

# **Hausarbeit**

## **Barrieren auf dem Weg zum Selbstbestimmten Leben als spätbehinderter Mensch**

**- Die Zukunft beginnt heute -  
Leben heißt denken und handeln,  
denken und handeln aber heißt verändern.**

\* von James Allern

**von Markus Töpfer**

**zur 13. Peer Counseling Weiterbildung ISL**

**beim bifos e. V.**

**2015 – 2016**

**Berlin, den 8. August 2016**

# **Inhaltsverzeichnis für die Hausarbeit „Barrieren auf dem Weg zum Selbstbestimmten Leben als spätbehinderter Mensch“**

- **Allgemein zur Person**
  
- **Selbstbestimmtes Leben**
  - 2.1. Definition
    - 2.1.1. Bedeutung
  - 2.2. Behinderung in Deutschland/Berlin
  
- **Barrieren in der Umsetzung**
  - 3.1. Krankenhaus und Rehabilitation (Reha)
  - 3.2. Elternassistenz
  - 3.3. Deutsche Rentenversicherung und meine Chancen
  - 3.4. Gleichberechtigte Teilhabe am Erwerbsleben
  
- **Der „IST- und der SOLL- Zustand“**
  - 4.1. Diskriminierung
  - 4.2. Berichterstattung in den Medien und eigene Selbsterfahrung
  
- **UN-Behinderten-Konvention (UN-BRK)**
  
- **Aktuelles Thema – Das Neue Teilhabegesetz als Entwurf -**
  
- **Inklusion und Zukunftsperspektiven**
  
- **Peer Counseling**
  - 8.1. Allgemein
  - 8.2. Methoden
    - 8.2.1. Klientenzentrierte Beratung nach Carl R. Rogers
    - 8.2.2. Systemische Beratung
    - 8.2.3. Persönliche Zukunftsplanung als Weg
  - 8.3. Mein Hintergrund

## 1. Allgemein zur Person

Mein Name ist Markus Töpfer und ich bin 50 Jahre alt. Vor sieben Jahren erkrankte ich an einer schweren Pneumokokkensepsis, in deren Folge beide Unterschenkel und an den Händen die Langfinger amputiert werden mussten. Mein bisheriges Leben stellte ich komplett in Frage. Aufgeben war jedoch niemals eine Option für mich. Ich wollte mein „Neues Leben“ selbstbestimmt mit Hilfe und Unterstützung eines ambulanten Pflegedienstes je nach Pflegebedürftigkeit weiterführen.

Meine ersten Ziele waren, freihändig mit zwei Beinprothesen laufen zu lernen, eine rollstuhlgerechte Wohnung zu finden und die Erziehung unserer Kinder mit meiner geschiedenen Frau zu teilen.

Als körperlich Behinderter bin ich jetzt in Selbsthilfegruppen (SHG) für arm- und beinamputierte Menschen und deren Angehörigen in Berlin/Brandenburg tätig.

Ich moderiere teilweise die Treffen, frage Referenten an und organisiere gemeinsame Ausflüge. Dadurch haben die Treffen nicht ausschließlich einen Gesprächskreis-Charakter.

## 2. Selbstbestimmtes Leben

### 2.1. Definition

„Selbstbestimmtes Leben heißt, das eigene Leben kontrollieren und gestalten zu können und dabei die Wahl zwischen annehmbaren Alternativen zu haben, ohne in Abhängigkeit von anderen zu geraten.“ \*1. Flyer „Mein Leben, Meine Wahl“ - Aktion Mensch

Um selbstbestimmt als Behinderter zu wohnen ist es erforderlich, dass der Betroffene die Wahlmöglichkeit erhält, den Ort und die Art des barrierefreien Wohnraumes selbst zu entscheiden. Behinderte Menschen streben selbstverständlich Entscheidungen an, die ihre individuelle Lebensqualität und ihre Persönlichkeit steigern.

Es geht um die aktive Teilhabe in der Gesellschaft.

#### 2.1.1. Bedeutung

Selbstbestimmung ist das, worum es im Leben geht. Ohne sie kannst du am Leben sein, aber du würdest nicht leben, du würdest nur existieren. \* 2. Zitat von Michael Kennedy/Lorin Lewin

Der Unterschied zwischen „Selbstbestimmt“ und „Selbstständigkeit“ besteht darin, dass ein behinderter Mensch vollkommen unselbständig sein kann, aber selbstbestimmt mit Unterstützungsangeboten die Wahl hat, Entscheidungen selbst zu fällen und die Kontrolle über seinen Körper besitzt. Du bist Subjekt und nicht mehr Objekt.

„Wer etwas will, findet Wege – Wer etwas nicht will, findet Gründe!“

\* 3. ein Sprichwort vom Publizist Willy Meurer \* 1934 Toronto, häufig zitiert von dem Sozialheld und Aktivist Raul Krauthausen

## 2.2. Behinderung in Deutschland /Berlin

In der Gesellschaft wird es in den nächsten Jahren einen großen, demographischen Wandel der Bevölkerungsstruktur geben. Die Menschen werden älter und die Mobilitäts- eingeschränkten nehmen massiv zu. Zurzeit leben ca. 10 Millionen Menschen mit Behinderungen in Deutschland. Die Anzahl wird steigen. 2030 wird ein Viertel der Bewohner Berlins über 65 Jahre alt sein.

Ich lebe in dieser Großstadt und war nach meinen Amputationen ca. drei Jahre mit einem Rollstuhl unterwegs. Die Barrieren/Hindernisse wirkten auf mich oft unüberwindbar. Rollstuhlfahrer können zum Beispiel 70% der Orte in Berlin nicht selber nutzen, weil die erforderliche Barrierefreiheit fehlt.

Die aktuellen Zahlen beim Öffentlichen Nahverkehr sagen zur Barrierefreiheit folgendes aus. 90% von 133 S-Bahnhöfen, 60% von 173 U-Bahnhöfen und 40% von 361 Tram- haltestellen sind überhaupt für Rollstuhlfahrer nutzbar.

Noch immer sind rund ein Drittel der Lichtsignalanlagen nicht für sehbehinderte Menschen ausgerichtet (Prognose: 2030), automatische Außenansagen oder alternative technische Systeme fehlen zur Erleichterung der Orientierung für Sehbehinderte bei Bussen und Straßenbahnen.

Im weltberühmten Friedrichstadtpalast gibt es für die grandiosen Shows über 1.800 Sitzplätze, aber nur vier Rolliplätze, die ständig ausgebucht sind. Auch der Fernsehturm (ein Wahrzeichen) ist für Rollstuhlbenutzer nicht zugänglich.

Der aktuelle Report vom Kuratorium der Deutschen Altenhilfe besagt, dass in der Hauptstadt über 41.000 barrierefreie Wohnungen fehlen, Tendenz steigend.

Die Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin e. V. fragte am 20. Juni 2016 im Roten Rathaus an, welche Wege die Parteien gehen, um demografiefest bezahlbare, unterschiedlich große, in den Bezirken verteilte Wohnungen bereitzustellen und den Bestand zu sichern.

Die Antwort lautete: Der Wohnraummangel ist ein großes Thema und wird in der kommenden Legislaturperiode ressortübergreifend sensibilisiert behandelt.

Ob Kirchen, Ausflugsdampfer oder Schulen (nur 9% aller Schulen in Berlin sind barrierefrei) - die Barrierefreiheit ist und bleibt in der Hauptstadt eine Ausnahme. Die neue Bauordnung bringt aus Sicht der Menschen mit Behinderungen kaum Verbesserungen zur Herstellung diskriminierungsfreier, gleichberechtigter Lebensverhältnisse.

Hörende Eltern von hörbehinderten Kindern erhalten zurzeit keine Finanzierung dafür, Gebärdensprache zu erlernen, weil sich weder Jugendamt noch das Sozialamt zuständig sehen. Die Schulkommunikationsverordnung sieht vor, dass hörbehinderte Eltern nur 3x im Jahr für bis zu zwei Stunden den Anspruch haben, Dolmetscher für Elternabende in Anspruch zu nehmen. Eine Diskriminierung sehen betroffene Eltern in dieser Deckelung. Mehrere Tausend Menschen sind bei der Mobilität im öffentlichen Raum auf den (nicht spontan funktionierenden, unzureichend ausgestatteten) Sonderfahrdienst angewiesen. Sie können, da es weniger als 10 berollbare Taxen gibt, und der ÖPNV noch nicht vollständig barrierefrei ist, nicht auf Alternativen ausweichen. Letztendlich profitieren doch alle Menschen vom höheren Komfort der Barrierefreiheit, wie beispielsweise Kinder, Eltern mit Kinderwagen oder ältere Personen mit einem Rollator.

### **3. Barrieren in der Umsetzung**

#### **3.1. Krankenhaus und Rehabilitation (Reha)**

Ein selbstbestimmtes Leben im Krankenhaus als „Frisch – Behinderter“ ist nach meiner Erfahrung nicht möglich. Die bisher erlebte Entscheidungsfreiheit in verschiedenen Lebensbereichen wurde mir permanent entzogen. Mein Verlust von mehreren Gliedmaßen führte bei mir zu physischen und zu seelischen Problemen. Ich war im Einzelzimmer separiert. Subordination und Fremdbestimmtheit beherrschten meinen Tagesablauf. Gemeinsam mit dem Sozialdienst stellte ich einen Rehabilitationsantrag für eine spezielle orthopädische Fachklinik mit Gehschule.

Sechs Wochen später erhielt ich im Krankenhaus die Nachricht, dass ich am nächsten Morgen in eine Einrichtung für querschnittsgelähmte und beatmungspflichtige Patienten verlegt werde. Vor Ort war ich der einzige Amputierte. Über sieben Wochen musste ich mit Argumenten gegen Anweisungen von Oberärzten kämpfen, um in eine bedarfsgerechte Fachklinik für Amputationen zu kommen.

Viel Unkenntnis, ambivalente Bescheide von der Krankenkasse und von verschiedenen Ämtern und Behörden prägten diese Zeit. Nach meinen Bedürfnissen als behinderter Mensch fragte keiner.

#### **3.2. Elternassistenz**

Nach absolvierter Reha-Maßnahme stellte ich einen Antrag auf Elternassistenz für körperlich behinderte Eltern als Leistung nach §§ 53 ff. SGB XII (s. VG Minden 31.07.2009, 6 L 382/09). Körperlich behinderte Eltern haben Anspruch auf

Eingliederungshilfe und damit auf Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft in Gestalt einer „Elternassistenz“ für die Pflege und Erziehung eines Kleinkindes. Auf Nachfrage beim zuständigen Sozialamt wurde mir mitgeteilt, dass es keine Leistungen im Rahmen der Eingliederungshilfe für den Kindesvater gäbe.

Die Gesamtsituation für unsere Familie war krisenhaft und die physische und psychische Belastungsgrenze überschritten. Wir benötigten umgehend Unterstützung.

Aufgrund der damaligen, prekären Lebenssituation stellte ich einen Antrag auf Hilfe nach § 20 SGB VIII (Notsituation) beim Träger der Jugendhilfe.

Der Sozialpädagogische Dienst stellte daraufhin einen Hilfeplan auf mit der Auflage, ein Schreiben an das zuständige Mitglied des Deutschen Bundestages zu senden mit der Bitte um abschließende Klärung zur Finanzierung der Elternassistenz.

Vom vorgenannte Schreiben ging eine Kopie zum Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) in Berlin. Daraufhin erhielt ich die Mitteilung, dass das BMAS mich auf dem Weg zur Elternassistenz unterstützt mit einer Stellungnahme zum Bezirksamt zu diesem Sachverhalt mit der Bitte um Kenntnisnahme. Der Bearbeiter des Ministeriums konnte leider nicht weiterreichender für mich tätig sein, da er weder Gerichten, Behörden noch Einzelpersonen Weisungen bzw. ein bestimmtes Handeln vorschreiben darf.

Die bestehende Schnittstellenproblematik zwischen dem SGB VIII und SGB XII sind ein wichtiges Anliegen, dass auch die Koalition seit mehreren Jahren zu lösen verfolgt.

Nach Vorlage dieser Korrespondenz erfolgte unverzüglich die Kostenübernahme vom Jugendamt unter dem Vorbehalt der Zuständigkeitserklärung der Verwaltung für Soziales bzw. einer gerichtlichen Entscheidung.

### 3.3. Deutsche Rentenversicherung Bund und meine Chancen

Auf Antrag bei der Rentenversicherung absolvierte ich eine zweite Reha-Maßnahme und lernte mit viel Beharrlichkeit und Mut in einer qualifizierten „Gehschule“ mit Beinprothesen wieder freihändig zu laufen. Während der Reha erhielt ich einen Bescheid, dass ich ab sofort eine unbefristete Erwerbsminderungsrente (EU-Rente) monatlich beziehen werde.

Auf Nachfrage wurde mir mitgeteilt, wenn ich gegen diesen Bescheid Widerspruch einlegen würde, müsste ich mich unverzüglich beim Sozialamt melden und mein Einkommen sinkt auf Hartz 4 Niveau.

Die finanziellen Einbussen hätten wir als vierköpfige Familie zu diesem Zeitpunkt nicht tragen können. Was mir damals nicht bekannt war, dass ich dadurch meinen Anspruch auf Eingliederungshilfen zur Teilhabe am Erwerbsleben verloren habe.

Nach der erfolgreichen Reha wurde mein Wirkungskreis erheblich größer und ich konnte mich teilweise in die Betreuung und in die Versorgung unserer Familie wieder einbringen. Ein weiterer Meilenstein als Mensch mit Behinderung ergab sich durch die Möglichkeit, einen Fahreignungstest zum Führen eines PKWs mit Erfolg abzulegen.

Mit neugewonnener Freiheit konnte ich unter anderem unsere Kinder in die Schule, zum Schach sowie zu Sportvereinen selbst mit dem Auto bringen und sie vor Ort betreuen.

### 3.4. Gleichberechtigte Teilhabe am Erwerbsleben

Die Arbeitslosenquote von Menschen mit Behinderungen ist auf Grundlage der Statistik der Bundesagentur für Arbeit fast doppelt so hoch wie bei Nichtbehinderten. Und das, obwohl bei uns in Deutschland Menschen nicht aufgrund ihrer Behinderung benachteiligt werden dürfen. In den vergangenen Jahren stieg die Arbeitslosenquote bei Akademikern mit Behinderung besonders stark an, obwohl die Unternehmen gesetzlich verpflichtet sind, solche Mitarbeiter zu beschäftigen. Doch stattdessen sehen viele Betriebe nur die vermeintlichen Nachteile, die die Integration von behinderten Menschen mit sich bringen könnten und zahlen lieber eine Ausgleichsabgabe. Die Praxis zeigt, dass Inklusion nicht nur im Sinne der Gleichberechtigung selbstverständlich sein sollte, sondern den Firmen auch handfeste Vorteile bringen kann. So profitieren durch die erforderlichen Arbeitsplatzanpassungen nicht nur Menschen mit Einschränkungen. Flexible Arbeitszeiten, Barrierefreiheit und menschenfreundliche Firmenkultur bringen auch für eine alternde Belegschaft viele Vorteile. Ist die Teilhabe am Erwerbsleben also immer noch eine Worthülse, obwohl die gesetzlichen Grundlagen zur Gleichbehandlung bestehen? Nach fortschreitender Genesung bewarb ich mich bei verschiedenen Arbeitgebern und wurde zum Erstgespräch eingeladen. Die Aussagen der Arbeitgeber waren unter anderem: sind sie arbeitsfähig - sie sind überqualifiziert - gibt es Geld über die Eingliederungshilfen. Klar ist aber auch, dass dem Arbeitgeber bei Anstellung eines behinderten Menschen verschiedene fristgemäße Anträge nicht leicht gemacht werden. Trotz intensiver Arbeitssuche ist es mir bis dato nicht gelungen mit meiner Behinderung eine neue Anstellung zu finden.

## 4. Der „IST- und der SOLL Zustand“

### 4.1. Diskriminierung

Diskriminierung von Menschen mit Behinderungen findet in unserer Gesellschaft häufig statt. Nichtbehinderte kommen viel zu selten in Kontakt mit Menschen, die

unter anderem gehörlos, die blind sind oder das Down-Syndrom haben. Natürlich findet auch in Institutionen, wie bei einzelnen Krankenkassen eine unterschiedliche Rhetorik gegenüber einem behinderten Patienten statt.

Beim Jobcenter, bei Fachärzten und Sozialdiensten in Krankenhäusern tritt oft ein herabwürdigendes Benehmen und Behauptungen gegenüber dem eingeschränkten Ratsuchenden auf. Ein solches Handeln habe ich selbst erfahren.

Ein rücksichtsloses Verhalten, abwertende Blicke und Verständnislosigkeit durch Menschen wirken auf Behinderte auch sehr unwürdig. Ein behinderter Mensch sollte auch wegen seiner Einschränkungen kein Mobbing am Arbeitsplatz erfahren.

#### 4.2. Berichterstattung in den Medien und eigene Selbsterfahrung

Was einen Menschen ausmacht, sind nicht nur seine körperlichen und geistigen Fähigkeiten, sondern seine Persönlichkeit, sein Denken, Fühlen und Handeln. Definieren sie einen Menschen daher nach diesen Kriterien und nicht über seine Behinderung.

\* 4. „PCI-Guidelines - reporting on persons with disability“

Mein neues Leben mit körperlichen Einschränkungen an Beinen und an Händen sehe ich nicht als mein Schicksal an. Für mich gehört die Behinderung zu meiner Lebensgeschichte und ich sehe mein Leben jetzt mit anderen Augen. Mein Slogan nach außen: „Amputiert, aber mir fehlt nichts!“

Natürlich gibt es Situationen und Tage, wo mir bspw. beim Kochen die Greiffunktionen der Finger fehlen. Auch die Reinigung meiner Wohnung, das Binden einer Schleife (Sporthose) sowie das Öffnen von Gläsern/Dosen ist mir nicht mehr möglich.

Alte Leidenschaften, wie Reisen in ferne Länder ohne fremde Hilfe, Fahrradfahren oder Tauchen fehlen mir, aber trotzdem bin ich ein lebensbejahender Mensch mit körperlichen Einschränkungen.

### 5. UN-Behinderten-Konvention (UN-BRK)

Inklusion und Gleichstellung sind Menschenrechte und führen zu mehr Selbstverantwortung.

Die UN-BRK setzt sich mit folgenden Punkten für behinderte Menschen ein:

- Recht auf Bildung und Erziehung in inklusiven Kitas und Schulen für Kinder, Ausbildungs- und Studienplätze für junge Erwachsene mit und ohne Behinderungen (Beispiel Italien - da gibt es seit mehreren Jahren keine (Sonderschulen),



- ein Recht auf Arbeit - um seinen Lebensunterhalt selbst zu verdienen über einen zugänglichen Arbeitsmarkt,
- ein uneingeschränktes Wahlrecht,
- ein Recht auf gleichberechtigte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben,
- einen offenen, barrierefreien Zugang zu Internetseiten, zur Blindenschrift, zur Gebärdensprache, zur Kommunikation von Menschen mit Hör- und Sprachbehinderungen sowie das Recht ein Selbstbestimmtes Leben führen zu können.

Gleiche Rechte für alle Menschen!

## **6. Aktuelles Thema - Das Neue Bundesteilhabegesetz als Entwurf -**

Im neuen Bundesteilhabegesetz, dass voraussichtlich Anfang 2017 in Kraft treten soll, mussten folgende Parameter Berücksichtigung finden:

- eine barrierefreie Information und eine unabhängige Beratung,
- eine größere Beteiligung behinderter Menschen im politischen Raum,
- einen umfassenden Anspruch auf Leistungen (Assistenz), die bedarfsdeckend und bundeseinheitlich sind sowie
- ein einkommens- und vermögensunabhängiges Teilhabegeld für Menschen mit Behinderung als Nachteilsausgleich und dass die Inklusion absolute Vorfahrt in der Gesellschaft bekommt.

In Deutschland ist das Menschenrecht auf Selbstbestimmtes Leben abhängig von der eigenen finanziellen Situation. Ein Mensch mit Behinderung, der auf intensive Hilfe und Pflege über eine persönliche Assistenz im Alltag angewiesen ist, darf nicht mehr als 2.600 Euro auf seinem Konto besitzen. Diese Bestimmung resultiert aus dem Sozialhilfegesetz. Dadurch haben Behinderte keine Möglichkeit für eine Altersvorsorge oder für größere Anschaffungen zu sparen! Darüber hinaus zieht der Staat einen größeren Teil des Einkommens zusätzlich ab, wenn behinderte Menschen auf Assistenz angewiesen sind. Die eingereichte Petition zu dem Thema fordert, dass Behinderte ein angemessenes Gehalt für sich selbst behalten dürfen, wenn sie arbeiten und Assistenzleistungen finanziert bekommen.

Die Bundesregierung hatte sich im Koalitionsvertrag darauf verständigt, die Assistenzleistungen für behinderte Menschen aus dem bisherigen

“Fürsorgesystem“ herauszuführen und die Eingliederungshilfe zu einem modernen Teilhaberecht weiterzuentwickeln. Bleibt „volle, wirksame und gleichberechtigte Teilhabe“ behinderter Menschen eine Floskel, oder schlägt sie sich auch in Gesetzen nieder?

\*5. Inklusion in der Arbeitswelt“ Deutschlandfunk E-Paper Zeit – Online

Die Hilfe für behinderte Menschen sollte in Zukunft einkommens- und vermögensunabhängig, wie in Schweden, erfolgen.

## **7. Inklusion und Zukunftsperspektiven**

Das große Wort „Inklusion“ ist zurzeit ein Thema in den Massenmedien und bei den zuständigen Behörden, die den Fokus überwiegend auf Schulen und öffentliche Einrichtungen gerichtet haben. Die Entwicklung des Bildungssystems zu einem inklusiven System ist eine große Herausforderung. Im Ergebnis einer durchgeführten Inklusion kann es nur noch eine Kita/Grundschule/Berufsausbildung/ Studium gemeinsam für Behinderte und Nichtbehinderte geben. Inklusion und Teilhabe ist ein politischer Auftrag für die gesamte Gesellschaft.

Auch in anderen Bereichen, wie bspw. auf dem Arbeitsmarkt und bei der Barrierefreiheit müssen erlebbare Resultate in gleicher Weise vonstatten gehen. Wenn Menschen mit oder ohne Behinderung gemeinschaftlich leben und wohnen, zusammen lernen und miteinander arbeiten, sowie die Freizeit gemeinsam als Gruppe erleben, dann ist Inklusion vollzogen.

Ein inklusives Leben miteinander zeigt sich unter anderem auch, wenn in der Partnerschaft und in der Sexualität zwischen Menschen mit und ohne Behinderung eine positive Akzeptanz in der Gesellschaft/Öffentlichkeit entsteht.

Des Weiteren ist es mir unverständlich, warum ein gravierender Unterschied in den Bundesländern über das monatliche Blindengeld besteht. Im Jahr 2015 erhielten die Betroffenen in Bayern 556 Euro, in Sachsen 333 Euro, in Nordrheinwestfalen 654 Euro und in Thüringen 270 Euro. Blind ist blind oder?

Jeder Behinderte sollte ein Teilhabegeld bekommen, um zusätzliche Aufwendungen ausgleichen zu können. In Werkstätten für behinderte Menschen e.V. (WfbM), sollte die Arbeit nicht unter dem Mindestlohn vergütet werden.

## 8. Peer Counseling

### 8.1. Allgemein

„Ich kann etwas tun und das ersetzt das Gefühl der Hilflosigkeit und Minderwertigkeit.

\* 6. Zitat aus dem Buch von Peter van Kan/Stefan Doose – Peer Counseling und persönliche Zukunftsplanung -

Elf bundesweit aktive Selbstvertretungsorganisationen behinderter Menschen haben sich Ende 2015 in Berlin zur „Liga Selbstvertretung – DPO Deutschland“ zusammengeschlossen. Das neue politische Aktionsbündnis fordert im Sinne der UN-Behindertenrechtskonvention u. a. den Aufbau einer unabhängigen Beratung nach der Methode „Behinderte beraten Behinderte“ (Peer Counseling).

Es geht um die Möglichkeit, durch eine professionelle Beratung und die begleitende Unterstützung die Situation der Betroffenen zu stärken. Mit Hilfe des Peer Counseling sollen sich weitere Türen zur inklusiven Gesellschaft öffnen.

\* 7. in Anlehnung zur Fachtagung „Unabhängige Beratung“ – Erfahrungen und Qualitätsstandard

### 8.2. Methoden

#### 8.2.1. Klientenzentrierte Beratung nach Carl R. Rogers

Bei dieser Gesprächsführung beschränkt sich der Berater vollständig darauf, den Ratsuchenden zu ermutigen das Verständnis der eigenen Gefühle, Blockaden und Ansichten zu äußern. Sobald sich der „Knoten“ in der Wahrnehmung löst und das „Festgefahren sein“ beendet ist, findet der Klient wieder Kraft für die Lösung seiner Selbstverwirklichung.

#### 8.2.2. Systemische Beratung

Primär geht es bei der Systemischen Beratung um das Stärken der eigenen Ressourcen und Kompetenzen des Ratsuchenden oder einer Gruppe im sozialen System. Krisen, Konflikte oder einfach die Lust auf Veränderung haben nicht nur mit dem Ratsuchenden zu tun, sondern auch mit Menschen aus seinem Umfeld/System. Das System können u.a. die Eltern, die Geschwister, die Verwandten, der Partner, die Kinder, die Freunde, die Kollegen usw. sein. Dabei spielen Fragen wie „In welchem System agieren, denken, handeln oder fühlen Sie?“ eine zentrale Rolle. Die Methodik dieser lösungsorientierten Beratung ist überwiegend prozessorientiert und dient als Hilfe zur Selbsthilfe.

Fließend sind die Grenzen zwischen Systemischer Beratung und Therapie.

\* 8. Arist von Schlippe „Grundlagen der Systemischen Beratung“ Göttingen 2003

„Es sind also letztlich die Fragen und nicht die Antworten, die unser Weltbild bestimmen. Wofür wir keine Fragen haben, wird uns für immer verborgen bleiben.“

\* 9. Natalie Knapp in „Der Quantensprung des Denkens“

### 8.2.3. Persönliche Zukunftsplanung als Weg

Persönliche Zukunftsplanung umfasst viele methodische Ideen und Ansätze das Leben zu planen, um mit der ratsuchenden Person, seiner Familie und Freunden etc. eine erfreuliche Veränderung zu erreichen.

Bei der im Mittelpunkt stehenden Person geht es darum, etwas Positives in Gang zu bringen und neue Möglichkeiten vor Ort zu schaffen.

\* 10. „Personenzentriertes Denken und Persönliche Zukunftsplanung“ Stefan Doose 1994 - 2011

Ich habe mit „Mind Maps“ den Planungsprozess zum Thema „Arbeit in Zukunft“ unter Berücksichtigung meine Gaben sichtbar gemacht und kommuniziert.

### 8.3. Mein Hintergrund

Vor zwei Jahren besuchte ich die Einzelberatung einer Peer Counselorin vor Ort, um unter anderem über meine Krankheitsbewältigung und über meine Ressourcen zu reden. Aus diesen prägenden, sehr verständnisvollen Beratungsdialogen wurde bei mir der Wunsch geweckt, mich mit Empowerment, mit Peer Support und diesen Beratungsmethoden näher zu befassen.

Auch die Persönliche Zukunftsplanung sollte ein fester Bestandteil in der Beratung sein.

Nach vier Einzelberatungen verstarb unverhofft diese sehr einfühlsame, starke Frau.

Seit September 2015 bin ich als Teilnehmer der 13. Weiterbildung zum „Peer Counseling ISL“ dabei und ich möchte nach Bestehen dieser Weiterbildung anderen behinderten Menschen ein sogenanntes „Geleitetes Entdecken“ eröffnen.

„Wenn in der Zukunft Hoffnung liegt, liegt Kraft in der Gegenwart“. \* 11. John Maxwell