

Persönliche Zukunftsplanung als „Werkzeug“ in der EUTB-Beratung

Hausarbeit im Rahmen des 21. Weiterbildungskurses „Peer Counseling als Schlüssel zur Stärkung der Selbsthilfe behinderter Menschen“

Bearbeiter: Andreas Schengber

Betreuerin: Evelyn Schön

Bad Grönenbach, den 03.07.2022

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung

2. Was ist die persönliche Zukunftsplanung?

3. Ursprung und Historie von persönlicher Zukunftsplanung

4. Exemplarischer Ablauf einer persönlichen Zukunftsplanung

5. Angewandte Methoden

5.1 Persönliche Lagebesprechung

5.2 MAP

5.3 PATH

6. Berührungspunkte zwischen persönlicher Zukunftsplanung und Peer Counseling

7. Besondere Eignung als „Werkzeug“ in der EUTB-Beratung

8. Fazit und Ausblick

1. Einleitung

Die vorliegende Hausarbeit, erstellt im Rahmen der 21. Peer-Counseling-Weiterbildung, setzt sich mit dem Ansatz der „Persönlichen Zukunftsplanung“ auseinander. Neben dem Blick auf den Ursprung, die Historie und die angewandten Methoden beschäftigt sich ein Kapitel mit der Eignung der „Persönlichen Zukunftsplanung“ als besonderes „Werkzeug“ in der EUTB-Beratung. Es wird zudem dargestellt, welche Gemeinsamkeiten und Berührungspunkte zur Methode des Peer-Counseling bestehen.

2. Was ist die persönliche Zukunftsplanung?

Das Konzept der persönlichen Zukunftsplanung (abgekürzt „PZP“) bietet vielfältige methodische Möglichkeiten, um Veränderungen im Leben einer Person oder einer Gruppe zu planen und Unterstützung für diesen Prozess zu organisieren. Hierbei geht es darum, Menschen zu stärken, damit sie ihr Leben so selbstbestimmt wie möglich gestalten können. So eignet sich der Ansatz insbesondere, um Menschen in Übergangssituationen (Wechsel von der Schule ins Berufsleben, Auszug aus dem Elternhaus oder Ausscheiden aus dem Berufsleben) kreativ zu unterstützen. Die PZP kann dafür genutzt werden über sich selbst, eigene Träume, Wünsche und eigene Werte sowie Beziehungen zu wichtigen Menschen nachzudenken und eine Vision für eine erstrebenswerte Zukunft zu entwickeln.

Wesentlich für die schrittweise Umsetzung ist ein eigens ausgewählter Unterstützungskreis, der sich aus Personen zusammensetzt, die der betreffenden Person in ihrer Neuorientierung unterstützend beiseite stehen können.

Persönliche Zukunftsplanung ist besonders effizient, wenn sie prozesshaft angelegt ist, d.h. es geht über das einmalige Planungsfest hinaus.

3. Ursprung und Historie der „Persönlichen Zukunftsplanung“

Das Konzept der persönlichen Zukunftsplanung wurde im englischsprachigen Raum (Nordamerika) unter dem Namen „Person Centred Planning“ seit den achtziger Jahren entwickelt. Im deutschsprachigen Raum machten es seit Mitte der neunziger Jahre unter anderem Ines Boban, Prof. Dr. Stefan Doose, Carolin Emrich, Susanne Göbel und Andreas Hinz bekannt.

War es zunächst ein Ansatz, der von wenigen Menschen durch Veröffentlichungen, Seminare und Planungen verbreitet wurde, änderte sich dies ab 2009, als durch verschiedene Modellprojekte (europäisches Projekt: „New Paths to Inclusion“) umfangreiche Weiterbildungen in „Persönlicher Zukunftsplanung“ entwickelt und neue Materialien übersetzt wurden. In dieser Zeit gab es auch die erste große deutschsprachige Fachtagung in Berlin. In Folge gründete sich das Netzwerk „Persönliche Zukunftsplanung e.V.“. Im deutschsprachigen Raum sind mittlerweile 800 Menschen umfassend in Persönlicher Zukunftsplanung geschult. Hierzu finden umfangreiche Weiterbildungen statt. Die Methoden der Persönlichen Zukunftsplanung werden heute in den verschiedensten Zusammenhängen der Arbeit mit beeinträchtigten Menschen genutzt. Außerhalb der Behinderten Hilfe ist der Ansatz noch weitgehend unbekannt.

4. Exemplarischer Ablauf einer persönlichen Zukunftsplanung

Selbstgewählte Fragestellung

Persönliche Zukunftsplanung ermöglicht es der planenden Person, zukunftsgerichtete Wünsche und Träume zu formulieren, ohne einen Weg dorthin zu kennen oder sich von der Realisierbarkeit begrenzen zu lassen. Von allen an diesem Prozess Beteiligten erfordert es ein Sich-Darauf-Einlassen und Akzeptieren von Unsicherheiten und Ungewissheiten. Die gewählte Fragestellung darf weit gefasst und wenig konkret sein (z. B. : Wie bekomme ich mehr Freude in mein Leben?). Auch kann sich im Planungsprozess die Fragestellung verändern oder neu entstehen. PZP lädt dazu ein, Träume und Ideen der planenden Person in für sie gangbare Schritte umzuwandeln. Voraussetzungen hierfür sind Zeit und die Bereitschaft für scheinbar verrückte und unterschiedlichste Wege. Hierfür maßgeblich sind die herausgearbeiteten Wünsche und der Wille der planenden Person.

Vorbereitungstreffen

In der Vorbereitung geht es um

- das Kennenlernen der planenden Person und ihrer Lebenssituation
- das gemeinsame Erarbeiten der konkreten Fragestellung für die Planung
- die Vorbereitung des Zukunftsplanungsfestes
- die Einladung des Unterstützungskreises aus Freunden und Experten

Die Vorbereitung kann von einer Moderator*in oder einer anderen Vertrauensperson übernommen werden. Der Moderatorin kommt die Aufgabe zu, zur Vorbereitung des Zukunftsplanungsfestes die soziale Situation des betreffenden Menschen mit den Ressourcen seines persönlichen Umfeldes in den Blick zu nehmen.

Zukunftsplanungsfest

Im Mittelpunkt einer PZP steht die planende Person mit ihrer selbstgewählten Fragestellung. Wesentlich ist, dass sie ihre Träume und Lebensentwürfe ausdrücken und schließlich bestmöglich verwirklichen kann. Ein möglichst vielfältig zusammengesetzter Unterstützungskreis erweitert diesen Prozess und stellt sicher, dass auch ganz neue Impulse eine Chance bekommen.

Es gibt verschiedene Planungsformate für die Durchführung einer Persönlichen Zukunftsplanung (z. B. MAPS, PATH, Persönliche Lagebesprechung). Die verschiedenen Formate unterscheiden sich in ihrer Herangehensweise und ihrem Ablauf. Die Auswahl des Formats erfolgt in Abhängigkeit von der Persönlichkeit und der gewählten Fragestellung der planenden Person. Die verschiedenen Methoden sind miteinander individuell und kreativ kombinier- und ergänzbar.

Die eingesetzte Moderator*in ist in den Methoden der PZP ausgebildet und mit der Herangehensweise vertraut. Er/ sie fördert den positiven und lösungsorientierten Blick und sorgt dafür, dass die planende Person während des gesamten Prozesses im Mittelpunkt steht. Die Moderation handelt während des laufenden Prozesses parteilich für die planende Person. Der Einsatz eines Moderationstandems ist sehr förderlich. Die eine Person hat dabei die Aufgabe alle Anwesenden zu Wort kommen zu lassen und gute Rahmenbedingungen zum Planen zu gestalten. Die andere Person zeichnet und schreibt alles auf. Üblicherweise bewegt sich der Zeitrahmen für ein Planungsfest zwischen 2 Stunden und einem Tag.

Nach einem Planungstreffen sind die Ergebnisse visualisiert und dokumentiert. Es kann ein Verantwortlicher benannt werden, der gemeinsam mit der planenden Person die Umsetzung der getroffenen Vereinbarungen verfolgen soll.

Persönliche Zukunftsplanung kann für alle Menschen hilfreich sein, die über sich und ihre Zukunft nachdenken, Pläne erstellen und diese in gangbare Schritte verwandeln wollen. Dies ist unabhängig von Alter, Geschlecht, kulturellem Hintergrund, Behinderung etc..

5. Angewandte Methoden

In der PZP gibt es eine Vielzahl von Methoden, deren wesentliches Element der personenzentrierte Ansatz ist. Dabei stehen nicht die einzelnen Methoden im Vordergrund, sondern die Grundhaltung, gemeinsam und kreativ gute Ideen zu entwickeln und einen Plan für eine lebenswerte Zukunft und Teilhabe in allen Lebensbereichen zu schmieden. Neben den kleinen Methoden wie der Arbeit mit Kartensets, Arbeitsblättern, Planungsbüchern und den sogenannten Mini-Methoden gibt es die umfangreicheren Planungsmethoden, die zumeist mit Hilfe eines Unterstützungskreises (circle of friends, circle of supports) durchgeführt werden. Zu den großen Planungsmethoden zählen vor allem 3 Formate:

- die Persönliche Lagebesprechung (personal review meeting)
- PATH (Planning Alternative Tomorrows With Hope) und
- MAP (Making Action Plan)

5.1 Persönliche Lagebesprechung

Die Persönliche Lagebesprechung ist ein personenzentriertes Planungsformat. Sie eignet sich gut dazu, einen schnellen Überblick über die aktuelle Situation zu bekommen, wichtige Themen herauszufiltern und erste Schritte zu planen. Die Stärke dieser Methode besteht darin, dass mit ihrer Hilfe die Situation aus verschiedenen Perspektiven erfasst wird.

Die Persönliche Lagebesprechung wurde von Helen Sanderson entwickelt. Sie kann mit der planenden Person in einem Unterstützungskreis oder mit einer Gruppe von Personen durchgeführt werden.

Der Prozess sollte mindestens von einer Moderator*in begleitet werden. Wünschenswert ist eine zweite Person, die das Wesentliche schriftlich festhält und kleine Zeichnungen hinzufügt.

Die Persönliche Lagebesprechung besteht aus neun Elementen, die auf neun Plakaten zusammengetragen werden:

P1: Wer ist da? P2: Gesprächsregeln P3: Was wir an ... *Name* schätzen und mögen P4: Was läuft gut? Was läuft nicht gut? P5: Offene Fragen-Probleme die gelöst werden müssen P6: Was ist ...*Name* jetzt wichtig? P7: Was ist ...*Name* in Zukunft wichtig? P8: Was braucht...*Name* , um gesund und sicher zu sein? P9: Aktionsplan.

Diese Plakate werden im Raum aufgehängt. Die Lagebesprechung dauert mindestens anderthalb bis zwei Stunden. Wenn diese Zeit nicht zur Verfügung steht, kann eine kürzere Version mit 6 Fragen gewählt werden. Mit dieser Variante kann herausgefunden werden, was zurzeit gut läuft und was nicht, und anschließend die verschiedenen Perspektiven. Diese Version hat einen Zeitbedarf von mindestens einer Stunde.

Der Prozess gliedert sich in drei Phasen (nach SANDERSON/ MATHIESEN 2003):

- Ankommen und orientieren
- Ideen zusammentragen
- Aktionsplan erstellen

Außerdem sollte mindestens eine Person festgelegt werden, die für die Umsetzung des Aktionsplans verantwortlich ist. Die planende Person sollte, soweit möglich und sinnvoll, in die Umsetzung des Aktionsplans einbezogen werden und diesen unterstützen.

Am Ende der Persönlichen Lagebesprechung bilanziert die Moderator*in mit den Teilnehmenden den Prozess und lotet das Verbesserungspotential aus.

5.2 MAP (Making Action Plan)

MAP teilt sich in sechs aufeinander folgende Schritte (eingeleitet von der Begrüßung, Vorstellung der Anwesenden und der Methode) auf:

I. Die Geschichte – drei bedeutsame Geschichten aus dem Leben der im Mittelpunkt stehenden Person werden erzählt und bilden die Grundlage für den weiteren Verlauf

II. Traum/ Träume der betreffenden Person

III. Albträume der betreffenden Person

IV. Die Gaben – (positive) Eigenschaften und die Besonderheit der betreffenden Person, ihre Fähigkeiten, Begabungen, Stärken und Vorlieben

V. Was braucht es? – Bedingungen für die Verwirklichung der Träume

VI. Der Aktionsplan – in dem beschlossen wird, was die Anwesenden zur Verwirklichung der Träume beitragen können

5.3 PATH (Planning Alternative Tomorrows With Hope)

PATH beschreibt als Methode einen konkreten Ablauf, über Visualisierung der Wünsche und Zielsetzungen zur Konkretisierung von Veränderungen zu kommen. Abschließend wird ein Verantwortlicher aus dem Unterstützerkreis benannt, der als sogenannter Agent den weiteren Ablauf des Prozesses im Kontakt mit den Unterstützern im Auge behält und an die betreffende Person zurückmeldet. Wichtig für einen konstruktiven Verlauf ist weiterhin eine Moderator*in, der/ die das Verfahren strukturiert und vorantreibt. Mit Blick auf die oft eingeschränkten kognitiven Fähigkeiten oder Sinnesbeeinträchtigungen der Ratsuchenden ist durchgängig auf eine bildhafte Dokumentation des Gesprächs und der Ergebnisse zu achten. Der endgültige Plan kann in jeder denkbaren Form erstellt werden, zu der die betreffende Person einen Zugang hat: als Text, Zeichnung oder mündlicher Plan, der auf einen Tonträger aufgenommen wird. Die so erstellten Pläne können geändert werden, wenn die betreffende Person Änderungen vornehmen möchte oder ein Ziel erreicht wurde.

6. Berührungspunkte zwischen persönlicher Zukunftsplanung und Peer Counseling

Was ist Peer Counseling?

Peer Counseling (Beratung von Menschen mit Behinderung für Menschen mit Behinderung) wird häufig als die pädagogische Methode der „Selbstbestimmt-Leben-Bewegung“ bezeichnet. Grundgedanke des Peer Counseling ist, Ratsuchende mit Behinderung zu unterstützen, eigene Problemlösungen zu entwickeln und sie in ihrem Selbstwertgefühl zu stärken. Dadurch dass die Berater*in selbst behindert ist, kann sich eine größere Vertrauensbasis entwickeln und eine Vorbildrolle wahrgenommen werden. Diese Modellrolle kann sich bei den Ratsuchenden mit Behinderung motivierend auf die Lösung der eigenen Probleme auswirken. Durch Gespräche auf „Augenhöhe“ treffen Lösungsansätze auf mehr Akzeptanz bei den Ratsuchenden. Darüber hinaus erkennen die Ratsuchenden hier häufig, dass sie ihre Problematik nicht nur individuell beeinträchtigt, sondern vielleicht auch eine gesellschaftliche Relevanz hat, die eine politische Lösung verlangt.

Die Wurzeln der Entstehungsgeschichte beider Konzepte liegen in den USA. Der Beginn des Peer Counseling ist auf die Mitte der sechziger Jahre an der Universität Berkeley

datiert. Studierende mit Behinderung trafen sich dort regelmäßig, um sich über ihr Studium, Diskriminierungen und den Umgang mit Ausgrenzungserfahrungen auszutauschen. Über die Jahre griffen immer mehr Menschen mit Behinderung die Idee auf, durch das Teilen von Erfahrungen, anteilnehmende Unterstützung zu geben und zu erfahren. Die PZP entstand deutlich später, nämlich in den achtziger Jahren, und knüpfte an den Erfolgen des Peer Counseling durch die Selbstbestimmt-Leben-Bewegung an.

Ein wesentliches Unterscheidungsmerkmal zwischen den beiden Konzepten ist der Unterstützerkreis bei der PZP, der dem Ratsuchenden begleitend zur Seite steht. Um die planende Person bildet sich ein Kreis von Personen, die ein Interesse an dieser Person und ihren Ideen, Träumen und Zukunftswünschen hat. Im Gegensatz dazu findet das Peer Counseling als Einzelberatung statt.

Methodisch ist die Persönliche Zukunftsplanung von einer groben Prozessstruktur, einem flexibel anzuwendenden „Fahrplan“ gekennzeichnet, in dem bestimmte Elemente mit dem Klienten/der Klientin bearbeitet werden. Die Ratsuchenden sollen selbstbestimmt, kreativ und gestärkt die eigene Zukunft gestalten. Anhand von Träumen, Wünschen und Visionen wird eine „gute Zukunft“ entworfen. Daraus werden realistische Ziele entwickelt, die dann mit dem eigenen Unterstützerkreis Schritt für Schritt (Aktionsplan), umgesetzt werden. Die eingesetzten Moderator*innen zeichnen sich durch eine wertschätzende Grundhaltung aus und arbeiten ressourcenorientiert. In Vorbereitung auf ein Planungsfest findet ein Vorgespräch statt. Zum Abschluss werden Planung und Realisierung in Rahmen eines Gesprächs ausgewertet.

Dem gegenüber unterliegt das Peer Counseling, bei Betrachtung des Gesamtprozesses, keinem festgelegten Ablauf. Die Fähigkeit zur Lösung des Problems wird im Ratsuchenden selbst gesehen. Der Berater unterstützt die Ratsuchenden, im Rahmen von Beratungsgesprächen, selbst zu einer Lösung zu gelangen.

Eine elementare Voraussetzung für die Persönliche Zukunftsplanung wie auch für die Peer Beratung ist eine wertschätzende Grundhaltung. Hier werden Gemeinsamkeiten zwischen den beiden Methoden sichtbar: die Person steht im Mittelpunkt. Auf dieser Grundlage, ist das Ziel, die eigenen Ressourcen zu stärken und mehr Selbstbestimmung zu ermöglichen. Beide Methoden sind ressourcenorientiert und fördern gleichermaßen Selbstbestimmung und Empowerment. Sie leisten damit beide einen wichtigen Beitrag für die verbesserte gesellschaftlichen Teilhabe von Menschen mit Behinderung.

7. Besondere Eignung als „Werkzeug“ in der EUTB-Beratung

Was ist EUTB?

Die **Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung** wurde mit dem Bundesteilhabegesetz (BTHG) geschaffen. Sie wird auf Grundlage des § 32 Neuntes Buch Sozialgesetzbuch (SGB IX) vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert. Bundesweit sind rund 500 Beratungsstellen zu finden. Das Angebot wurde aus der Perspektive der Betroffenen für Betroffene erstellt, denn sie sind Expert*innen in eigener Sache, wenn es um Rehabilitation und Teilhabe am Leben der Gesellschaft geht. Hier besteht die Möglichkeit, sich bereits im Vorfeld eines Antrages zu Leistungen der Rehabilitation und Teilhabe unabhängig von Träger- und Leistungserbringern umfassend informieren und beraten zu lassen. Die Beratung ist kostenfrei und erfolgt auf „Augenhöhe“.

Beratungsanliegen im Rahmen der EUTB-Beratung sind vielfältig. Ratsuchende befinden sich häufig in einer herausfordernden Lebenssituation, stoßen nicht selten mit ihren Bedürfnissen und Vorstellungen an die Grenzen des etablierten Systems, möchten Zukunftsideen und neue Perspektiven entwickeln oder sich auf die Teilhabeplanung im Sinne des Bundesteilhabegesetzes vorbereiten.

Der „Werkzeugkasten“ der Persönlichen Zukunftsplanung bietet eine Vielzahl an Methoden um Veränderungen im Leben einer Person zu planen und Unterstützung für diesen Prozess zu organisieren.

Für den Beratungsalltag eignen sich sowohl kleine Methoden personenzentrierten Denkens, Planens und Handelns (sogenannte Mini-Methoden) aber auch Teilelemente aus den großen Formaten der PZP:

- Stärken und Möglichkeiten erkunden
- Träume, Wünsche und Wille als Motor
- Welche Menschen können hilfreich sein?
- Was läuft gut? Was läuft nicht gut?
- Aktionsplan erstellen – von der Vision schrittweise zum Ziel kommen

Abhängig von der jeweiligen Beratungsaufgabe ist das entsprechende „Werkzeug“ zu wählen.

Ebenso können Elemente aus der PZP hilfreich sein, um die Bedarfsermittlung zu erleichtern und die Teilhabeplanung im Sinne des BTHG vorzubereiten und personenzentriert zu gestalten.

8. Fazit und Ausblick

Persönliche Zukunftsplanung kann für alle Menschen hilfreich sein, die über sich und ihre Zukunft nachdenken, Pläne schmieden und diese in gangbare Schritte verwandeln wollen. Sie ist für alle Menschen anwendbar, unabhängig von Alter, Geschlecht, kulturellem Hintergrund, Behinderung etc.. Zahlreiche Praxiserfahrungen zeugen von den vielfältigen Einsatzmöglichkeiten bei Einzelpersonen, Gruppen (z. B. Familien, Teams, Projekte) und Organisationen.

Für den EUTB-Beratungsalltag eignen sich sowohl kleine Methoden personenzentrierten Denkens, Planens und Handelns, aber auch Teilelemente aus den großen Formaten der PZP.

Die PZP kann einen Beitrag dazu leisten, für eine verbesserte Teilhabe von Menschen mit Behinderung zu sorgen und die Selbstbestimmung zu fördern.

Wünschenswert wäre eine persönliche Zukunftsplanung als Angebot, das niederschwellig für Ratsuchende erreichbar ist. Menschen, die Zukunftsziele als Orientierung für sich erarbeitet haben, können auch Phasen von Krisen besser durchstehen, da sie immer auf die Fixpunkte ihrer Zukunftsplanung zurückgreifen können. Zusätzlich haben sie durch den Unterstützerkreis hilfreiche soziale Kontakte. Eine gezielte Lebensplanung, insbesondere die Persönliche Zukunftsplanung, ermöglicht Empowerment. Sollte ein Plan A scheitern, kann Plan B oder C greifen. So können auch Leerlaufzeiten, Krisen und Rückfälle, die ein gefühltes Scheitern nach sich ziehen, vermieden werden.

Basis einer guten persönlichen Zukunftsplanung sind Moderatoren, die unabhängig und auf hohem fachlichem Niveau arbeiten. So bestehen gute Chancen, dass die Planung erfolgreich umgesetzt wird. Hierbei sollte darauf geachtet werden, nicht bürokratisch vorzugehen, da bei Anwendung eines schematischen Ablaufs die Gefahr besteht, dass die Träume des Einzelnen nicht frei entstehen, sondern an bestehende Angebote angepasst werden.

Ein qualitativvoller Prozess der Persönlichen Zukunftsplanung schafft Raum für Kreativität und innovative Ideen.

9. Literaturverzeichnis

Doose, Stefan: Interview mit Prof. Dr. Stefan Doose im Podcast Persönliche Zukunftsplanung:[Path2in.uni-bremen.de/themen/persoenliche-zukunftsplanung/]

Doose, Stefan (2019): Persönliche Zukunftsplanung - Ein gutes passendes Leben in Verbundenheit gestalten. In: Teilhabe 4/2019, Jg. 58, S 176 – 180

Emrich, Carolin (2004): Persönliche Zukunftsplanung-Konzept und kreative Methoden zur individuellen Lebens(stil)planung und/ oder Berufswegplanung, Verfügbar unter:
<http://bidok.uibk.ac.at/library/imp-29-04-emrich-zukunftsplanung.html>

www.zukunftsplanungblock.wordpress.com/2018/08/28/die-geschichte-von-persoenlicher-zukunftsplanung-im-deutschsprachigen-raum

Erklärfilm Persönliche Zukunftsplanung/youtu.be/23jALmhelrY

Meß Sarah (2018): Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen den Konzepten des Peer Counseling und der Persönlichen Zukunftsplanung, Hausarbeit im Rahmen der 14. Weiterbildung zur Peer Counselorin

Netzwerk Persönliche Zukunftsplanung: Qualitätskriterien für Persönliche Zukunftsplanung [www.persoenliche-zukunftsplanung.eu]
www.persoenliche-zukunftsplanung.eu/materialien/methoden-ueberblick.html

Netzwerk Persönliche Zukunftsplanung Südtirol: Persönliche Zukunftsplanung
<https://youtube.com/watch?v=IRWzFd6J3Q> (Video)