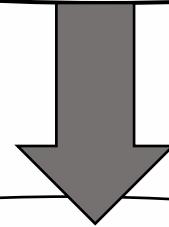


# Personenzentrierung, aber wie?

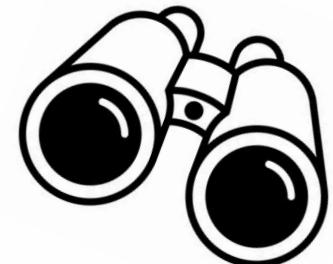


**Methoden der  
Persönlichen Zukunftsplanung  
im Alltag umgesetzt**



# 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

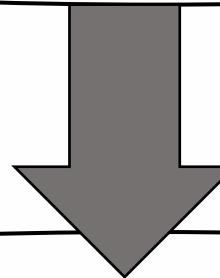


# Methoden im Alltag umgesetzt

- ✓ Minimethoden
- ✓ Planungsmethoden
- ✓ Reflektionsmethode

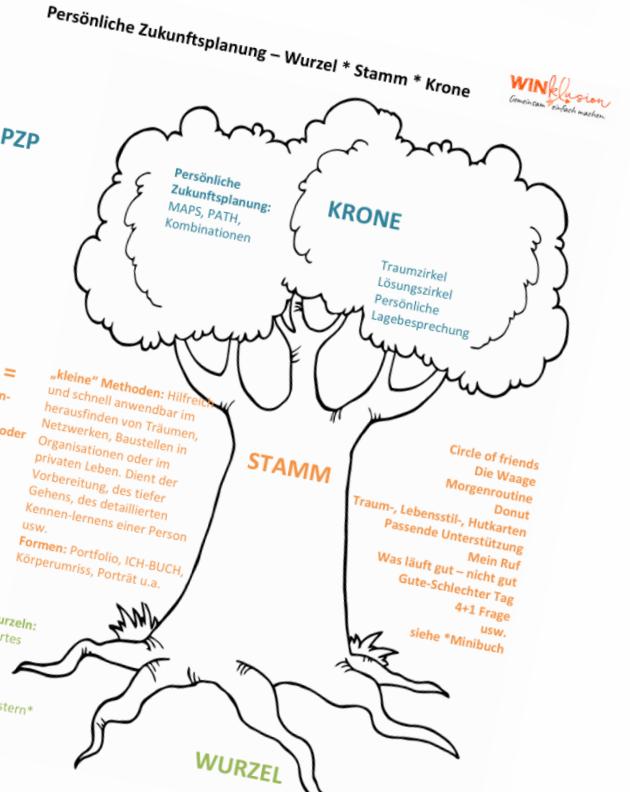
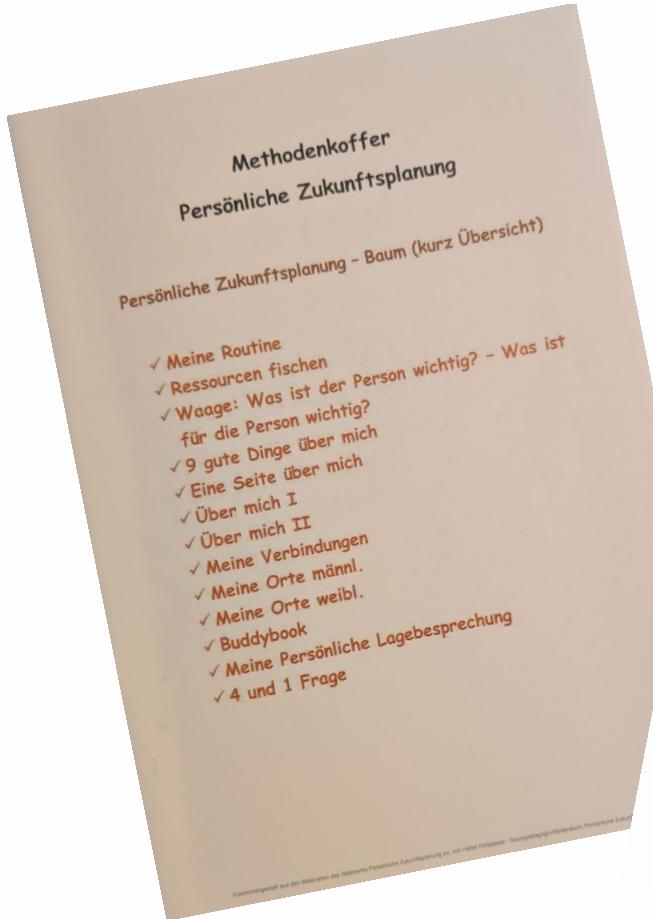
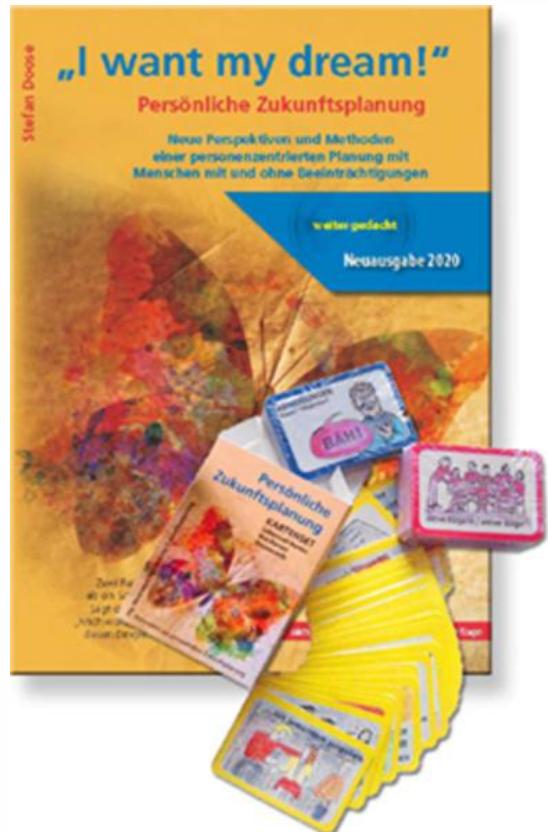


# **Persönliche Zukunftsplanung...**



# **...personenzentriert Zukunft gestalten**

# Material....





# Dankeschön



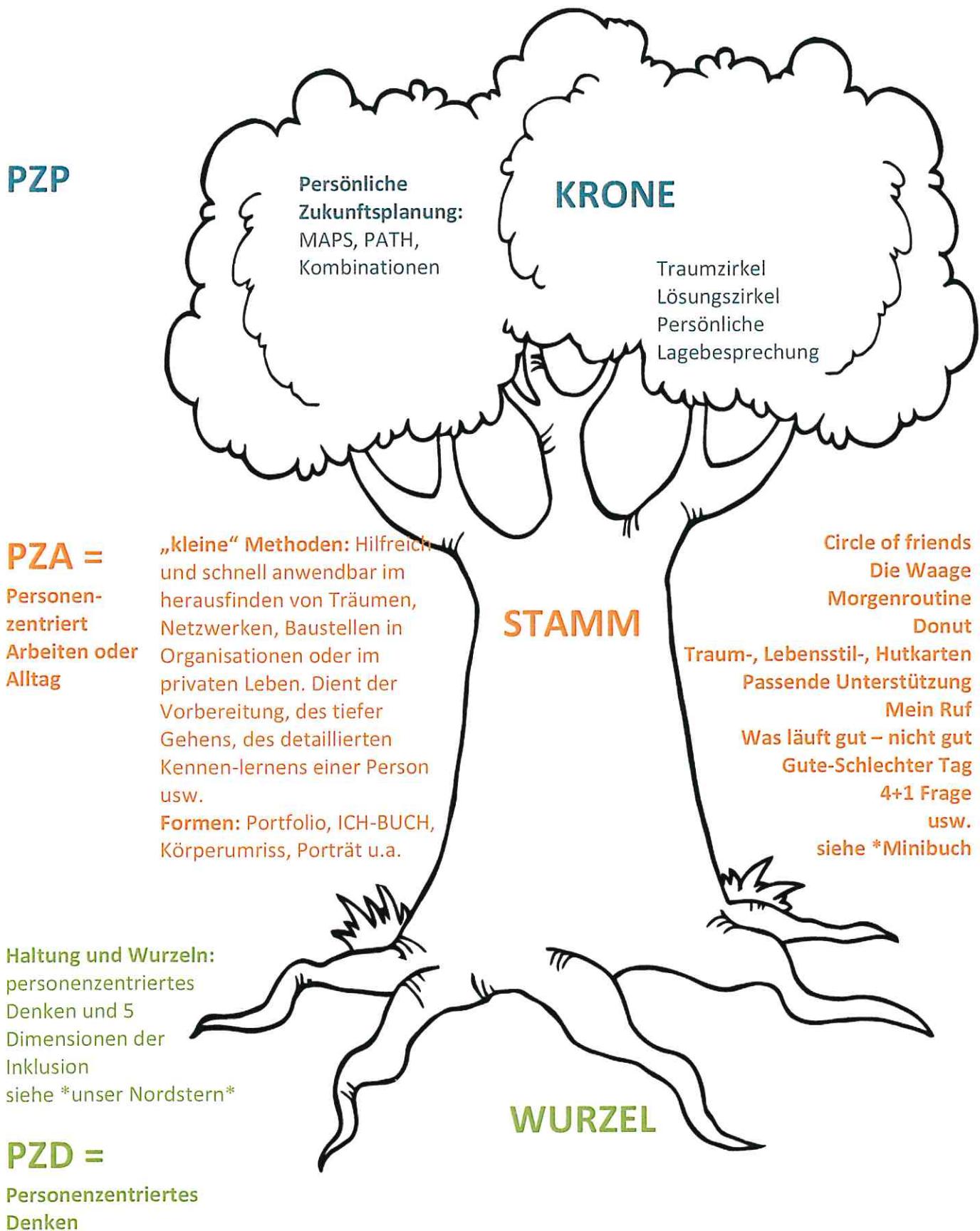
# Methodenkoffer

## 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

## Persönliche Zukunftsplanung – Wurzel \* Stamm \* Krone



## 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 finanziert 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

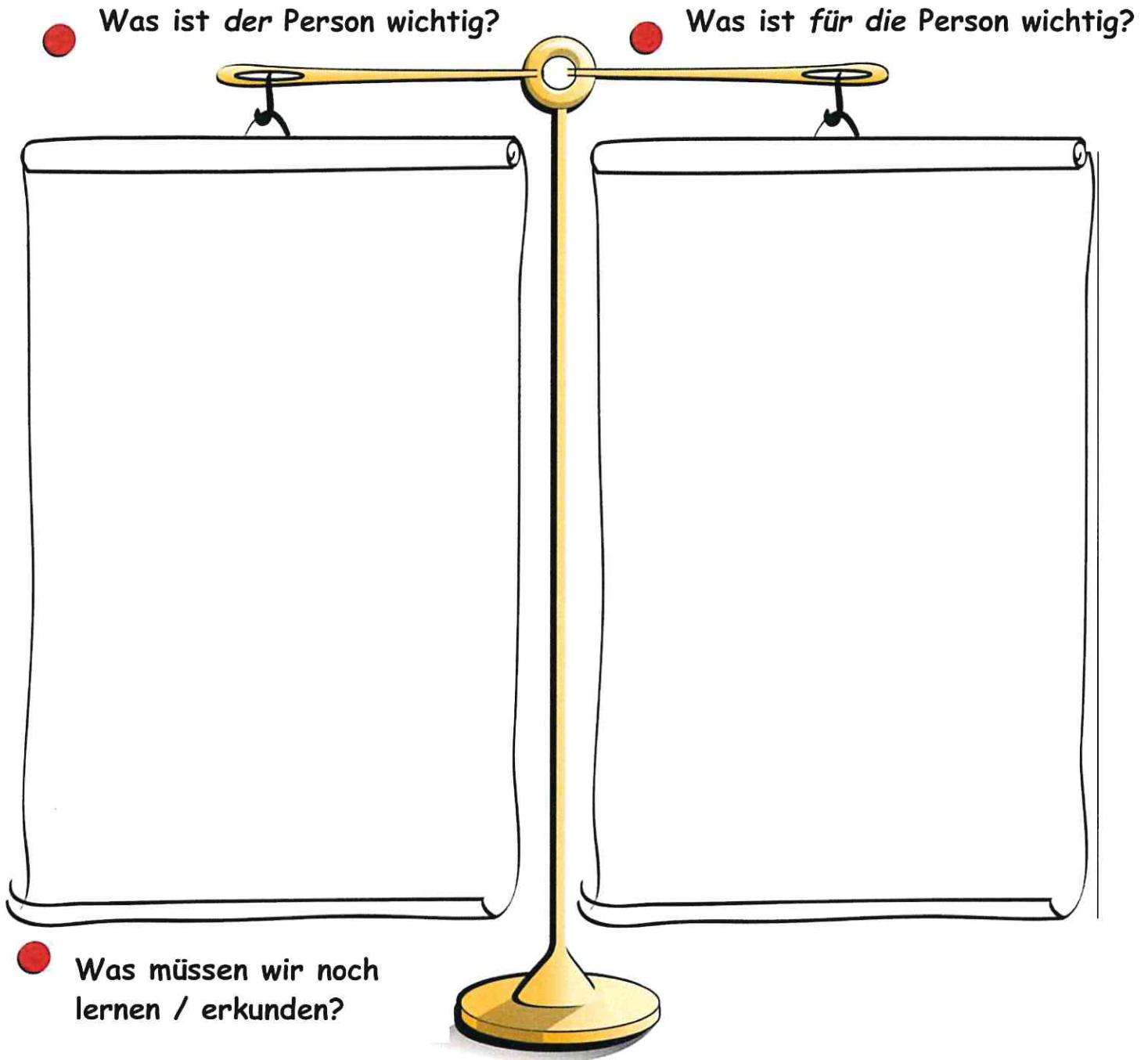
- Mit der Familie in Kontakt bleiben
- Mit Menschen zusammen sein, die wissen, wie Fred kommuniziert
- Zeitschriften zum Anschauen haben
- Mindestens einmal am Tag außer Haus kommen
- Einmal die Woche schwimmen gehen
- Mind. sechsmal am Tag ein Glas Milch oder einen gestürtzen Tee bekommen
- So oft er 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 ist für die Person wichtig

- Menschen um sich haben und in das, was geschieht, eingebunden sein.  
Nicht nur passiv alleine herumsitzen 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 benützt 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 Dosisierungen Bescheid weiß.

Was wir noch lernen / erkunden müssen

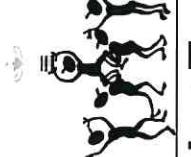




Weiterbildung Persönliche Zukunftsplanung,  
Helen Sanderson Associates  
Projekt New Paths to Inclusion



# **„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 HÖGEN

WAS ICH GUT KANN

SO WERDE ICH GUT UNTERSTÜTZT

**DAS IST MIR/  
FÜR MICH WICHTIG.**

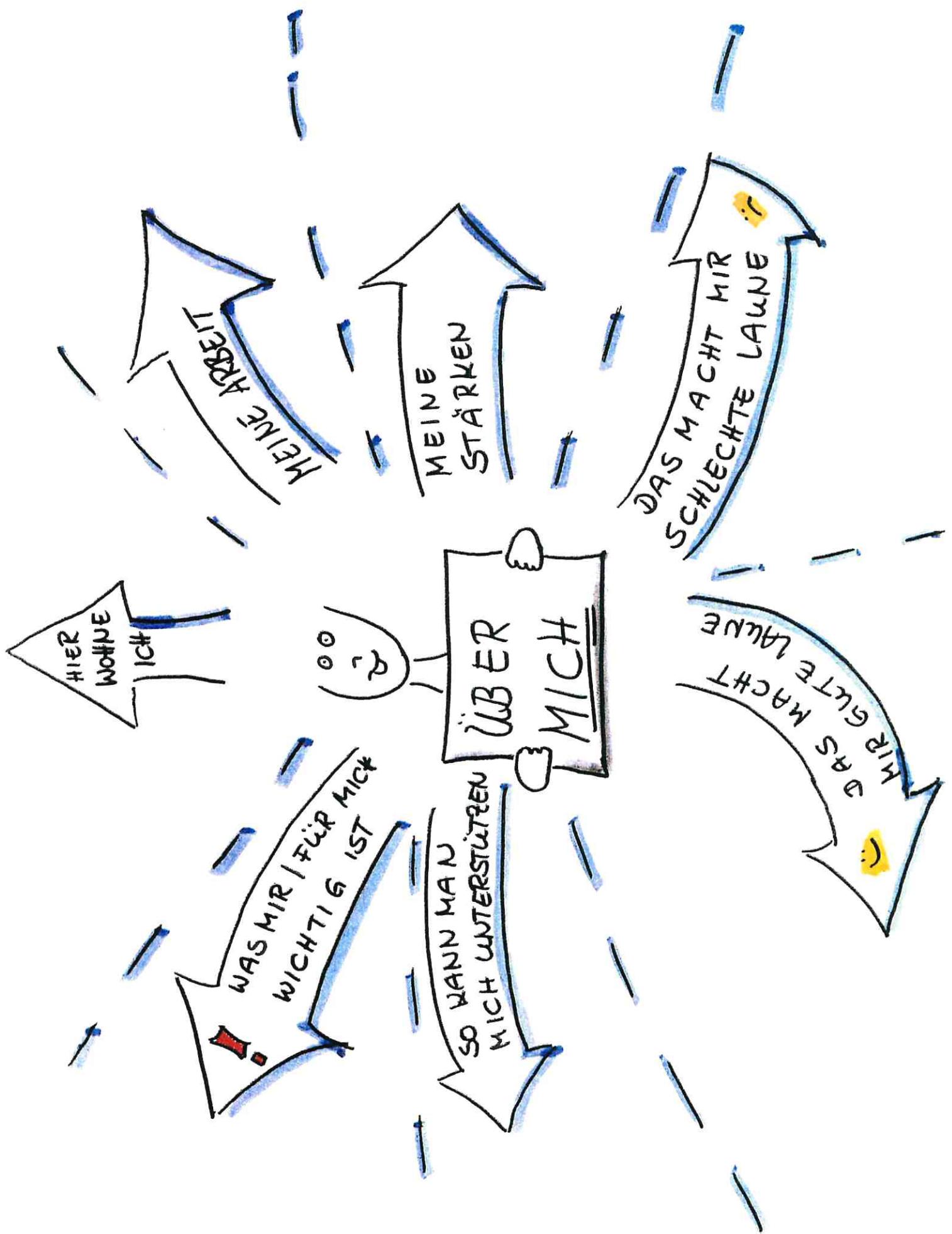
**ÜBER  
MICH**

 **ANDERE  
HÖGEN  
AN MIR**

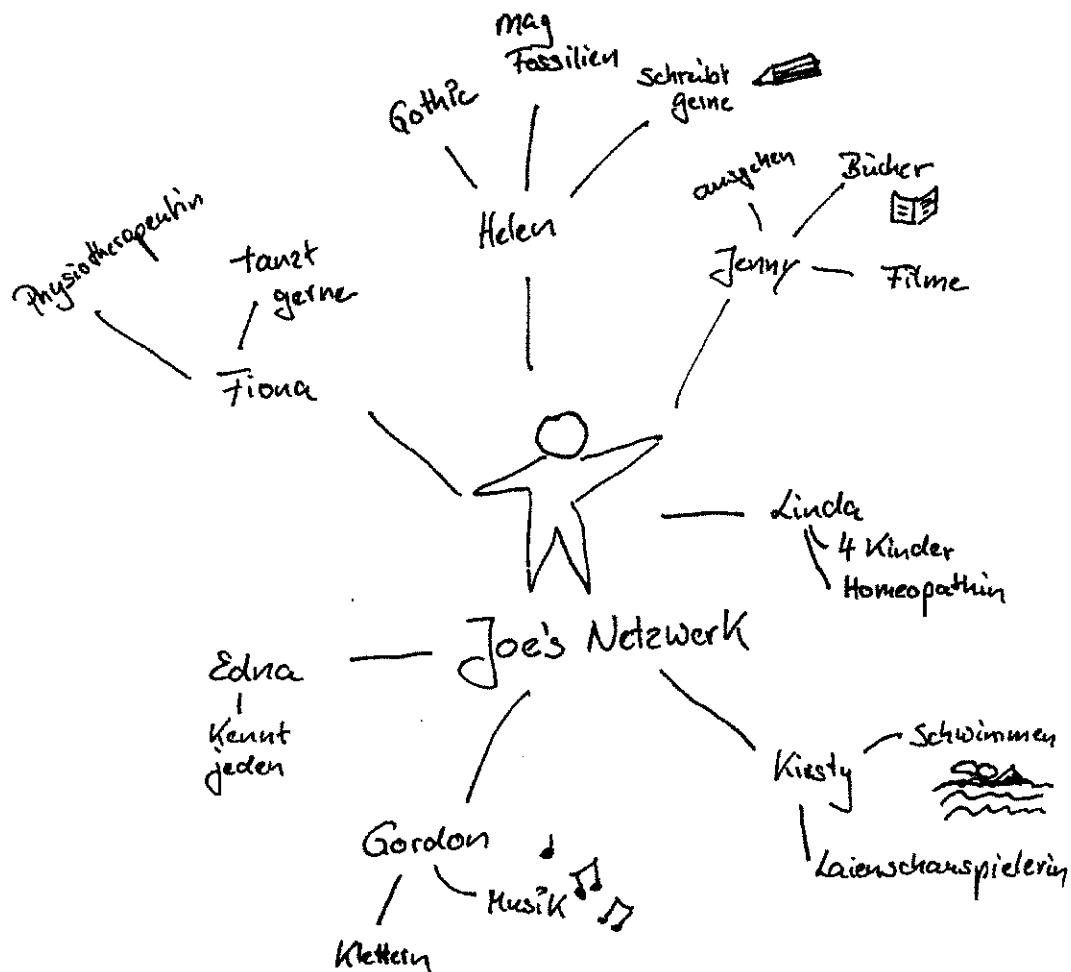
**MEINE STÄRKE** 

**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



... es Möglichkeiten gibt für neue Kontakte

... ich Kunde bin

... ich mich wohl fühle



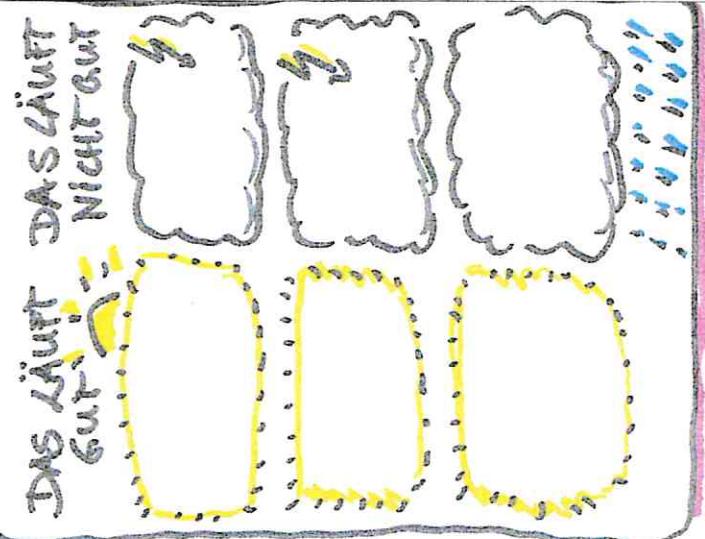
... ich Mitglied bin

... ich etwas beitrage

... es Möglichkeiten für neue Kontakte gibt

Das ist heute wichtig!  
Das ist in Zukunft wichtig!

Das ist heute wichtig!  
Das ist in Zukunft wichtig!



Was brauchst du  
um gesund und  
sicher zu leben?

www.wirtschaftswelt.de:  
Wir von ZIV:  
SCHULTE &  
DAS MÖGELN



OFFENEN  
FRAGEN

IDEEN



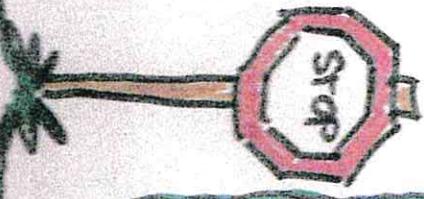
MEINE

Langlebensrechnung  
Persönliche  
MOTTO

WER IST DAREI?



PROBLEME UND  
HINTERNISSE,  
MIT DENEN WIR ZU  
KÄMPFEN HABEN:



AKTIONSPLAN -  
PROJEKTE



# Meine persönliche Lagebesprechung



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

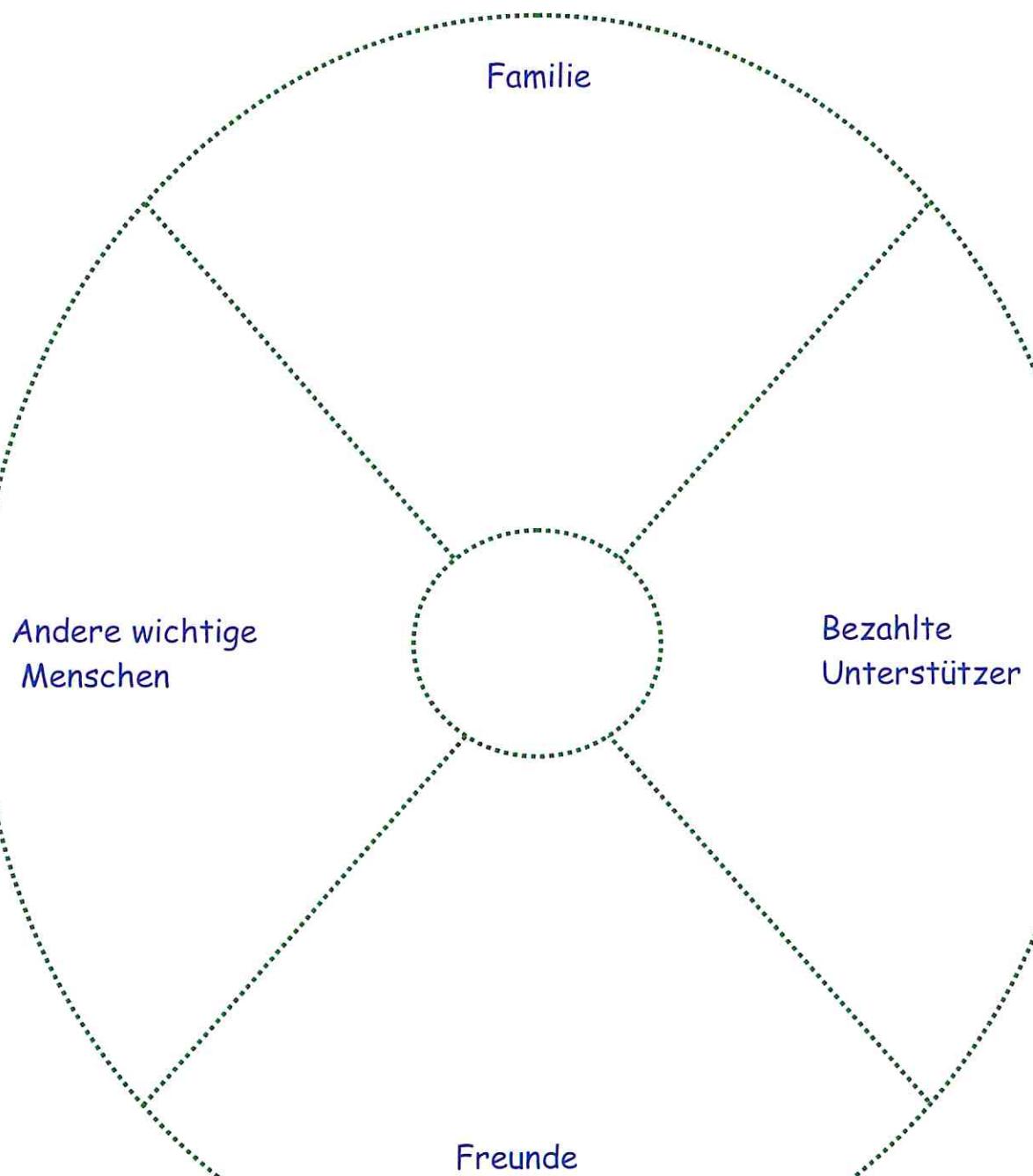
2

Was ich an mir am  
liebsten mag - trag es in deinen  
eigenen Worten in die Sterne ein

## Wichtige Menschen in meinem Leben

3

Schreibe die Namen in den Kreis oder klebe Bilder auf!

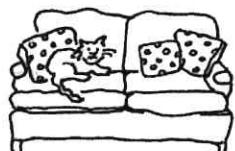


## Was mir gerade wichtig ist

Was ich gerne mache...  
bei der Arbeit



zu Hause



zum Spaß



Andere wichtige Orte, die ich besuche...

Was ich gerne mit meinen Freunden mache



## 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

### Bei der Arbeit



Das ist meine Arbeitsstelle...

Das ist meine Aufgabe...

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

Am Liebsten mache ich bei der Arbeit....

Meine Lieblingskollegen sind...

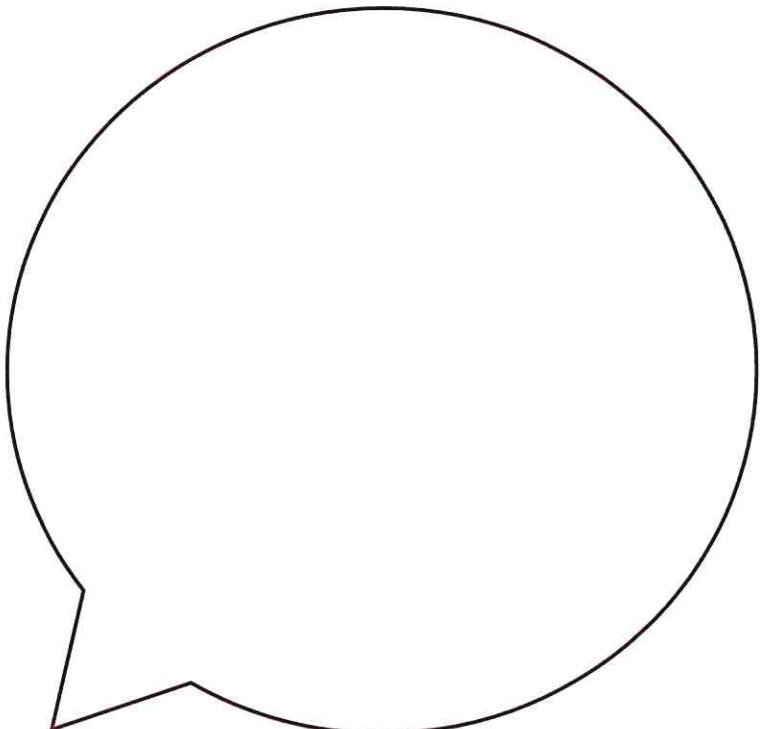
Zum Mittag esse ich gerne...

## Was mir gerade wichtig ist



Ich verbringe meine Zeit  
gerne mit...

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

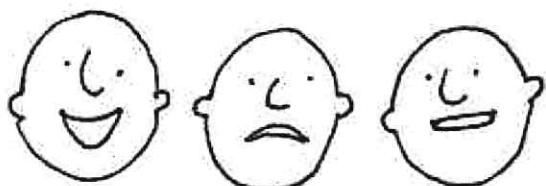


## Was mir gerade wichtig ist

### 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



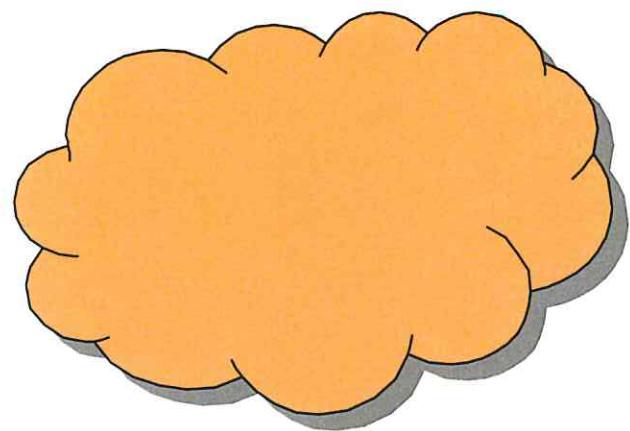
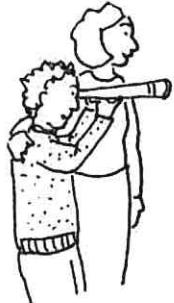
Seit meiner letzten persönlichen  
Lagebesprechung hat sich verändert...

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

## Was mir für die Zukunft wichtig ist

10

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

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...



## Kommunikation

13

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

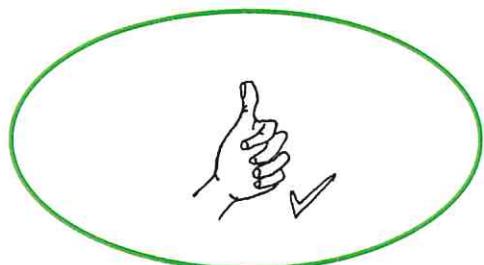
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

traurig bin

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

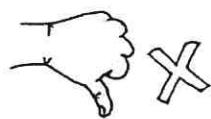
Dinge, die sie niemals tun sollten





Was läuft in meinem  
Leben gerade gut

Was soll in meinem Leben so bleiben wie es ist

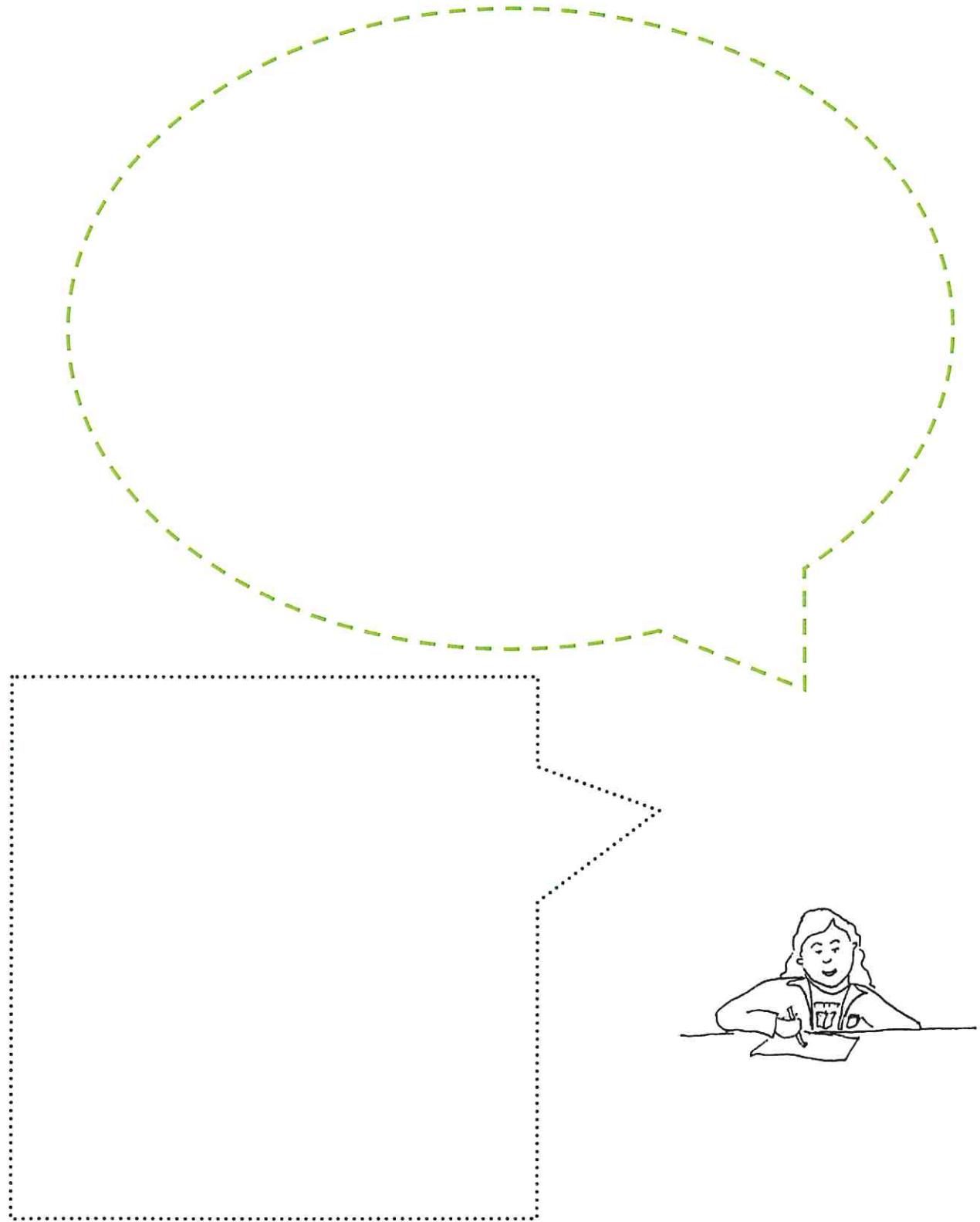


Was läuft in meinem  
Leben nicht gut

Was ich in meinem Leben verändern möchte

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

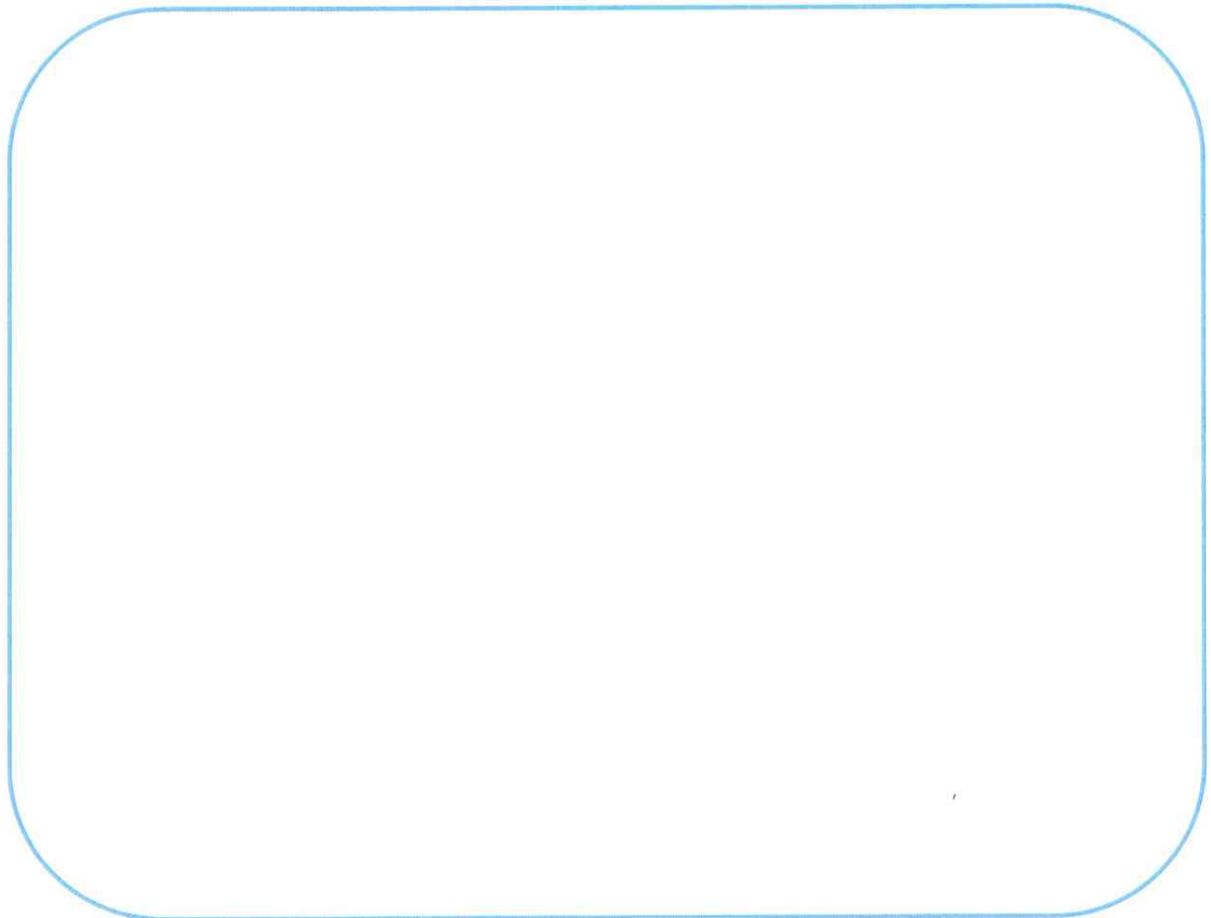
Mache eine Liste über alle Fragen, die du klären möchtest.



## 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





Arbeitbuch 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 personzentriertes 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.