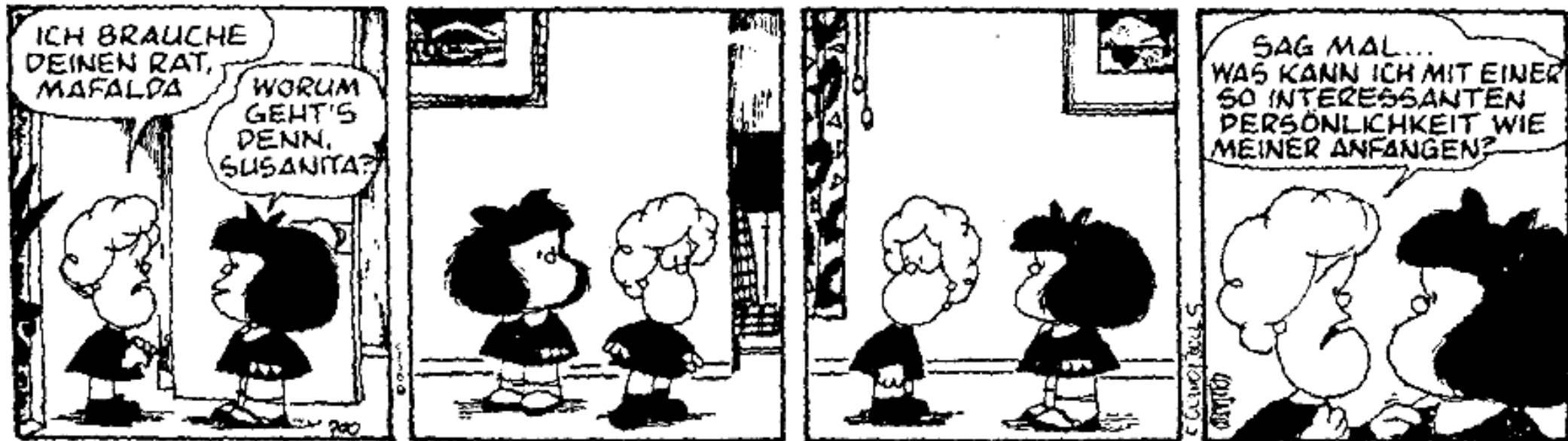


„Was kann ich mit meiner so interessanten Persönlichkeit anfangen?“

Empowerment durch die Persönliche Zukunftsplanung

“Was kann ich mit einer so interessanten Persönlichkeit wie meiner anfangen?”



Ich spreche heute von



- ✓ **1. Der Geschichte**
- ✓ **2. Den Grundlagen**
- ✓ **3. Den Methoden**

der Persönlichen Zukunftsplanung



✓ 1. Die Geschichte

✓ 2. Die Grundlagen

✓ 3. Die Methoden

1. Die Geschichte der Persönlichen Zukunftsplanung

Ansätze personen-zentrierter Planung

wurden in den 1980er Jahren in englischsprachigen Ländern (vorwiegend in den USA und Kanada) entwickelt.

- Erfahrung: eigene Lebensplanung und ein selbstbestimmtes Leben wird Menschen mit Behinderungen oft nicht zugetraut
- Ziel: Menschen mit Behinderungen zu unterstützen, ein selbstbestimmtes Leben im Gemeinwesen zu führen

1. Die Geschichte der Persönlichen Zukunftsplanung

„ Persönliche Zukunftsplanung“

- seit Mitte der 1990er Jahre im deutschsprachigen Raum
- Zukunftsplanungen, Fortbildungen, Materialien, Projekte, Tagungen
- 2013 wurde das Netzwerk Persönliche Zukunftsplanung e.V. gegründet.



✓ 1. Die Geschichte

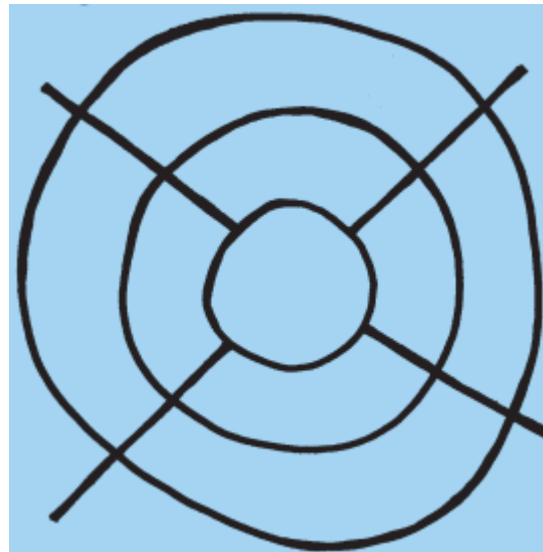
✓ **2. Die Grundlagen**

✓ 3. Die Methoden

2. Die Grundlagen der Persönlichen Zukunftsplanung



**Personen-
Zentrierung**



**Unterstützungs-
Kreise**



Inklusion

2.1. Personen-Zentrierung

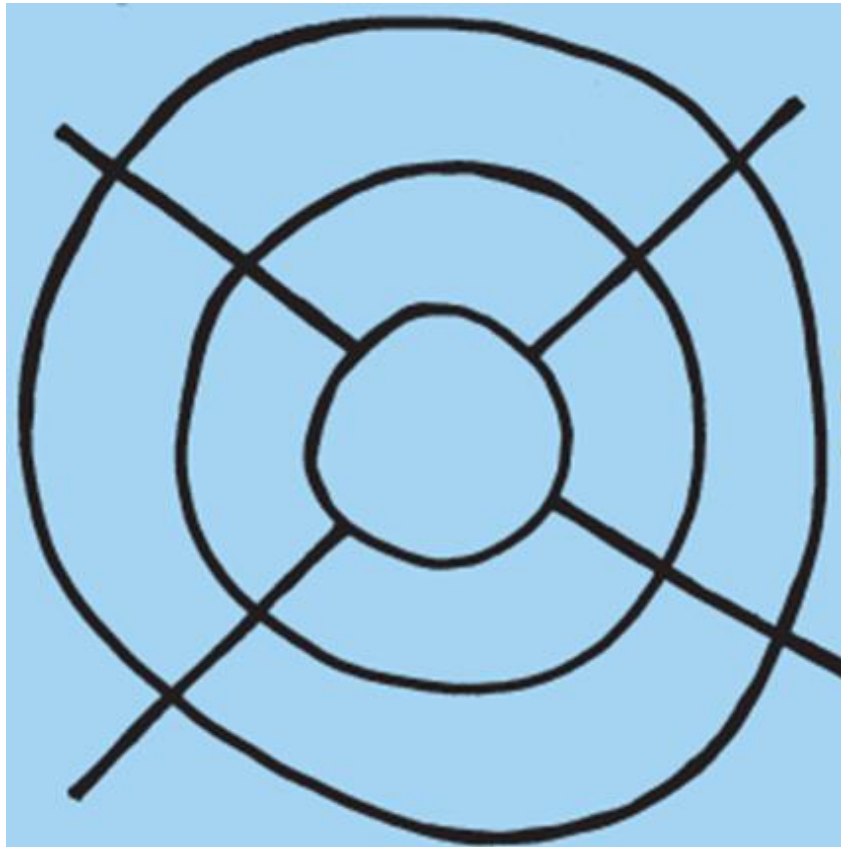


- Was können Sie gut?
- Was macht Ihnen Spaß?
- Was interessiert Sie?
- Was ist Ihnen wichtig?
- Was brauchen Sie, damit es Ihnen gut geht?

- Wie sieht Ihr Traum von einem schönen Leben aus?

- Welche Frage haben Sie?
- Was wollen Sie erreichen?

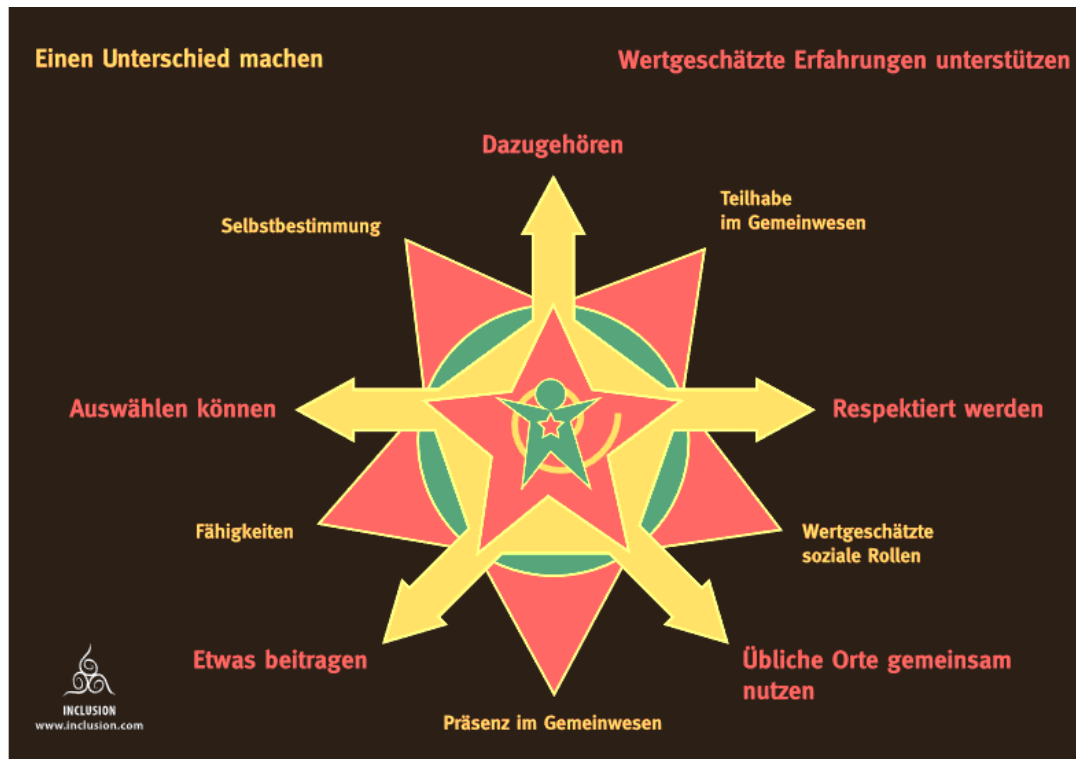
2.2. Unter-Stützungskreise



- **Wer ist Ihnen wichtig?**
- **Wer kann Sie unterstützen?**

- **Familie**
- **Freund*innen**
- **Kolleg*innen /
Mitbewohner*innen**
- **Fachleute**
- **Menschen aus dem Umfeld**

2.3. Inklusion



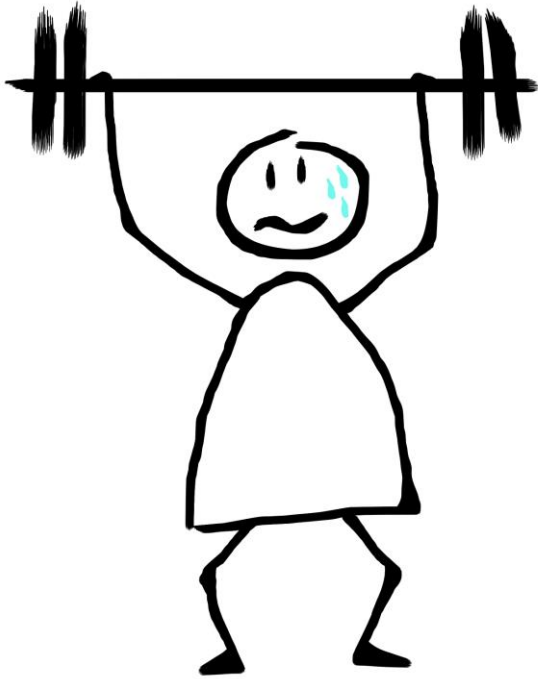
Fünf wertgeschätzte Erfahrungen:

- **DAZUGEHÖREN**
- **RESPEKTIERT WERDEN**
- **ÜBLICHE ORTE GEMEINSAM NUTZEN**
- **ETWAS BEITRAGEN**
- **AUSWÄHLEN KÖNNEN**



- ✓ 1. Die Geschichte
- ✓ 2. Die Grundlagen
- ✓ **3. Die Methoden**

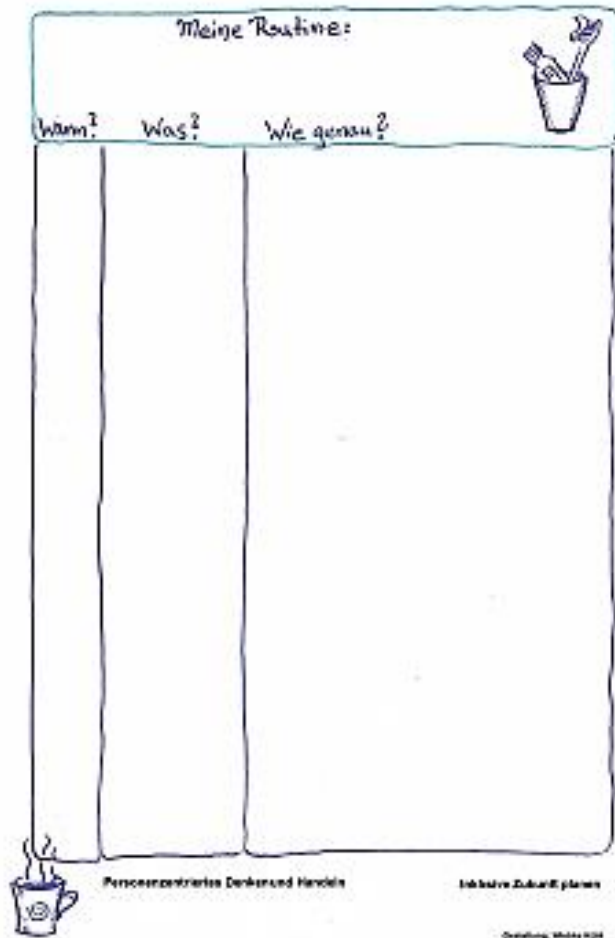
3.1. Mini-Methoden



Zum Beispiel:

- **Kartensets**
- **Arbeitsblätter**
- **Postkarten**
- **Plakate**
- **Ich-Bücher**

3.1. Mini-Methoden



Zeichnungen: Wiebke Köhl



3.2. Moderierte Unterstützungs-Kreise



3.2. Moderierte Unterstützungs-Kreise



Was wir so aufre mögen - bewundern - schätzen - toll finden -

Was ist in Zukunft wichtig für Antje?

Ruhe bewahren
 eine Arbeit zu zu erfüllen, die sie gerne macht und sie sie für sich selbst hält
 - Spaß bei der Arbeit - neue Aufgaben etc.
 - dass sie das was sie will auch ausspricht? (Ansprüche)
 - Antje sollte mehr Verantwortung in der Abteilung geben

- eine klare Position in ihrer Firma
- gutes Team das nur zu ihr steht
- so ziele- strebig zu bleiben

überhaupt ein "festes" Team
 Möglichkeiten zum inhaltlichen Austausch mit Chef und Mitarbeitern

Klar ansprechen, was sie möchte
 Bewusst machen, wie habe ich mich entwickelt in meiner Tätigkeit bei dieser Firma und warum möchte ich gerade bei diesem Unternehmen auch in Zukunft arbeiten

Ideen für Antje

Was willst Du selber? Wünsch Dir was und laufe es! Das heißt auch gehen (Rollen spiel)

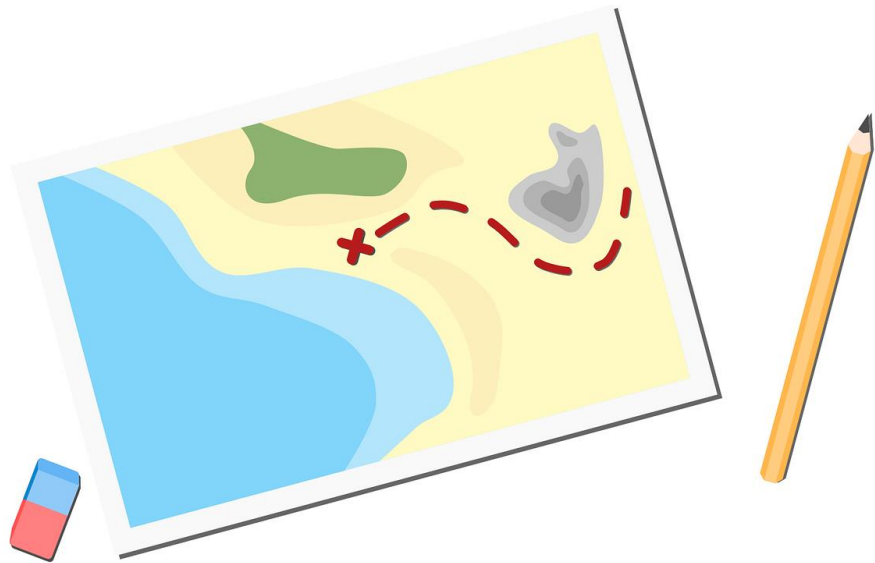
- frag den Vorgesetzten für Personalchef an, was du selbst möchtest
- Schreib dir auf, welche Parameter DU für die zukünftige Tätigkeit sicherstellen möchtest
 - Idealtypische Schwerpunkt
 - Arbeitszeit/monat
 - ...
- Verknüpf die Arbeit über deine eigenen Werte u. Werte!
- Selbstbestärkung durch positive Denken (Zukunftsgemüht)
- Ziele punktuell setzen (nicht beständig umsetzen)
- gute Vorbereitung wenn einzelne Schritte
- Schau auf deine Erfolge und tritt klar auf!!

... werde dir deiner Kompetenzen bewusst
 ... Klare Rolle i. Gruppe u. ich selbst für Aufgabenstellung verantwortlich

Aktionsplan

Was	Umsetzung
So	nachmittags Gespräch mit meiner Familie -> was brauchen die Kinder? -> wer macht was? -> wer trägt die Verantwortung zu? -> ist es ich verantwortlich?
Mo	Gespräch mit dem Personalchef - klären, was ich selbst möchte - zugehörige Arbeit vorsetzen - Dauer des Gesprächs - wer führt das Gespräch? - wer hält Ergebnisse fest?
Di	...
Mi	...

3.3. Sozialräumliche Methoden



- **Netzwerk-Karten**
- **Genogramme**
- **Sozialraum-Begehungen**
- **Schlüsselpersonen
entdecken und gewinnen**

3.3. Sozialräumliche Methoden



Sozialraumbegehung Wilhelmshaven „Gute Orte – schlechte Orte“

Zusammenfassung

- **Die Bedürfnisse, Fähigkeiten, Interessen, Träume und Ziele der Planenden Person stehen immer im Zentrum.**
- **Auch „kleine“ Methoden können auf dem Weg zu mehr Selbstbestimmung unterstützen.**
- **Ein buntzusammengesetzter, inklusiver Unterstützungs-Kreis bietet die Chance vieler Wahlmöglichkeiten.**
- **Ein unabhängiges Moderations-Team gestaltet die Planung nach den Vorstellungen und Anliegen der Planenden Person.**

Und bei allem:

Auf dem Weg bleiben und den Raum für die Veränderung halten!

Weitere Informationen

Geschichte der Persönlichen Zukunftsplanung:

<https://zukunftsplanungblog.wordpress.com/2022/03/20/die-geschichte-von-persoenerlicher-zukunftsplanung-im-deutschsprachigen-raum/>

Erklärfilm Persönliche Zukunftsplanung:

<https://www.youtube.com/watch?v=zDo8aTxGp3U>

Methoden/ Materialien der Persönlichen Zukunftsplanung:

<https://www.persoenerliche-zukunftsplanung.eu/materialien/methoden-ueberblick.html>

Netzwerk Persönliche Zukunftsplanung e.V.:

<https://www.persoenerliche-zukunftsplanung.eu/netzwerk/was-ist-das-netzwerk.html>

Bilder/ Fotos (wenn nicht anders gekennzeichnet): <https://pixabay.com/de/>