

„Peer Counseling und die Wege zur Selbst- und Fremdbestimmung im Dialog“

„Gemeinsam stark: Peer counseling für Selbstbestimmung und persönliche Entfaltung.“

Hausarbeit im Rahmen der 26. Peer Counseling Weiterbildung des Bifos e.V. zur Erlangung des Titels „Peer Counselor“ (ISL). Vorgelegt von Andreas Berger, Neuberend, 01.01.2025.

Inhalt

Einleitung	2
Selbstbestimmung Begrifflichkeiten	3
Selbstbestimmung - das rationale Subjekt und Selbstbestimmung	3
Trieb	4
Bedürfnis	5
Selbstbestimmungstheorie	6
Voraussetzungen für Selbstbestimmung	7
Einflussfaktoren von Selbstbestimmung	8
Selbstbestimmung Peer Counseling	9
Selbstbestimmung und Peer Counseling aus eigener Erfahrung	11
Keine Selbstbestimmung ohne Fremdbestimmung.....	13
Die Stufen der Selbstbestimmung in unterstützenden, assistierenden Settings	14
Quellen:	15
Internetquellen:	15

Einleitung

In dieser Hausarbeit ging es mir darum, das Thema Selbstbestimmung mit Peer Counseling zu verbinden. Meiner Ansicht nach ergänzen sich beide Konzepte. Peer Counseling fördert die Selbstbestimmung. Die Peer Counselor unterstützen Ratsuchende darin, eigene Ressourcen und Lösungen zu entdecken und zu nutzen. Durch das Peer Counseling Verfahren sollen die Ratsuchenden lernen, selbstbewusster und selbstbestimmter zu handeln mit dem Ziel, dadurch Selbstwirksamkeit zu erfahren. Peer Counseling und Selbstbestimmung fördern meines Erachtens Autonomie und Empowerment in verschiedenen sozialen und therapeutischen Kontexten.

Zunächst gehe ich auf die Begrifflichkeiten ein, da sie die Grundfeste der Selbstbestimmung erklären. Folgend mache ich einen Abstecher zu Immanuel Kant. Meines Erachtens setzt sich Kant tiefgreifend mit Selbstbestimmung in seiner Philosophie, seiner ethischen Ansicht und seiner Erkenntnistheorie auseinander. Nach meiner Interpretation von Kant ist bei ihm die Selbstbestimmung die Voraussetzung für moralisches Handeln, Autonomie und Menschenwürde. Ich interpretiere in seine Philosophie hinein, dass er einen großen Wert darin sieht, wenn der Einzelmensch eigene Entscheidungen trifft ...zu treffen und dafür Verantwortung zu übernehmen.

Bei dem Teil der Begriffe geht es mir um die Zusammenhänge des grundlegenden Mechanismus des Handelns und Verhaltens; der Verhaltenssteuerung und dem daraus resultierenden Vorgang der Selbstbestimmung. Die Peers sollen durch Peer Counseling dazu befähigt werden, selbst aktiv zu werden, ihre Bedürfnisse autonom wahrzunehmen, diese auszudrücken, die eigenen Werte zu erkennen und ihnen bewusst zu werden, um die eigenen Ziele selbst zu erfüllen.

Die Selbstbestimmungstheorie von Deci und Ryan (1987) soll das Verständnis erweitern, da es nach dieser Theorie drei grundlegende psychologische Bedürfnisse gibt, die ausschlaggebend für die Motivation sind und beleuchtet Eigenschaften der Selbstbestimmung.

Der Themenbereich der "Voraussetzungen und Einflussfaktoren von Selbstbestimmung" dient zur Verdeutlichung der gegenseitigen Bedingungen, da sie sich unterstützen aber auch hemmen.

Für mich ist Selbstbestimmung in einem gewissen Maß immer fremdbestimmt. Auch durch unser Wirken als zukünftige Peer Counselor wird die Selbstbestimmung, die wir fördern wollen, erst durch die Fremdbestimmung bedeutend. Die Selbstbestimmungsfähigkeit kann erst durch die Fremdbestimmung entwickelt werden. Die Fremdbestimmung ist auch die Grenze der Selbstbestimmung. In meinem Beratungskontext werde ich immer wieder mit dem Thema Assistenz konfrontiert und dem Wunsch der Peers, der Ratsuchenden, nach

Selbstbestimmung. Bei meinem letzten Punkt der Hausarbeit „Die Stufen der Selbstbestimmung in unterstützenden, assistierenden Settings“ befasste ich mich mit dieser Kontroverse und habe ein Stufenmodell erstellt, das nicht abgeschlossen ist und erweiterbar ist.

Selbstbestimmung Begrifflichkeiten

Selbstbestimmung - das rationale Subjekt und Selbstbestimmung

Nach Waldschmidt (2003) sind die Schwierigkeiten behinderter Menschen mit dem Zeitalter der Aufklärung und auf die damalige Philosophie des Autonomiegedanken zurückzuführen. Der Mensch sei nach Kant grundsätzlich zur Selbstbestimmung fähig, da er über praktische Vernunft verfügt. Darunter versteht Kant, dass das Handeln der Menschen losgelöst von Bedürfnissen, Emotionen, Motivationen und unabhängig von der „Sinnenwelt“ ist. Die Sinnenwelt bedeutet, dass der Mensch sich erkennt, in dem er sich über das eigene Sein bewusst ist und zugleich uneingeschränkt das machen kann, was er möchte. Der Mensch ist nach Kant ein Subjekt, wenn der Mensch über die praktische Vernunft verfügt. Mit dem Eintritt von Krankheit oder Behinderung ist jedoch das Subjekt gefährdet, sobald er in seinem Leben von anderen abhängig ist. Daraus schließe ich, dass Kant -Der Kranke, der Behinderte, der sich in ärztliche Behandlung begibt und dem medizinisch Notwendigen zustimmt, ist nach der Definition ebenfalls als Subjekt zu betrachten. Ist der Mensch dazu nicht fähig, ist er kein Subjekt. Ich stelle mir vor, wenn der Mensch, nun durch die Peerberatung, informiert ist und darauf seine Entscheidung begründet, die nicht konform mit der des Arztes ist, wird dem Behinderten das Menschsein aberkannt. Die Vernunft wird dem Menschen abgesprochen, wenn er geistig behindert ist oder zeitweilig oder dauerhaft psychisch oder seelisch erkrankt ist. Mit der Ablehnung der Vernunft, werden Zwangsmaßnahmen legitim. Stellt man dies zugrunde und überträgt dies in das Jahr 2014/2015 sind nach Gühne et al (2015) im Jahr 2014/15 - 28% der Erwachsenen Bevölkerung in Deutschland von psychischen Erkrankungen betroffen. Das würde heißen nach damaligen Ansinnen Kants, dass, was für mich unvorstellbar ist, an depressiven Menschen Zwangsmaßnahmen erlaubt wären.

Nach Immanuel Kant und seinem kategorischen Imperativ heißt es, dass man nur nach der Maxime handeln soll, die man als allgemeines Gesetz wollen kann. Was voraussetzt, dass der Mensch in der Lage ist, seine eigenen Entscheidungen zu reflektieren und zu bewerten, was wiederum eine Form der Selbstbestimmung erklärt. Moralische Prinzipien zu erkennen und anzuwenden, ist ein Art von Selbstbestimmung. Kant beschreibt in Kritik der praktischen Vernunft, dass das Konzept der Selbstbestimmung mit der Autonomie des Willens und der moralischen Gesetzgebung zu verorten ist. Kant betont, das moralisches Handeln aus der eigenen Vernunft und

nicht aufgrund äußerer Einflüsse oder Neigungen resultieren sollte. Hier möchte ich anmerken, dass im Bezug des Peer Counselors dieser parteilich für die Ratsuchenden agiert. Der Peer Counselor muss sich meiner Meinung nach ständig reflektieren, ob sein Handeln moralisch ist, gegenüber dem Ratsuchenden und der Gesellschaft. Kant versteht meiner Interpretation nach, dass die Idee der Selbstbestimmung eng mit der „moralischen Pflicht“ verbunden ist, denn ein autonomes Wesen erkennt seine moralischen Pflichten und handelt entsprechend unabhängig von persönlichen Wünschen oder äußerem Druck. Die Pflicht ist, dass was moralisches Handeln ausmacht und sei wohl für alle Wesen gleich. Die Frage, die sich mir dabei stellt, ist, ob die heutigen Mitarbeiter von Leistungsträgern nach Kant unmoralisch handeln, da diese unter Umständen aufgrund des äußeren Drucks (Vorgaben durch den Chef) handeln?

Zu Selbstbestimmung schreibt Fladnitzer-Penz (2017), dass Selbstbestimmung eine Feststellung der Gegenwart ist. Selbstbestimmung hat einen empathischen Hintergrund und steht für Eigenverantwortlichkeit, Freiheit, Autonomie, Emanzipation und ist seit der späten Moderne ein Grundrecht. Es wird beschrieben, dass Selbstbestimmung einen Grund braucht, um selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen.

Ich gehe davon aus, dass es auch vor der Gegenwart den Austausch und die Unterstützung von behinderten Menschen gab (unter anderem Menschen mit Beinprothese). Es wurde unter Umständen ein Grund geschaffen selbstbestimmt zu sein, in dem durch eine prothetische Versorgung weiterhin eine Arbeit und die Körperfunktion aufrechterhalten werden kann, um ein Einkommen zu generieren. Durch den Peeraustausch können informierte Entscheidungen getroffen werden. In wie weit zur damaligen Zeit der Arzt die partizipative Entscheidungsfindung zuließ, wird wahrscheinlich vom Stand und dem Verhältnis zum Arzt abhängig sein.

Ein Motiv/Ziel kann zum Beispiel von einem Trieb hervorgerufen werden.

Dazu möchte ich zunächst auf die persönlichen Faktoren eingehen, die mit Trieben einhergehen.

Trieb

Schmalt (2022) schreibt zum Trieb, dass es sich um eine Gruppe von persönlichen Faktoren handelt. Schmalt bezieht sich auf Rohracher, (1969) wonach der Trieb:

1. das Erleben eines Dranges ist, bei dem meistens eine Zielvorstellung gegeben ist
2. autogen entsteht, das heißt: dass Triebe ohne Mitwirkung des Bewusstseins, unabhängig von Begehren und Verstand auftreten.
3. eine Gefühlsbegleitung (Gefühl) darstellt. Die Befriedigung des Triebs verschafft Lust; solange sie nicht möglich ist, verhindert wird oder Unlust besteht

4. das Bewusstseins mindert, so dass unter der Wirkung des Triebes die Klarheit des Verstandes und selbst die Wahrnehmung herabgesetzt sein kann.

Die ersten beiden Merkmale treffen auf alle Triebe zu, die beiden letzten auf die meisten.

Durch das Peer Counseling kann meiner Meinung nach, eine Zielvorstellung beim Berater und beim Ratsuchenden generiert werden und den Drang auslösen, ein Bedürfnis zu befriedigen.

Triebe sind meines Erachtens lediglich biologische Impulse, wobei Bedürfnisse nicht nur biologische sondern auch psychologische Ausmaße beinhalten. Maslow unterscheidet unter anderem unter/in grundlegenden physiologischen und höheren psychologischen Bedürfnissen. Bedürfnisse sind der Ursprung von Motivation, sie bestehen nicht nur aus biologischen Trieben, vielmehr wirken psychische und soziale Größen mit ein. Daher beschreibe ich zunächst das Bedürfnis.

Bedürfnis

Nach Metz-Göckel (2022) kann ein Bedürfnis als Zustand oder das Erleben eines Mangels verstanden werden. Dieser wird mit dem Wunsch verbunden, ihn zu beheben. Er führt dazu auf, dass in der wissenschaftlichen Literatur meist Bedürfnisse gemeint sind, die ein Lebewesen zu seiner Erhaltung und Entfaltung braucht, und nicht aus einer spontanen Entscheidung heraus resultieren. Der Begriff „Bedürfnis“ hat sich in der psychologischen Diskussion auf Beweggründe oder Ursachen des Handelns bezogen. Heutzutage entspricht der Begriff „Bedürfnis“ eher dem des Motivs. Metz-Göckel bezieht sich auf Murray, der eruierte, welche Bedürfnisse nötig sind, um menschliches Handeln zu beschreiben. Er unterscheidet zwischen primären (Hunger, Durst etc.), sekundären oder höheren Bedürfnissen. Nach seinen Ergebnissen können zwanzig solcher höheren Bedürfnisse (needs, need, need-press) als gesichert gelten, etwa Erniedrigung, Leistung, sozialer Anschluss, Aggression et cetera. Bedürfnisse sind die Grundlage von Motiven, die zur Befriedigung von Bedürfnissen von Bedeutung sein können. Mit den Bedürfnissen wird der Bedarf bestimmt. Der Bedarf wird zur Durchsetzung eigener Interessen benötigt, um den motivspezifischen Sollwert des Bedürfnisses zu erreichen. Das Motiv verknüpft das betreffende Bedürfnis mit bedürfnisrelevanten Situationen, Zielen (Ziele), Handlungsoptionen und Selbstaaspekten, die nötigen Umstände und Aufwendungen. Diese dienen der Befriedigung des Mangels, um das Bedürfnisses/die Bedürfnisse ausgleichen. Offen in der wissenschaftlichen Diskussion ist, wie viele und welche Bedürfnisse man annehmen muss, um menschliches Erleben und Verhalten zu beschreiben.

Kurz gesagt ist das Motiv, die Energie, die aufgebracht wird, um ein Ziel zu erreichen.

Im Hinblick auf das Peer Counseling und dem Austausch zwischen den Peers können nach meiner Auffassung, neue Bedürfnisse geweckt und dadurch eine Weiterentwicklung angeregt werden. Die Thematisierung der persönlichen Ziele, können beim Ratsuchenden Energie zur Zielerreichung freisetzen. Durch die Umsetzung des Ratsuchenden kann ein Gefühl der Kontrolle über das eigene Leben entstehen. Diese steigert die eigene Selbstwirksamkeit und das Gefühl der Selbstbestimmung.

Ich gehe nun folgend auf die Selbstbestimmungstheorie ein, da sich in ihr das Bedürfnis nach Autonomie vereinigt, mit der Ermächtigung zur Selbstkompetenz, zu der wir die Ratsuchenden Peers befähigen wollen über die Zugehörigkeit des „Peer“ seins.

Selbstbestimmungstheorie

Die Selbstbestimmungstheorie geht nach Stangl W. (2024) auf die theoretischen Überlegungen und Feldforschungen zurück, in der Deci und Ryan (1987) voraussetzen, dass es drei grundlegende psychologische Bedürfnisse gibt, die ausschlaggebend für die Motivation sind. Das der Autonomie in der Art, Kontrolle über das eigene Leben zu haben, dem der sozialen Eingebundenheit - in dem eine Verbindung, ein Zugehörigkeitsgefühl zu anderen besteht und dem der Kompetenz - sich in bestimmten Aufgabenbereichen leistungsfähig zu fühlen. Eine der ersten Eigenschaften der Selbstbestimmung liegt demnach in der intrinsischen Motivation, die bei Tätigkeiten entsteht, die aus dem eignen, inneren Interesse hervorgehen. Diese besitzen den Charakter der Neuheit oder Herausforderung oder einen ästhetischen Wert für den Betreffenden besitzen. Extrinsische Motivation bezieht sich dabei auf die anderen Momente, in denen das Verhalten und die Motivation für eine Angelegenheit von äußeren Einflüssen gesteuert wird.

Peer Counseling sorgt für mich in der Selbstbestimmungstheorie dafür, dass durch den Austausch und die Unterstützung der Peers die Autonomie, die Kontrolle über das eigene Leben, die Eingebundenheit in das soziale Leben und das Gefühl der Leistungsfähigkeit gefördert wird. Für mich sollte Peer Counseling im Dienstleistungsbereich, beruflichen Kontext, in der professionellen Arbeit mit Behinderten, Erkrankten und von Behinderung bedrohten Menschen, mehr vertreten sein!

Unter Selbstbestimmung verstehe ich einen Prozess, bei dem Menschen aktiv und autonom ihre Bedürfnisse, hoffentlich/wünschenswert im Einklang mit ihren eigenen Werten und Zielen erfüllen. Doch dazu müssen gewisse Voraussetzungen gegeben sein, die ich folgend näher beleuchten möchte.

Voraussetzungen für Selbstbestimmung

Nach den Autoren der Karrierebibel (2024) gehören folgende Voraussetzungen zur Selbstbestimmung - zum einen der Zugang zu Informationen, zum anderen müssen Menschen ihr Recht/ihre Rechte kennen. Mentale Stärke ist eine Voraussetzung, da man sich nicht nur beliebt macht, der selbstbestimmte Mensch muss sich und das Selbstwertgefühl von der Meinung anderer entkoppeln. Gemeint wird damit, dass die Ansicht eines Außenstehenden allenfalls nützlich ist, aber nicht maßgeblich. Zur Selbstbestimmung braucht es Durchsetzungsvermögen und Zielstrebigkeit. Durchsetzungsvermögen bedarf es, wenn andere Menschen uns unberechtigt Grenzen setzen wollen, hier müssen wir uns durchsetzen und uns selbst bewusst sein. Unabdingbar ist es für die Selbstbestimmung, dass man für sich, für die eigenen Bedürfnisse und Ziele eintritt. Die Zielstrebigkeit kommt mit dem Moment, in dem man weiß, was man wirklich will, der weiß wo seine Prioritäten liegen, welche Ziele man in der Lebensplanung verfolgt.

Meiner Meinung nach sorgt Peer Counseling für Informationen und Aufklärung und dafür, dass Betroffene Selbstvertrauen, Sicherheit, Motivation und Durchsetzungsstärke dazu gewinnen können.

Nach Anthropoi (2019) sind folgende Punkte von den unterstützenden Personen Hemmnisse von Selbstbestimmung, darunter fallen unsinnige oder nicht nachvollziehbare Handlungen, wie auch ein bewusstes Ignorieren, soziale Isolation, Ignoranz. Schuldzuweisungen aber auch verbale Verletzungen, Beleidigungen- Ironie, Sarkasmus, abwertende Handlungen beziehungsweise das ins lächerliche Ziehen. Durch die Nichtanerkennung der Bedürfnisse der nach Selbstbestimmung strebenden Person, behindern die Selbstbestimmung des Menschen. Die bewusste Unterschätzung, die Überforderung hemmen die Selbstbestimmung. Von der Umwelt ausgeübte Willkür, Abstrafung, nicht nachvollziehbare Vereinbarungen, das Missachten der Privatsphäre, Grenzüberschreitungen, unbedachte Machtausübung, übergriffige, überzogene Handlungen sowie das Brechen von Abmachungen beeinflussen die Selbstbestimmung maßgeblich.

In der Peerberatung erfahre ich, dass die genannten Hemmnisse allgegenwärtig sind. Es werden Bedürfnisse abgetan, nicht anerkannt und so weiter. Dies geschieht durch Leistungsträger/-erbringer aber auch durch Bekannte und Verwandte.

Nach dem ich nun die Voraussetzungen für Selbstbestimmung genannt habe (diese ist nicht als abschließend zu sehen) möchte ich nun die Einflussfaktoren von Selbstbestimmung beleuchten. Für mich befinden sich die beiden Kategorien in einer dynamischen und wechselseitigen Verbindung und beeinflussen sich gegenseitig.

Einflussfaktoren von Selbstbestimmung

Peer Counseling kann einen erheblichen Einfluss auf die Selbstbestimmung haben. Menschen können ihre Stimme finden und die Selbstbestimmung in den verschiedenen Lebensbereichen stärken.

Folgend stelle ich fünf Bereiche vor, durch die Selbstbestimmung beeinflusst wird und welchen Beitrag Peer Counseling in diesen hat. Teilweise überschneiden sich die Bereiche.

Soziokulturelle Faktoren, die Einfluss auf die Selbstbestimmung haben, sind pädagogische, politische, familiäre, religiöse und wirtschaftliche Faktoren. Darunter fällt die zur Verfügung stehende Bildung, das Wissen, die Informationen, die finanziellen Mittel, das nicht anerkennen des Experten in eigener Sache, die Akzeptanz, der Status, die Sprachkenntnisse und die Religion. Das Wertesystem, die Einstellungen, Überzeugungen, Normen, Sitten, Tabus und die Rollenverteilung/-zuschreibungen, die Stigmatisierung und die Diskriminierung schließe ich mit ein.

Durch Peer Counseling kann es passieren, dass soziale Isolation überwunden wird und sich ein Gefühl der Zugehörigkeit entwickeln kann. In Gemeinschaften, in den Menschen aufgrund der Identität oder Lebensumstände sich im gesellschaftlichen Abseits befinden, ist es durch Peer Counseling möglich, dass kulturelle Unterschiede anerkannt und respektiert werden. Die Peers, Berater und Ratsuchenden können gemeinsame Lösungen finden, die den kulturellen Werten und Normen der Ratsuchenden entsprechen.

Zu den **persönlichen** Faktoren gehören für mich die finanziellen Mittel, die einem zur Verfügung stehen und die Selbstakzeptanz. Die eigene Grundhaltung (positiv wie negativ), die Rolle, die ich einnehme, die eigenen Erfahrungen, die körperlichen, kommunikativen Fertigkeit- und Fähigkeiten, die Wahrnehmung, das prozedurale und deklarative Wissen, die eigenen Vorlieben, Abneigungen und welche Wünsche ich habe, sind für mich ebenfalls ein Bestandteil dieser. Die Motivation, die individuelle Bedeutsamkeit und die individuelle Fähigkeit der persönlichen Zuschreibung, das Aushalten von Erfolgen und Misserfolgen, auch.

Peer Counseling kann für mich die persönliche Entwicklung steigern, ebenso die Selbstreflektion. Ein besseres Verständnis und eine positive Bewältigung können durch den Erfahrungsaustausch und über die alltäglichen Herausforderungen geschaffen werden.

Zu den Externen Faktoren zähle ich unter anderem die zu erbringende Dienstleistung einer Assistenz, die Leistungserbringer und Träger. Einflussfaktoren sind hier Versprechen, die eingehalten werden sollten. Das Bemerkte der eigenen und fremden Neigungen und Begehren. Das je nach den individuellen Voraussetzungen des zu Assistierenden die Möglichkeit gegeben wird, etwas zu lernen, zu probieren, eigene Erfahrungen zu machen („Versuch macht klug“). Das von den Assistierenden die persönliche Bedeutsamkeit für

die jeweilige Person anerkannt wird. Partizipation. Dass die eigenen Handlungen und Strukturen reflektiert werden, dass die auszuführende Arbeit kooperativ und assistierend umgesetzt wird. Auch die Organisation, die zeitlichen Abläufe, die Arbeitszeiten und die Rückzugsräume beeinflussen die Selbstbestimmung. Nach der Karrierebibel (2024) sind weitere Einflussfaktoren Werbung, psychologische Werbung in dem wir es anderen recht machen, deren suggerierten Erwartungen erfüllen wollen, und die Menschen sich dadurch selbst verlieren.

Durch Peer Counseling können für mich externe Ressourcen und Netzwerke mobilisiert werden, die dem Ratsuchenden helfen ihre Selbstbestimmung zu fördern. Dies kann der Zugang zu Fachinformationen, Dienstleistungen oder zu weiteren Unterstützungsmöglichkeiten/-systemen sein.

Gesellschaftliche Faktoren dazu gehören für mich barrierefreie Informationen, unterstützende Kommunikationsmöglichkeiten, Rechte und Pflichten, das Ernst nehmen der Person und Anliegen, die Wertschätzung und Aufklärung.

Peer Counseling hat für mich dahingehend einen Einfluss darauf, dass das Bewusstsein für die Bedürfnisse und Rechte des Einzelnen in der Gesellschaft gestärkt wird. Hierdurch kann die Akzeptanz erhöht und die Wahrnehmung in der Gesellschaft positiv beeinflusst werden.

Politische Faktoren als Einflussfaktoren für die Selbstbestimmung sind die Gesetze, die Barrierefreiheit, Bildungsaufgaben und -ausgaben, die Barrierefreiheit, die Ökonomie, die Infrastruktur, die Technik die zur Verfügung gestellt wird.

Für mich leistet Peer Counseling in dem einen Beitrag, dass es eine Plattform bietet um politische Themen anzusprechen oder Arbeit der Interessenvertretung leistet, in dem Klienten ihre Erfahrungen teilen, Missstände kommunizieren und über Selbstvertretungsorganisationen Veränderungen anstoßen.

Nach meinem Verständnis schaffen wir durch das Peer Counseling eine unterstützende Beziehung zu den Ratsuchenden, die die intrinsische Motivation der Ratsuchenden fördert und stabilisiert. Daher ist es mir ein Anliegen im nächsten Abschnitt weiter auf das Thema Peer Counseling und Selbstbestimmung einzugehen.

Selbstbestimmung Peer Counseling

Peer Counseling ist meines Erachtens interdisziplinär zu verorten hauptsächlich unter den gesellschaftlichen, soziokulturellen und den persönlichen Einflussfaktoren für Selbstbestimmung. Die gesellschaftlichen und persönlichen Einflussfaktoren haben für mich einen

besonderen Einfluss auf die Selbstbestimmung. Gesellschaftlich und soziokulturell sollte die Möglichkeit bestehen, dass eine soziale Unterstützung und ein Austausch einer Gemeinschaft gegeben ist, wird, um ähnliche Erfahrungen, durchlebte Herausforderungen auszutauschen. Nicht zu vergessen sind die eigene und die gesellschaftliche Sichtweise, die damit verbundenen Werte und Normen. Sie beeinflussen wie die Menschen Entscheidungen treffen und Unterstützung bekommen. Unter anderem müssen für soziale Gruppen in Schulen, Gemeinschaftsorganisationen, gemeinsame soziale Räume vorhanden sein. Der persönliche Bereich als Einflussfaktor von Peer Counseling in der Selbstbestimmung, hängt für mich von den persönlichen limitierenden Fähig- und Fertigkeiten ab. Diese ermöglichen es, eigene Erfahrungen reflektieren zu können, emotionale Unterstützung zu erhalten beziehungsweise zu geben und der Problemlösefähigkeit. Die Peerbeziehung kann das Vertrauen, die Offenheit fördern und das Verständnis für die eigenen Gefühle und die Herausforderungen fördern. Im soziokulturellen Bereich ermöglichen die kulturellen Werte und Normen den Peersupport. Es stellt sich mir die Frage, ob überhaupt eine Peerunterstützung durch verschiedene Gemeinschaften zugelassen oder überhaupt gewollt wird.

Wie bereits erwähnt, bedeutet Selbstbestimmung, dass der einzelne Mensch die Kontrolle über sein eigenes Leben und seine Entscheidungen hat. Im Kontext zum Peer Counseling besteht für mich die Möglichkeit, im Austausch die Wünsche und Bedürfnisse zu äußern, um mit dem Ratsuchenden gemeinsame Lösungen zu erarbeiten. Im Peer Counseling-Setting lernen die einzelnen Peers unter anderem, die eigenen Stärken zu erkennen, für sich selbst zu nutzen und letztendlich dazu befähigen, sich selbst zu helfen. Dies kann dazu führen, dass das Selbstbewusstsein und die Entscheidungsfähigkeit gefördert werden. Durch die Peerebene findet sich der Einzelne in einer unterstützenden Umgebung wieder, in dem ihm die Möglichkeit gegeben wird, am anderen zu partizipieren in dem ein aktiver Austausch stattfindet, und der Ratsuchende sich frei äußern kann. Die Interessen werden in dem Setting wahr- und ernstgenommen. Der Ratsuchende soll dadurch in die Lage versetzt werden, selbstbestimmt an seinem Lebensweg zu arbeiten. Im Peer Counseling wird gegenseitig unterstützt, empowert, Ressourcen und Strategien entwickelt, aktiv teilgenommen, reflektiert und Feedback gegeben. Der Ratsuchende soll letztendlich informierte Entscheidungen für sich treffen.

Insgesamt kann meines Erachtens Peer Counseling eine unterstützende Umgebung schaffen, in der Individuen ermutigt werden, ihre eigenen Entscheidungen zu treffen und Verantwortung für ihr Leben zu übernehmen.

Ein Pfeiler des Peer Counseling sind Gemeinsamkeiten der jeweiligen Peergruppe, daher gehe ich nun auf die eigenen Erfahrungen rund um Selbstbestimmung und Peer Counseling ein.

Selbstbestimmung und Peer Counseling aus eigener Erfahrung

Meine Peers waren und sind meistens die professionellen mit denen ich die darüber die Verbindung hatte, dass ich wie sie im Krankenhaus war und ein Ziel im Visier habe. So schnell wie es geht, gut versorgt zu werden, um unabhängig zu sein. Eine junge Ärztin im Praktikum besorgte mir Informationen für ein Studium und die Physiotherapeutin Informationen über verschiedene Kniegelenke. Man warnte mich vor dem Chef, der in der Reha Klinik Damp ansässigen Orthopädietechnikfirma. Mit einem Rucksack voller Fachinformationen kam ich in die Rehaklinik. Meine Peers waren eine 70-jährige Frau und ein etwas älterer Mann, die ebenfalls wie ich frisch amputiert waren. Sie waren glücklich, wenn Sie im Rollstuhl saßen, also eine Peerebene, die für mich nicht nichts war - ich wollte laufen, Sport machen, unabhängig sein. Doch mit meiner selbstbestimmten Art und meinem Anspruch, dass etwas vorwärtsgehen muss, wurde ich schneller von der Realität eingeholt als das ich bis drei zählen konnte. Der Chef des damals dort ansässigen Sanitätshauses war cholerisch, narzisstisch - meiner Meinung nach, mein erster Gau. Genau das, was ich nicht brauchte. 2005 lernte ich auf meiner zweiten Reha - Peers in meinem Alter kennen. Es war positiv mit anderen, die gleiche Behinderung hatten, Sport zu machen und sich auszutauschen. Der Konsens war, jeder hatte ein persönliches Schicksal, für jeden war es ein großer Einschnitt. Alle hatten mehr oder weniger Probleme mit den Kostenträgern; Manche waren First Class Geschädigte (die im Rahmen der beruflichen Tätigkeit, ein Trauma hatten und gefühlt alles bekamen, was nötig war: Schuhe, zwei hochwertige Kniegelenke eins zum Gehen, eins zum Baden/Schwimmen, teilweise auch zum Ausüben von Sport, Rehas, Gehschulungen...) andere, wenn sie schlecht dran sind, waren bei der AOK versichert (die nach Hören Sagen im Grundsatz erstmal jedes Hilfsmittel ablehnt) oder die, die einen unverschuldeten Unfall hatten, aber ihre Ansprüche an die gesetzlichen Leistungsträger abtreten. Somit sind die öffentlichen Kostenträger für die Versorgung zuständig. Der Geschädigte ist zur Schadensminderung verpflichtet, die Leistungsträger berufen sich auf die Regelungen der Sozialgesetzbücher. Die Versicherer verbarrikadieren sich hinter den öffentlichen Trägern. Wehe, es macht den Anschein, dass der Geschädigte nicht der Schadensminderungspflicht nachkommt, dann werden alle Register seitens der Versicherer gegen sie gezogen. Nix mit dem wird dir ein Schaden zugefügt, muss der Zustand möglichst wie vor dem Schadensereignis hergestellt werden, oder der Präventionspflicht der Krankenkassen, oder den Möglichkeiten einer Assistenz für den Freizeitbereich. Manche haben Glück, manche durchleben eine Odyssee.

Meine Peers sind bis dahin die User, Athleten aus den Fachzeitschriften für Orthopädie und Prothesen. Meine Erfahrung, die ich habe ist, das mit jedem Begehren - das ich habe- ich mich in einer Abhängigkeit befinde. Ich bin lediglich Auftraggeber/Bittsteller/Antragsteller (wenn ich es hinnehme, das andere etwas von sich einfließen lassen - sei es die Assistenz, der Mitarbeiter, der Stellvertreter einer Institution). Es kann auch sein, dass ich als Bestimmer auftrete und lasse keine Abweichung zu, laufe dann aber Gefahr, dass der Dienstleistende seine Arbeit einstellt, blockiert oder weitere Steine in den Weg gelegt werden. Es

nützt nichts, wenn ich selbstbestimmt sein möchte, weder selbst die finanziellen Mittel habe, oder die Gesetze es nicht hergeben, dass alle (Leistungsträger, Versicherungen - in einem Schadensfall) für die Interessen der Anspruchsteller arbeiten und bei Missachtung ihnen ein höheres Bußgeld droht. Dies ist für mich eine Utopie. Dies wird nicht umgesetzt. Der Staat lässt die eigene Behörde nicht ins Messer laufen. Auch wenn ich im äußersten Fall vor Gericht ziehe, bin ich abhängig. Zwei Parteien inklusive einer neutralen (Richter) und mindestens vier Meinungen. Meiner Meinung nach werden auch nicht die Vertreter der Politik, auch nicht jenen in die Hand beißen, die sie später füttern könnte.

2007 war die erste Reha bei der ich Peer Counseling mit Peers im gleichen Alter, Schicksal, Vorbestimmung und Interessen erfahren habe. Es wurde kommuniziert welche Wege vorgegeben waren, welche eingeschlagen wurden, Erreichtes ausgetauscht, Bedürfnisse geweckt.

Es ist für mich bis jetzt eine Utopie, gänzlich selbstbestimmt zu leben.

In dem Moment in dem ich vollkommen selbstbestimme, von Dienstleistungen anderer abhängig bin, bestimme ich fremd/bin ich fremd-bestimmt. Eine andere Person muss das umsetzen, was ich möchte. Ich begeben mich damit in ein System, in dem ich das umsetzte, indem das umgesetzt wird was mir eventuell selbst widerstrebt.

„Was des einen Selbstbestimmung, ist des anderen Fremdbestimmtheit.“

In der Zeit der Aufklärung schieb Louis Antione de Saint-Just „Wenn alle Menschen frei sind, sind alle gleich; wenn sie gleich sind, sind sie gerecht.“, 1791. Treffend finde ich auch in diesem Zusammenhang die Worte Rousseaus aus dem „Contrat social“, das ein Modell für eine gerechte Gesellschaft ist, folgt wie laut: „Der Mensch ist frei geboren und überall liegt er in Ketten. Manch einer glaubt, Herr über die anderen zu sein, und ist ein größerer Sklave als sie.“ Meines Erachtens sind diese Worte auch unter den Umständen zu betrachten, dass Rousseaus körperlich und seelisch krank war.

Mit der Peer Counseling Weiterbildung möchte ich all die ratsuchenden Peer unterstützen, selbstbestimmter zu werden, dass sie sichtbar und freier werden, eine „Win-Win-Situation“ schaffen, ein Vorbild sein.

Keine Selbstbestimmung ohne Fremdbestimmung

- Meine Ansicht ist es, dass es „keine Selbstbestimmung ohne Fremdbestimmung“ gibt, da Selbstbestimmung im Kontext von äußeren Einflüssen oder Einschränkungen betrachtet werden muss. Ich stelle die These auf, dass wir unsere eigenen Entscheidungen und Freiheiten erst wirklich verstehen und schätzen können, wenn wir auch die Grenzen und Einflüsse von außen erkennen. Meines Erachtens spielt in vielen Lebensbereichen, sei es in der Politik, der Gesellschaft oder im persönlichen Leben, die Balance zwischen Selbstbestimmung und Fremdbestimmung eine entscheidende Rolle.
- Ich bin der Meinung, dass wenn ich selbst bestimmte Tätigkeiten nicht mehr ausführen kann, ich auf Unterstützung, Hilfsmittel angewiesen bin, ich durch meine Selbstbestimmung andere Fremdbestimme oder durch Leistungserbringer, Versicherungen fremdbestimmt werde.
- Ich möchte darauf hinweisen, dass unsere Entscheidungen und Handlungen nicht nur von uns selbst, sondern von äußeren Einflüssen von Menschen (Assistierenden, Pflegenden etc.) und der Gesellschaft geprägt sind.
- In dem Moment in dem wir die Selbstbestimmung nutzen, beeinflussen wir unter Umständen die Entscheidungen anderer. Gleichzeitig sind wir den Handlungen und der Erwartungen der Unterstützenden ausgesetzt, was uns wiederum in der Selbstbestimmung einer Form von Fremdbestimmung aussetzt.
- Die individuelle Freiheit ist mit dem sozialen und kulturellen Kontext verbunden.

Peer Counseling kann in all den vorher genannten und nachfolgenden Dimensionen/Stufen nützlich sein, um eine gewisse Selbstbestimmung innerhalb des Systems zu erreichen.

Ich habe folgend ein erweiterbares Modell entwickelt, wobei sich meiner Ansicht nach Selbstbestimmung in sechs Stufen gliedert.

Die Stufen der Selbstbestimmung in unterstützenden, assistierenden Settings

Zunahme des Grades der Selbstbestimmung =
Abnahme des Grades der Fremdbestimmung

1. Die niedrigste, die erste Stufe, ich nenne sie die „Instrumentalisierung“ Sie gehört in die Kategorie Fremdbestimmung. Hier spielen die Belange des Einzelnen (des zu Assistierenden) keine Rolle, die Entscheidungen werden außerhalb der Zielgruppe getroffen. Die Belange der unterstützenden Personen stehen im Mittelpunkt, die Zielgruppenmitglieder dienen als „Dekoration“ zur Selbstdarstellung.
2. In der zweiten Stufe der „Wahrnehmung“ wird die Lage der zu Assistierenden wahrgenommen. Die Umsetzung wird ausschließlich durch die Sicht der Unterstützungskräfte definiert. Die Wünsche, Vorlieben der Auftraggeber werden nicht berücksichtigt. Die Art und Weise der Ausführungen werden durch den Unterstützer bestimmt.
3. In der dritten Stufe der „Erklärung“ werden wiederum die Wünsche des zu Unterstützenden wahrgenommen, jedoch werden die Handlungen nach Gusto des Unterstützers ausgeführt. Die vermeintlich unterstützenden Personen teilen der abhängigen Person mit, welche Probleme die Person hat und welche Hilfe sie benötigt. Verschiedene Handlungsmöglichkeiten werden empfohlen – Die Unterstützer erklären und begründen die Ausführung.
4. Die Kategorie der teilweisen Selbstbestimmung startet mit der vierten Stufe „Berücksichtigung“. Die Bedürfnisse des Auftraggebers werden berücksichtigt. Die Botschaften/Wünsche werden akzeptiert und fließen teilweise mit in die Umsetzung mit ein. Die Unterstützer interessieren sich für die zu Unterstützenden.
5. In der fünften Stufe „Einbeziehung“ werden die zu unterstützenden vor und während der Ausführung der Tätigkeit mit einbezogen, die Umsetzung erfolgt größtenteils nach den Vorgaben des zu Unterstützenden.
6. Stufe Sechs „Selbstbestimmung“. Die unterstützenden Personen, setzen jedes Begehren des zu unterstützenden ohne Rücksichtnahme der individuellen Ansichten des Ausführenden um. Jegliche Vorbehalte, Neigungen, Ansichten des Ausführenden werden unter Umständen angesprochen, bleiben bei der Umsetzung jedoch außen vor.

Quellen:

Anthropoi (2019): Kompendium Gewaltprävention. Hrsg. Anthropoi Bundesverband.

Immanuel Kant, Kritik der praktischen Vernunft, edition:divibib.

Gühne, U., Becker, T., Salize, H., & Riedel-Heller, S. (2015). Wie viele Menschen in Deutschland sind schwer psychisch krank?. Psychiatrische Praxis, 42(08), 415-423. doi:10.1055/s-0035-1552715

Internetquellen:

Karrierebibel (2024): Selbstbestimmung. Abgerufen unter: <https://karrierebibel.de/selbstbestimmung/> (letzter Zugriff 17.05.2024)

Metz-Göckel (2022): Bedürfnis. Abgerufen unter: <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/beduerfnis> (letzter Zugriff 14.05.2024)

Puca, R. – M. (2022). Motiv. Abgerufen unter: <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/motiv> (letzter Zugriff: 14.05.2024)

Schmalt (2023): Trieb. Abgerufen unter: <https://dorsch.hogrefe.com/stichwort/trieb> (letzter Zugriff 14.05.2024)

Schönherr-Mann, H. M. (2012): Der Mensch ist frei geboren und überall liegt er in Ketten. Deutschlandradio: Abgerufen unter: www.deutschlandfunk.de/der-mensch-ist-frei-geboren-und-ueberall-liegt-er-in-ketten-100.html (letzter Zugriff 21.12.2024)

Stangl, W. (2024): Selbstbestimmungstheorie der Motivation. Online Lexikon für Psychologie und Pädagogik. Abgerufen unter: <https://lexikon.stangl.eu/28413/selbstbestimmungstheorie-der-motivation> (letzter Zugriff 19.09.2024)

Waldschmidt, A. (2003): Selbstbestimmung als behindertenpolitisches Paradigma - Perspektiven der Disability Studies, S. 13–20. Bonn. Abgerufen unter: <http://www.bpb.de/shop/zeitschriften/apuz/27781/menschen-mit-behinderungen> (letzter Zugriff 30.04.2024)