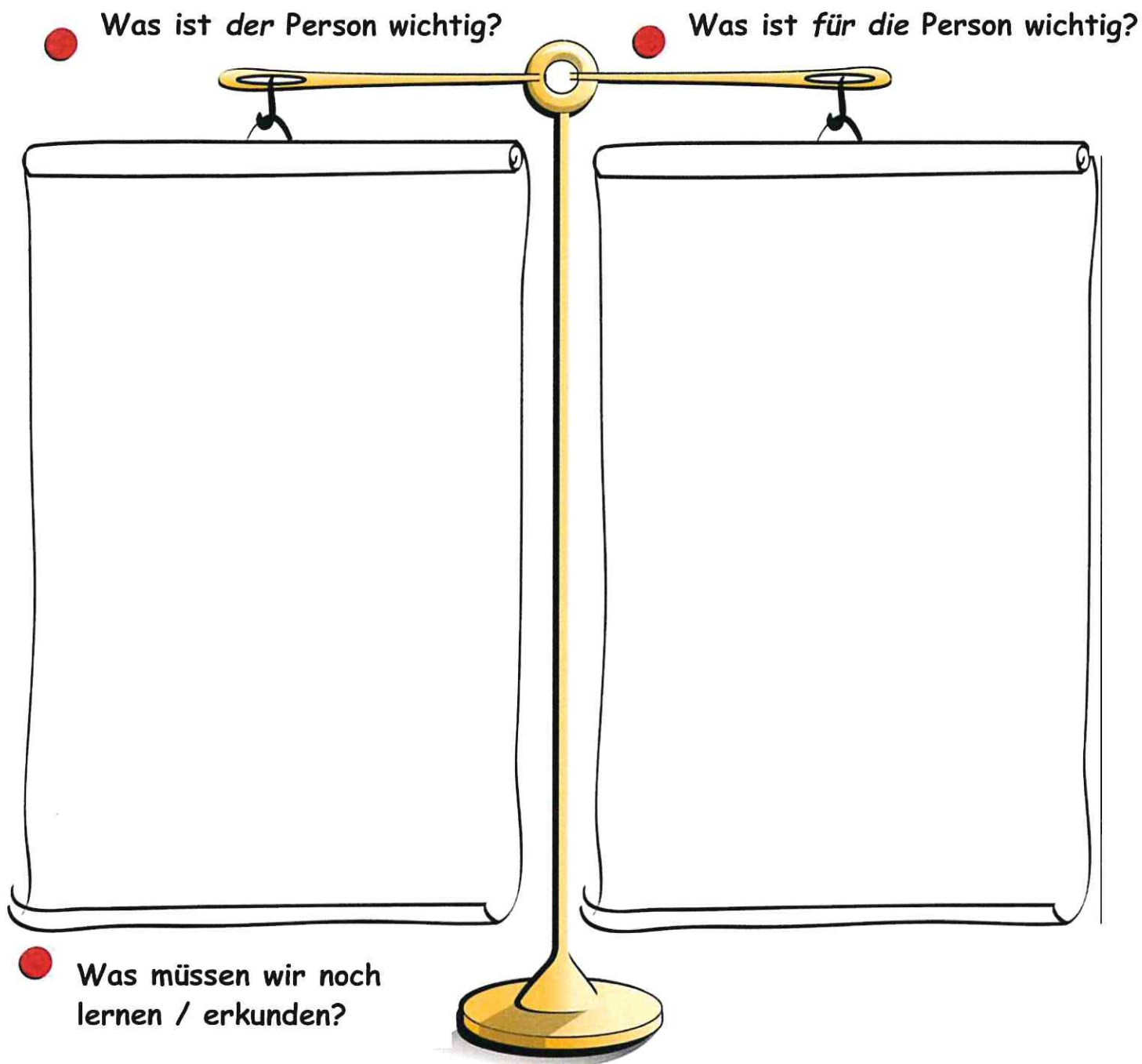
- Mit der Familie in Kontakt bleiben
- Mit Menschen zusammen sein, die wissen, wie Fred kommuniziert
- Zeitschriften zum Anschauen haben
- Mindestens einmal am Tag außer Haus kommen
- Einmal die Woche schwimmen gehen
- Mind. sechsmal am Tag ein Glas Milch oder einen gesüßten Tee bekommen
- So oft er es sich leisten kann, in einem belebten Lokal essen gehen
- Mindestens einmal die Woche in ein Lokal gehen, wo Musik gespielt wird
- Mit Menschen zusammen sein die unterhaltsam und lustig sind

Was wir noch lernen /  
erkunden müssen




### Was ist für die Person wichtig

- Menschen um sich haben und in das, was geschieht, eingebunden sein.
- Nicht nur passiv alleine herumstehen und beobachten müssen was passiert.
- nicht länger als 10 Minuten alleine sitzen gelassen werden, auch wenn er eine Zeitschrift ansieht.
- nicht angefasst oder mit körperlicher Gewalt von etwas weggezogen werden. Keiner soll sich von hinten nähern, wenn er es nicht erwartet.
- Zu wissen, wie Fred kommuniziert und ihm auf beruhigende Weise sagen, was als nächstes geschieht
- Fred benutzt nur eine Gabel und Löffel zum Essen. wichtig, dass sein Essen geschnitten wird und die Temperatur seines Essens und Trinkens überprüft wird.
- Fred hat Epilepsie, die momentan noch nicht voll medikamentös eingestellt ist. Die Tabletten von Fred sollten von einer Person eingeteilt werden, die über die Dosierungen Bescheid weiß.





# „Was ich gut kann ...“ – 9 gute Dinge über mich

<b>...beim Arbeiten</b> 			
<b>...mit Menschen</b> 			
<b>...in der Freizeit</b> 			

**Bitte beschreiben Sie möglichst genau, was Sie gut können. Am besten sind Beispiele aus Ihrem Alltag.**



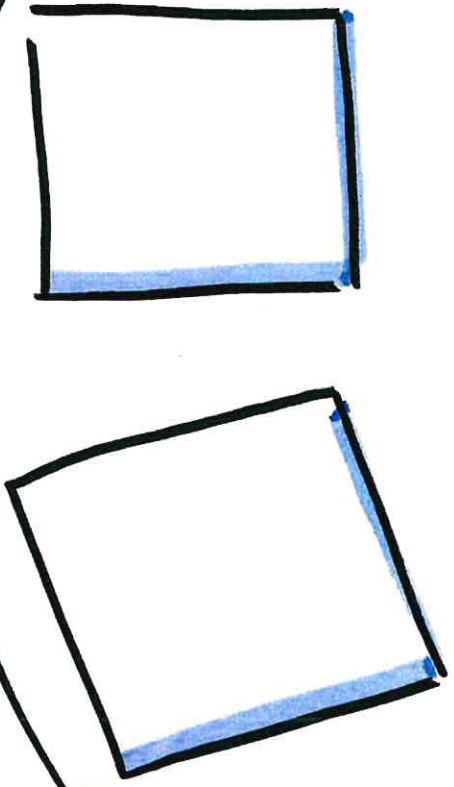
# EINE SEITE ÜBER MICH

WAS MIR WICHTIG IST

WAS  
ANDERE  
AN MIR  
HÖREN

SO WERDE ICH GUT UNTERSTÜTZT

WAS ICH GUT KANN



# ÜBER MICH

DAS IST MIR/  
FÜR MICH WICHTIG.



ANDERE  
HÖGEN  
AN MIR

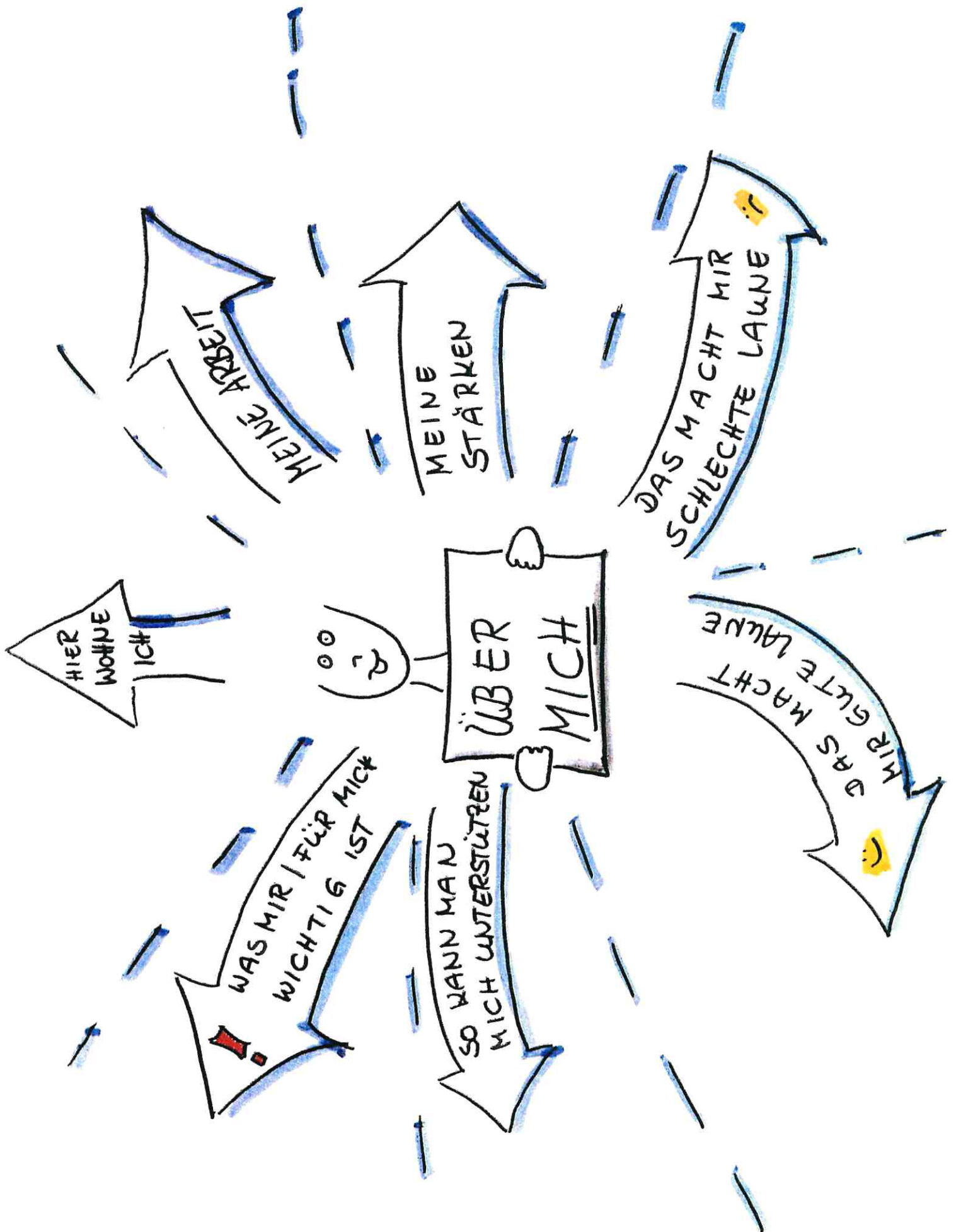
MEINE STÄRKE



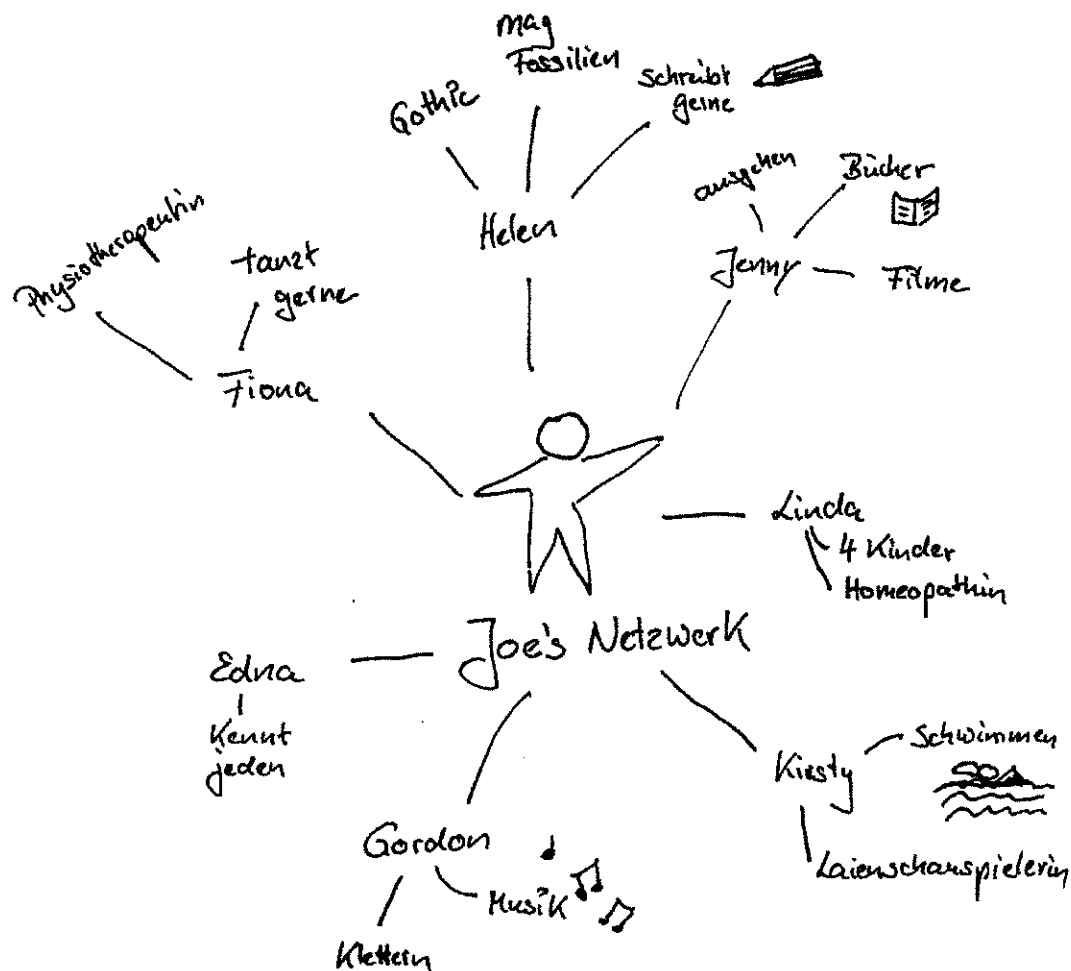
SO KANN ICH UNTERSTÜTZT WERDEN







# Meine Verbindungen - Netzwerkkarte



Bei dieser Methode werden wie in einem Mind-Map alle Personen aufgelistet, die die Person kennt.

Zu jeder Person werden ein bis drei Dinge hinzugefügt, die diese Person macht, sie interessiert oder wo sie engagiert ist.

So bekommt man einen guten Überblick, welche Anknüpfungspunkte, gemeinsamen Interessen und Ressourcen es im Netzwerk gibt.

So wird klar, wen man für eine bestimmte Aktivität ansprechen könnte und wer vielleicht weitere Personen in einem bestimmten Bereich kennt.

**Quelle:** nach SANDERSON, Helen, LIVESLEY, Michelle, POLL, Carl, KENNEDY, Jo: Community Connecting. Stockport: HSA Press 2008

... ich Kunde bin

... ich mich wohl  
fühle

MEINE ORTE



... ich  
Mitglied bin

... ich etwas  
beitrage

AN DENEN

... es Möglichkeiten gibt für neue Kontakte

... ich Kunde bin

... ich mich wohl fühle

MEINE ORTE



... ich Mitglied bin

... ich etwas beitrage

AN DENEN

... es Möglichkeiten für neue Kontakte gibt



DAS LÄUFT  
GUT - NICHT GUT


Das ist heute  
wichtig!

Das ist in  
Zukunft wichtig!

DAS MÖGEN  
UND  
SCHÄTZEN  
Wir an dir:



www.wiebekuehl.de

Was brauchst du,  
um gesund und  
sicher zu leben?



3 OFFENE  
FRAGEN

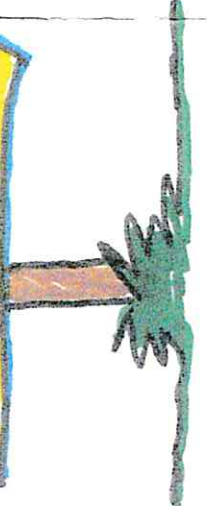
IDEEN



MEINE  
Persönliche  
Lagebesprechung

THEMA  
MOTTO

WER IST DABEI?



PROBLEME und  
HINDERNISSE,  
mit denen wir zu  
Kämpfen haben:



AKTIONS-  
PLAN



# Meine persönliche Lagebesprechung



(Raum für Dein Bild)

Name.....

.....

Dieses Arbeitsbuch soll Dir helfen über Dein Leben nachzudenken  
und Deine Persönliche Lagebesprechung vorzubereiten



Du kannst in diesem Arbeitsbuch Informationen in der Weise sammeln, die Dir am liebsten ist, Du kannst schreiben, zeichnen, Photos oder Bilder verwendet - es liegt ganz an Dir! Damit kannst Du anderen Menschen zeigen...

Was Du magst und was Du nicht magst

Dinge, die Dir wichtig sind, Dinge, die so bleiben sollen wie sie sind und Dinge, die sich verändern sollen

Deine Wünsche und Träume für die Zukunft

Verwende dafür die leeren Seiten oder füge andere Seiten hinzu



Vielleicht möchtest Du Kopien dieser Seiten auf die  
Plakate bei Deinem Treffen kleben

2

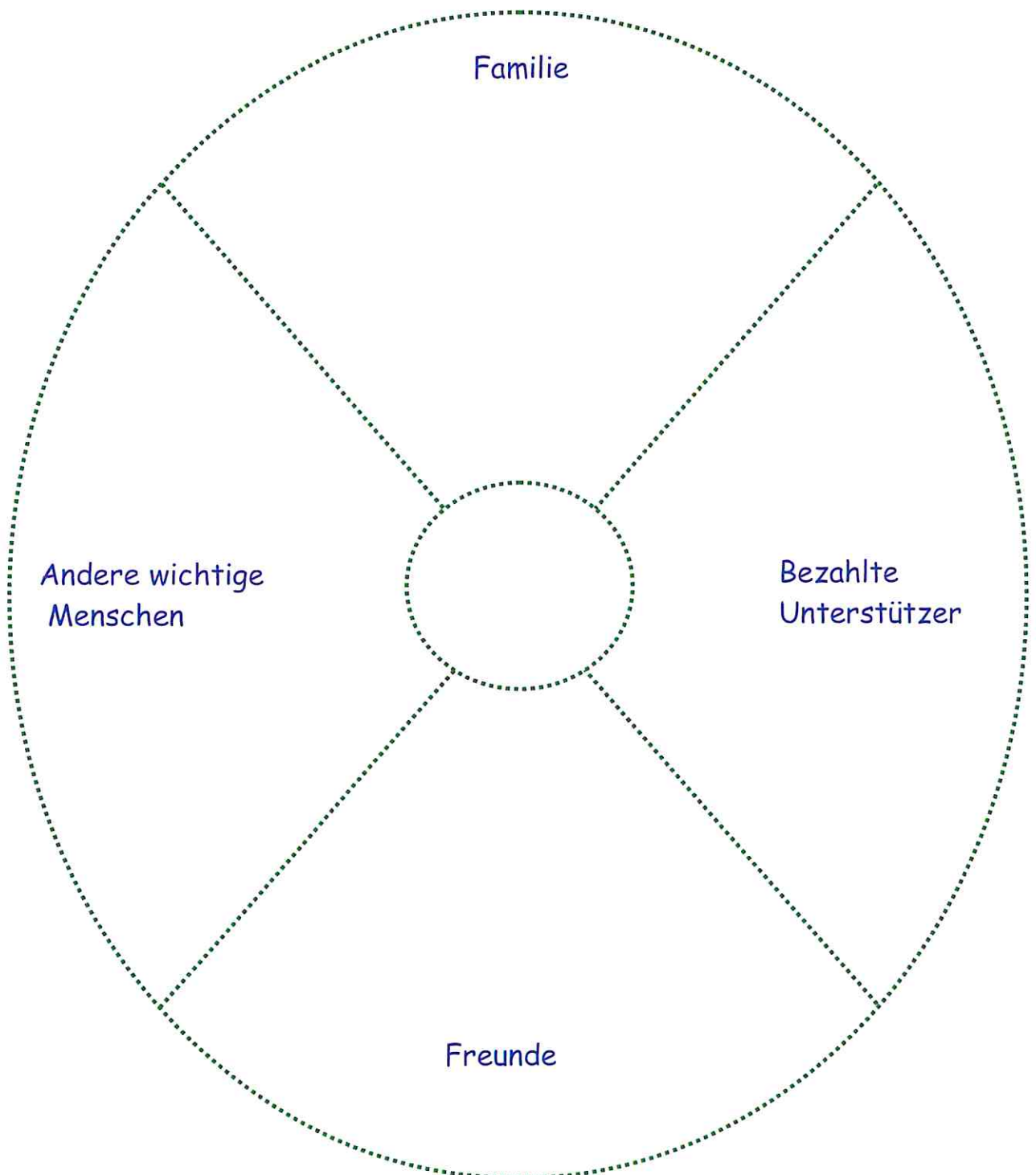




## Wichtige Menschen in meinem Leben

3

Schreibe die Namen in den Kreis oder klebe Bilder auf!



## Was mir gerade wichtig ist

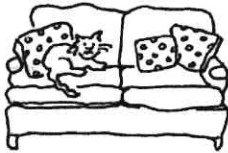
4

Was ich gerne mache...  
bei der Arbeit



Empty box for writing about work.

zu Hause



Empty box for writing about home.

zum Spaß



Empty box for writing about leisure.

Andere wichtige Orte, die ich besuche...

Was ich gerne mit meinen Freunden mache



Empty box for writing about activities with friends.

## Was mir gerade wichtig ist

5

Musik



Hobbies



Essen



Trinken



Fernsehen



Was ich **wirklich nicht mag**

- bei der Arbeit, zu Hause oder in der Freizeit



## Was mir gerade wichtig ist

6

### Bei der Arbeit



Wie ich zu der Arbeit hin- & zurückfahre...

Das ist meine  
Arbeitsstelle...

Am Liebsten mache ich bei der  
Arbeit....

Meine Lieblingskollegen sind...

Das ist meine Aufgabe...

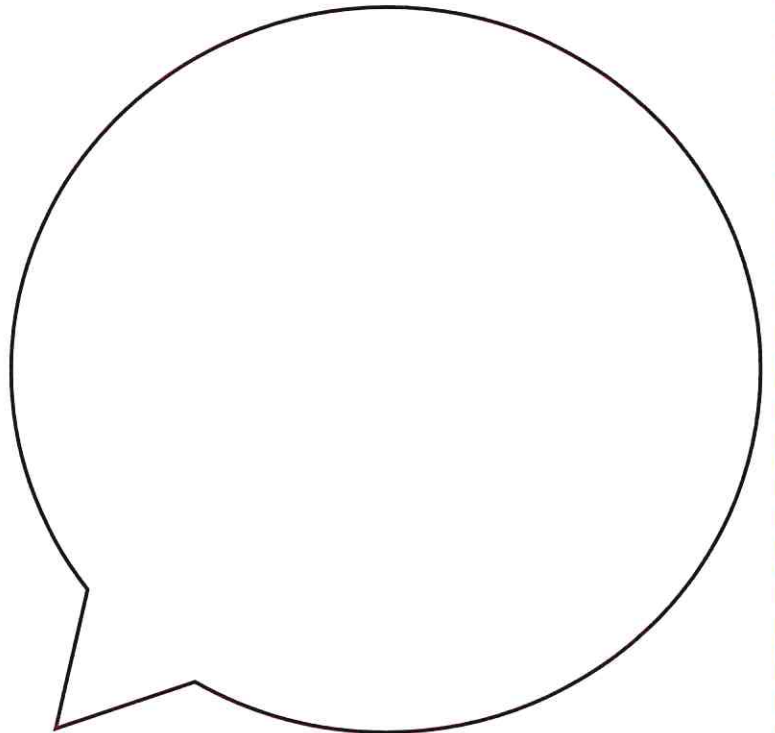
Zum Mittag esse ich gerne...

## Was mir gerade wichtig ist



Andere Dinge die ich gerne bei der Arbeit mache...

Ich verbringe meine Zeit gerne mit...





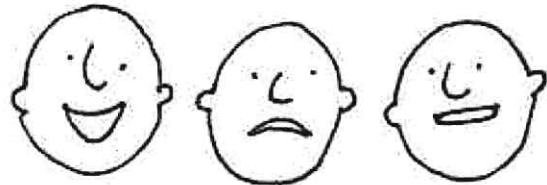
## Was mir gerade wichtig ist

8

### Meine Woche

Male in jedes Feld das  
Gesicht, das am besten  
dazu passt, wie es dir geht

Wie geht es mir in  
der Woche



Zum Beispiel:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vormittag					
Mittag					
Nachmittag					

Vielleicht möchtest Du erzählen,  
warum Du jeweils das Gesicht  
ausgewählt hast



## Was mir gerade wichtig ist

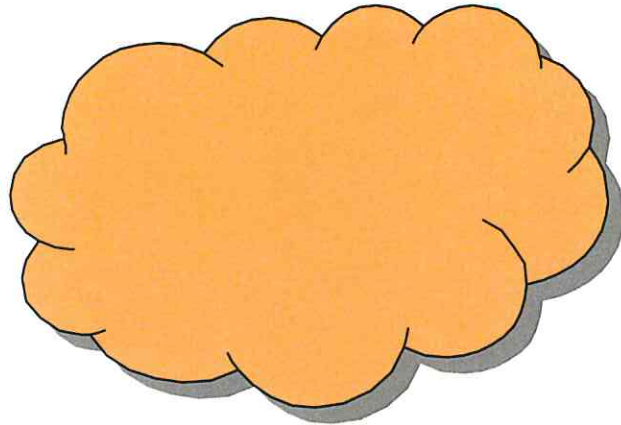
9

Seit meiner letzten persönlichen  
Lagebesprechung hat sich verändert...

Wo würde ich mich gerne verbessern  
und brauche dabei Hilfe...

## Was mir für die Zukunft wichtig ist

Diese Seiten sind für Deine  
Wünsche und Träume



Drei Wünsche, die sich erfüllen sollen...

In der Zukunft möchte ich meine Zeit so  
verbringen...



## Was mir für die Zukunft wichtig ist

11

Ich wäre glücklich, wenn...

Ich wäre unglücklich, wenn...

Andere Dinge, die ich gerne tun möchte...



## Gesund und sicher bleiben

Was ich selber tun kann...

Was ich gerne  
selber tun könnte...

Wobei ich Hilfe brauche...



Was mache ich, wenn ich mich...



glücklich fühle

traurig fühle

frustriert fühle

zornig fühle

schlecht gelaunt fühle

## Kommunikation

Was sollen andere machen, wenn ich...

mich schlecht fühle

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

traurig bin

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

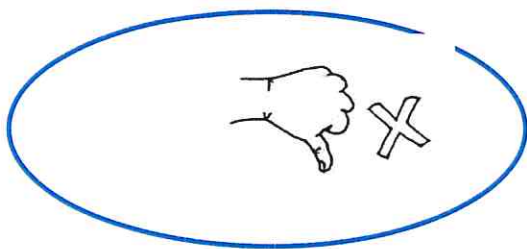
Dinge, die sie niemals tun sollten





Was läuft in meinem  
Leben gerade gut

Was soll in meinem Leben so bleiben wie es ist



Was läuft in meinem  
Leben nicht gut

A large rectangular area with a dashed black border, intended for writing or drawing.

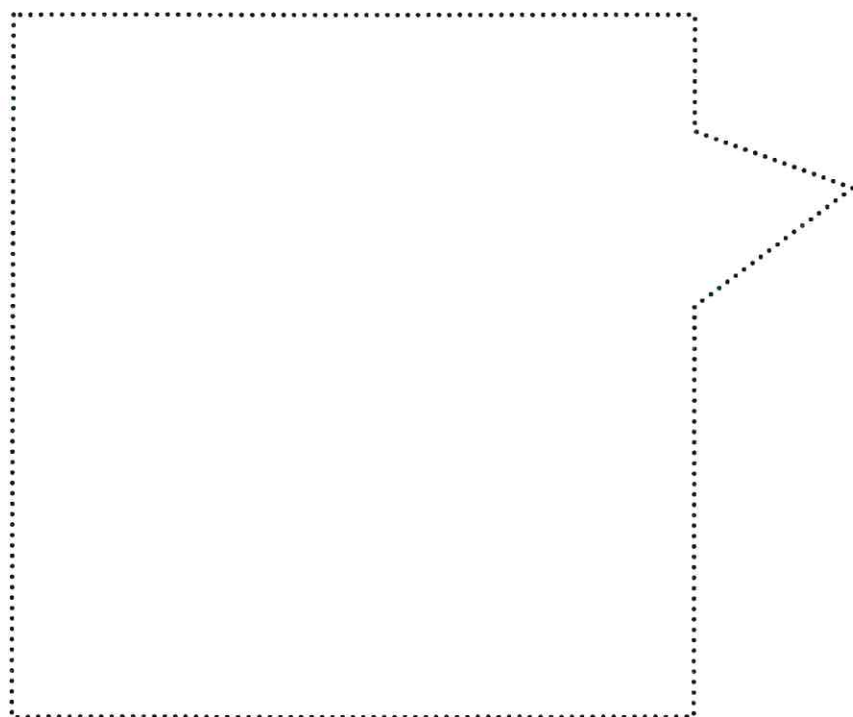
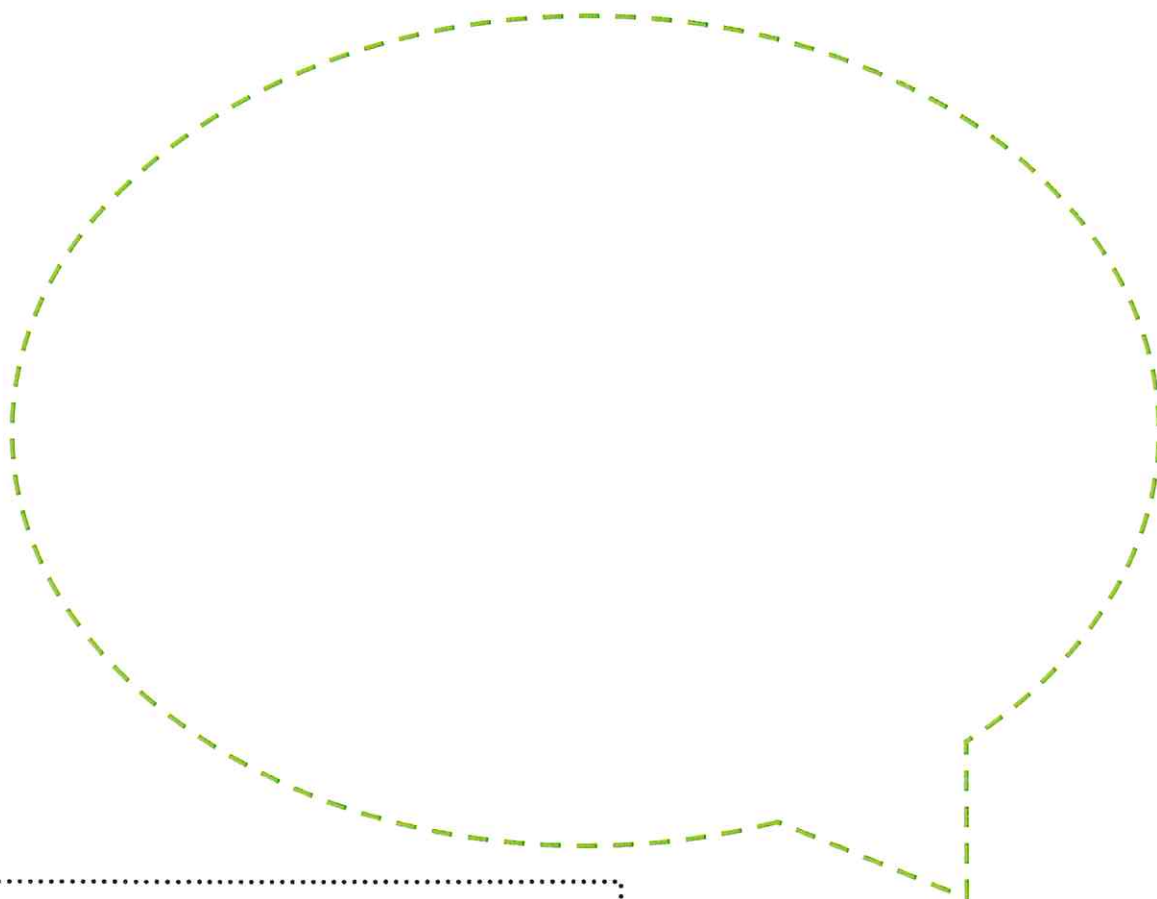
Was ich in meinem Leben verändern möchte

A large rectangular area with a dotted orange border, intended for writing or drawing.



## Fragen, die zu klären und Probleme, die zu lösen sind

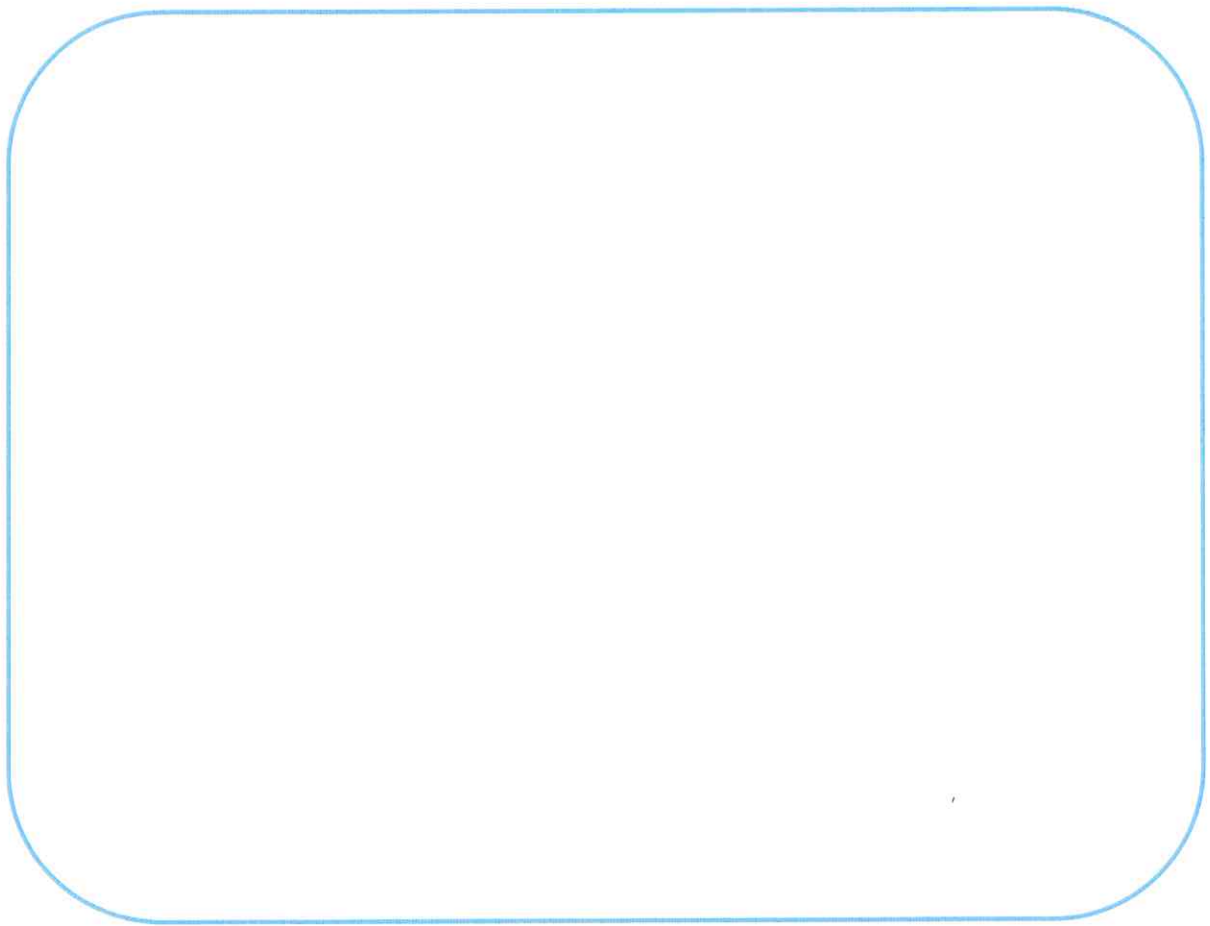
Mache eine Liste über alle Fragen, die du klären möchtest.



## Mein Treffen planen

1. Namen der Leute, die ich bei meinem Treffen dabei haben möchte.

Das können Familie, Freunde, UnterstützerInnen oder andere wichtige Menschen in Deinem Leben sein.





## Mein Treffen planen

2. Wie kann ich sicher stellen, dass ich mich wohl fühle und im Mittelpunkt bleibe

Wo soll das Treffen stattfinden

Snacks



Getränke

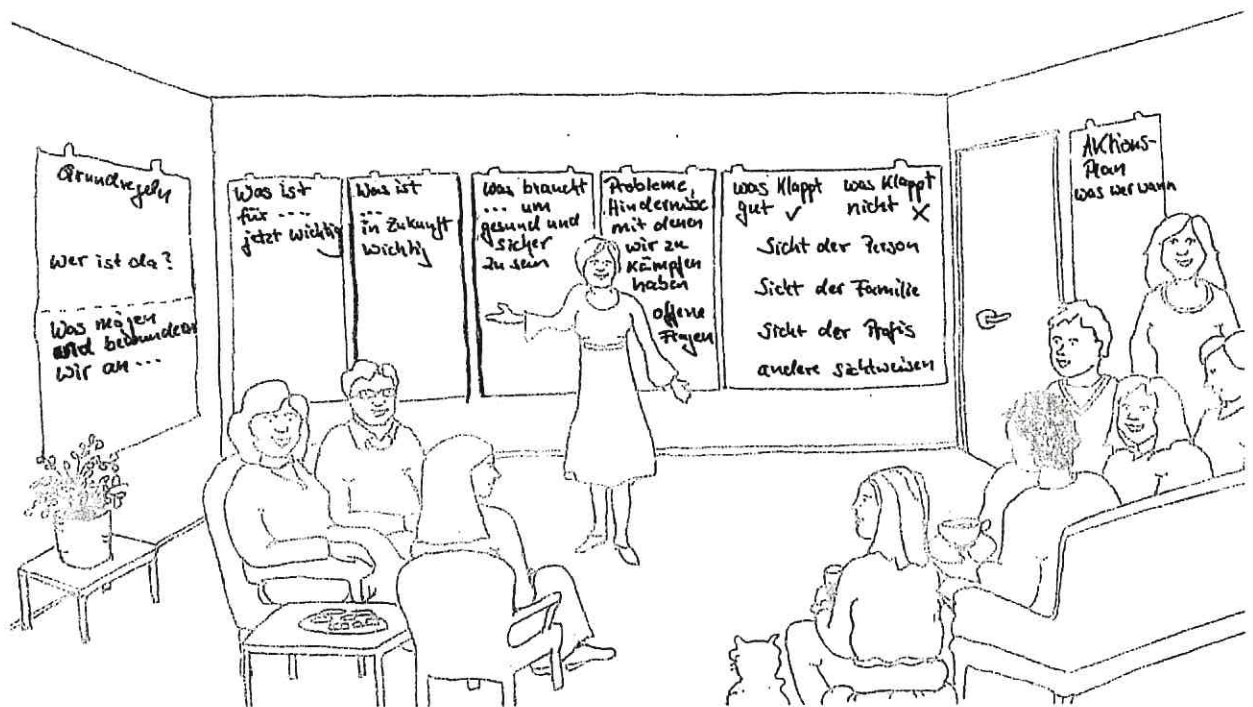


Musik



Andere Dinge, die mir bei dem Treffen wichtig sind





Arbeitsbuch entwickelt von: Niki Marshall, Diane Staniforth and Ruth Mathiesen.



Sheffield Care Trust



**Joint Learning Disabilities Service**



Wir sind glücklich, wenn du dieses Büchlein verwendest und adaptierst, so lange du darauf hinweist, wer es gemacht hat

## 4 + 1 Fragen

### Das bewirkt diese Methode

- Sie hilft Menschen zu erkennen, was sie aus ihren bisherigen Bemühungen und Aktivitäten lernen können.
- Auf diese Lernerfahrungen aufbauend, gibt sie den Beteiligten die Möglichkeit zukünftige Bemühungen und Aktivitäten neu in den Blick zu nehmen und weiter zu planen.

18

### So hilft diese Methode weiter

Sie gibt eine Struktur zur Auswertung für alle Beteiligten:

- Jeder Person wird zugehört.
- Jede Person beschreibt aus ihrer Sicht, was sie gelernt hat.

Sie ist hilfreich für:

- Persönliche Lagebesprechungen
- Einzelarbeit mit Familien
- Team-Sitzungen
- Anleiter, Vorgesetzte

Sie hilft die verschiedenen Aktivitäten einer Planung auszuwerten und weiterführende Aktionen zu planen.

## 4 + 1 Fragen

### Auf einen Blick

- 1 Was haben wir versucht?
- 2 Was haben wir gelernt?
- 3 Worüber sind wir erfreut?
- 4 Worüber sind wir besorgt?
- 5 Ausgehend vom dem, was wir wissen: Was ist der nächste Schritt?

19

Aus: Minibuch personenzentriertes Denken.

Dieses kleine Buch über Methoden personenbezogenen Denkens zeigt Ihnen Wege auf, wie Sie Menschen so unterstützen können, dass die Unterstützung für sie bedeutungsvoll ist. Mit diesem kleinen Buch stellen wir Ihnen Ideen vor, die sich gut dazu eignen, Informationen zu sammeln, um daraus erste Aktionsschritte zu entwickeln, die zu tatsächlichen Veränderungen führen.

Zusammengestellt von Helen Sanderson von Helen Sanderson Associates und Gill Goodwin von Paradigm.

Einige der hier enthaltenen Informationen wurden dem 2005 erschienenen Buch „Essential Lifestyle Planning for Everyone“ von Smull und Sanderson entnommen.

1. Auflage der englischsprachigen Ausgabe April 2006.  
Deutsche Erstausgabe April 2010.

ISBN 978-1-906514-35-8

Übersetzung: Susanne Göbel, Oliver Koenig und Stefan Doose  
Die deutsche Übersetzung wurde im Rahmen des Projekts „New Paths to Inclusion“ durch das Programm für lebenslanges Lernen der Europäischen Union ermöglicht.