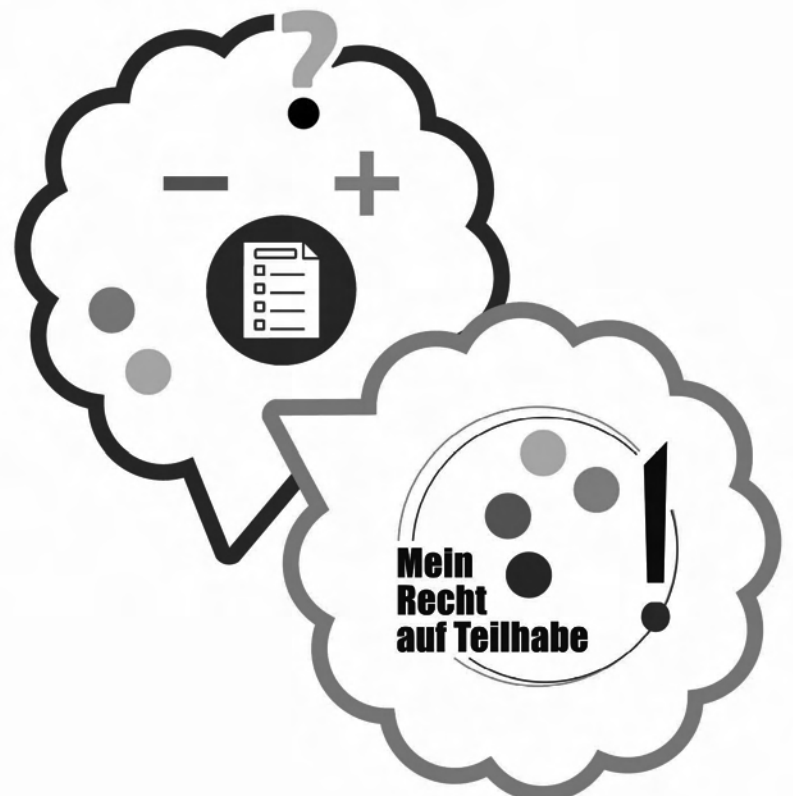


Ein Handbuch

# MEIN RECHT AUF TEILHABE!

Empowerment für  
das Teilhabe-/  
Gesamtplanverfahren



Gefördert durch die

**Aktion**  
MENSCH



**DAS IST EIN HANDBUCH IN SCHWERER  
SPRACHE MIT ARBEITSMATERIALIEN IN  
LEICHTER SPRACHE.**

Es gibt auch ein Handbuch in Leichter Sprache.

Es gibt das Handbuch auch online. Online ist es im PDF Format, barrierefrei, mit der Möglichkeit, es direkt auszufüllen.

Online gibt es auch Filme und weitere Informationen zum Projekt „Mein Recht auf Teilhabe! Empowerment für das Teilhabe-/Gesamtplanverfahren“



**Sie finden alles unter:**  
[www.beb-empowerment.de](http://www.beb-empowerment.de)



# Inhalt

<b>Grußwort</b>	<b>7</b>
<b>Einleitung</b>	<b>9</b>
Wie ist das Handbuch entstanden?	10
<b>Teil I: Einführung in das Handbuch</b>	<b>12</b>
Was will das Handbuch?	13
An wen wendet sich das Handbuch?	13
Wie ist das Handbuch aufgebaut?	13
Welche Materialien liegen vor und wie lassen sich diese jeweils nutzen?	14
• Arbeitsblätter	14
• Filme	16
• QR-Code, um zu den Videos und Filmen zu kommen	18
• Foliengestützte Präsentationen – Funktion/Nutzen	19
• Informationsmaterialien	19
<b>Lexikon</b>	<b>20</b>
<b>Wie lassen sich die Schulungsmodulare einsetzen?</b>	<b>22</b>
• Modul I „Teilhabe und Veränderungsziele“	23
Ziele des Moduls	23
Inhalte des Moduls	23
Die Folienpräsentationen	24
Arbeitsblätter	25
Videos zur Gedankenregung und Erklärfilme	27
• Modul II „Meine Bedarfe – Was brauche ich?“	28
Ziele des Moduls	28
Inhalte des Moduls	28
Die Informationsmaterial	28
Arbeitsblätter	29
Video	29
• Modul III Vorbereitung auf das Gespräch – Meine Interessen vertreten	30
Ziele des Moduls	30
Inhalte des Moduls	30
Die Folienpräsentationen	31
Arbeitsblätter	32
Erklärfilm	32

<b>Teil II: Die Schulungsmodule</b>	<b>33</b>
<b>Modul I Teilhabe und Veränderungsziele</b>	<b>34</b>
• Einführung: BTHG	34
• Teilhabe	34
Was ist eigentlich Teilhabe?	34
• Veränderungswünsche	37
• Das Sofa-Gefühl	58
• Visionboard	62
• Persönliche Zukunftsplanung	62
<b>Modul II Meine Bedarfe – Was brauche ich?</b>	<b>68</b>
• Was ist ein Bedarf? Und wie stelle ich ihn fest (Bedarfs-Ermittlung)?	68
• Warum wird die Bedarfs-Ermittlung gemacht?	69
• Meine Umwelt: Welche Umweltfaktoren helfen mir in meiner Umwelt und welche stören oder behindern mich?	91
• So finde ich heraus, was ich wann brauche	103
<b>Modul III Vorbereitung auf das Gespräch – Meine Interessen vertreten</b>	<b>132</b>
• Vorabinformationen an das Amt	132
• Einführung in gute und schwierige Gespräche	134
Was macht ein Gespräch gut und was schwierig?	134
• Vorbereitung auf das Gespräch im Gesamtplanverfahren	136
Argumente und Gegen-Argumente	136
• Ziel, Wunsch und Bedarf, Gründe dafür und dagegen, Gedanken zur Reaktion	138
• Wann breche ich das Gespräch im Gesamtplanverfahren ab?	149
• Reflexion nach dem Gespräch	151
<b>Mein Recht</b>	<b>153</b>
Die Gesamtpfankonferenz	154
Das Amt trifft eine Entscheidung über die Hilfen	154
• Die Entscheidung steht im Teilhabe- oder Gesamtplan	154
Das Amt schickt den Leistungsbescheid	155
• Wer bekommt den Leistungsbescheid?	155
• Was können Sie tun, wenn Sie rechtliche Hilfe brauchen, weil etwas nicht richtig ist?	155

# Grußwort

Anspruch des Bundesteilhabegesetzes ist es, den leistungsberechtigten Menschen mit seinen individuellen Wünschen und Bedarfen in den Mittelpunkt zu rücken. Die Leistungen sollen passgenauer werden. Alle sprechen von personenzentrierten Leistungen. Das macht deutlich, dass der einzelne Mensch im Zentrum, also im Mittelpunkt steht.

Das Gesamtplanverfahren ist der zentrale Schlüssel zu den Leistungen der Eingliederungshilfe. Menschen, die ein Recht auf Leistungen haben, durchlaufen das Gesamtplanverfahren und können darin ihr Recht auf Teilhabe einfordern und umsetzen.

Zu wissen, wie die einzelnen Schritte des Verfahrens funktionieren, und sich darauf vorzubereiten, diese zu gehen, ist deshalb enorm wichtig. Aber es ist auch schwer, all die Dinge und Erfordernisse zu bedenken, die dafür notwendig sind. Ein Recht auf Teilhabe zu haben und dieses Recht in den gewünschten Lebensbereichen ganz konkret über das Aufzeigen von Barrieren einzufordern, sind zwei unterschiedliche Dinge. Welche Assistenz und Unterstützung sie wie erhalten, hängt maßgeblich davon ab, was im Gesamtplanverfahren an Bedarfen ermittelt und festgelegt wird.

Doch ist es nicht so einfach, jemand anderem zu erklären, was man braucht, was man sich wünscht und auf welche Teilhabebarrrieren man stößt. Schon gar nicht, wenn Beteiligung vorher weniger erforderlich war. Deshalb ist es wunderbar, dass es dieses Handbuch gibt. Denn es hilft dabei, zu verstehen, was da genau passiert. Und es hilft konkret dabei, dass man mehr und mehr selbst steuern kann, was passiert. Schließlich ist „man“ genau die Person, um die sich bei der Personenzentrierung alles „drehen“ sollte. Leistungen können und sollen personenzentriert erfolgen, zugeschnitten auf jeden einzelnen Menschen und dessen konkrete Lebenssituation – mit dem Ziel, Barrieren abzubauen und konkret Teilhabe zu ermöglichen.

Der BeB setzt sich seit vielen Jahren für die Beteiligung und Mitbestimmung der Menschen mit Beeinträchtigungen ein. Im Gesamtplanverfahren liegen große Chancen für die wirkliche Verbesserung der Teilhabe von Menschen mit Beeinträchtigungen. Insbesondere deshalb, weil ihre Wünsche und Interessen weit mehr im Fokus stehen als vor der Umsetzung des Bundesteilhabegesetzes.

Aber das Verfahren birgt auch Gefahren. Es kann kompliziert sein. Es braucht Kraft, langen Atem, Selbstbewusstsein, Durchsetzungsvermögen usw. Es fordert Eigenverantwortung und manchmal Beharrlichkeit, Widerspruchsfähigkeit. Denn die beteiligten Institutionen prüfen im Rahmen des Verfahrens auch, welcher individuelle Bedarf besteht und wie dieser gedeckt werden kann. Unterschiedliche Sichtweisen und Konflikte können auftreten. Es geht schließlich auch um das Geld, das Kostenträger für die Leistungen aufwenden müssen.

Deshalb ist dieses Handbuch so wichtig. Es hilft dabei, sich Schritt für Schritt auf das Verfahren vorzubereiten – von den Rechten über Wünsche und Ziele bis hin zur Ermittlung des individu-

ellen Bedarfs und zu Fragen der Bescheidung von Leistungen. Viel wichtiger aber ist noch: Es stärkt Menschen mit Beeinträchtigungen dabei, selbstbewusster die Leistungen einzufordern, auf die sie Anspruch und Rechte haben.

Wir vom BeB finden es sehr wichtig, Menschen mit Beeinträchtigungen zu stärken und sie zu befähigen, für sich selbst und ihre Teilhabewünsche einzutreten. Empowerment wird dazu führen, dass sie und die Menschen, die sie unterstützen, die Chancen, die das Gesamtplanverfahren bietet, nutzen. Empowerment beugt möglichen einseitigen Leistungskürzungen vor, weil wir lernen, diesen entgegenzutreten, wenn sie nicht berechtigt sind.

Ich möchte mich für den gesamten Vorstand des BeB sehr herzlich bei allen Beteiligten des Projektes „Mein Recht auf Teilhabe! Empowerment für das Teilhabe-/Gesamtplanverfahren“ bedanken und seinen finanziellen Förderer: Aktion Mensch. Es ist ein überaus gelungenes Handbuch, das seine Wirkung nicht verfehlen wird – da bin ich mir sicher. Schritt für Schritt erreichen wir mehr Teilhabe!

Mit herzlichen Grüßen aus dem Vorstand des BeB

**DR. BENJAMIN BELL**

# Einleitung

Das Bundesteilhabegesetz (BTHG) will die Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderung stärken und deren volle, wirksame und gleichberechtigte Teilhabe sicherstellen. Im neu geregelten Antrags- und Teilhabe- bzw. Gesamtplanverfahren, dem Kernbereich des BTHG, machen leistungsberechtigte Personen ihre Assistenz- und Unterstützungsbedarfe nunmehr eigenständig geltend und vereinbaren mit dem Leistungsträger die notwendigen Leistungen zur Realisierung ihrer Teilhabewünsche und -bedarfe. Das BTHG setzt also auf größere Selbstbestimmung, Selbstständigkeit und Eigenverantwortung der Leistungsberechtigten. Das Ergebnis des Teilhabe-/Gesamtplanverfahrens ist von großer Bedeutung für die Qualität der Lebensführung und die Teilhabe von Menschen mit einer Behinderung.

Das neu geregelte Verfahren stellt hohe Anforderungen an die Selbstverhandlungskompetenz der leistungsberechtigten Personen. Die Anforderungen an Informationen sowie an Selbstbewusstsein bzw. Verhandlungskompetenz sind in diesen Verfahren ausschlaggebend. Damit sie ihre tatsächlichen Bedarfe an Assistenz und Unterstützung im Verfahren geltend machen können, benötigen sie neben dem Zugang zu allen für sie relevanten Informationen auch Klarheit und Selbstsicherheit, um eigene Teilhabewünsche entwickeln zu können, sowie Selbstbewusstsein und Verhandlungskompetenz, um Leistungsträgern auf Augenhöhe zu begegnen – und ggf. kompetente Unterstützung durch Vertrauenspersonen.

Hier leistet das vorliegende Handbuch einen wesentlichen Beitrag. Entstanden ist es im Projekt „Mein Recht auf Teilhabe! Empowerment für das Teilhabe-/Gesamtplanverfahren“, das der Bundesverband evangelische Behindertenhilfe (BeB) in Kooperation mit diakonischen Partnern in den Jahren 2023 bis 2025 umsetzte und das von Aktion Mensch gefördert wurde.

Im Handbuch wird aufgezeigt, wie sich leistungsberechtigte Personen der Eingliederungshilfe auf das Gesamtplanverfahren vorbereiten und wie Vertrauenspersonen sie dabei unterstützen können. Sie werden strukturiert angeleitet, eigene Teilhabewünsche und -ziele in unterschiedlichen Lebensbereichen zu entwickeln, vorhandene individuelle Ressourcen angemessen einzuschätzen und ihre Assistenz- und Unterstützungsbedarfe zu identifizieren und (schriftlich) festzuhalten, um sie dann – selbstbewusst und argumentativ stark – als individuelle Bedarfe im Teilhabe-/Gesamtplanverfahren vereinbaren bzw. geltend machen zu können.

Ein weiterer wichtiger Fokus des Handbuchs liegt in der Vermittlung von Wissen über die Teilhaberechte von Menschen mit einer Behinderung. Wenn leistungsberechtigte Personen und ihre Vertrauenspersonen diese kennen, können sie sich engagierter für sich selbst einsetzen und selbstbewusster darauf hinwirken und erreichen, dass ihre Anliegen sowie Assistenz- und Unterstützungsbedarfe gehört und erfüllt werden.

In seiner Gesamtheit leistet das Handbuch einen Beitrag, den Prozess des Teilhabe-/Gesamtplanverfahrens für leistungsberechtigte Personen und ihre Unterstützer\*innen transparenter, nachvollziehbarer und handhabbarer zu machen – von der Vorbereitung auf das Verfahren bis

hin zum Einlegen eines Widerspruchs, wenn ihnen am Ende des Verfahrens wichtige Unterstützungen, die ihnen zustehen, verwehrt werden sollten. Leistungsberechtigte Personen der Eingliederungshilfe sollen in ihrer Verhandlungskompetenz so gestärkt werden, dass sie – ggf. in Begleitung von ihnen vertrauten und kompetenten Personen – Leistungsträgern informiert und selbstbewusst auf Augenhöhe begegnen und ihre Rechtsansprüche auf Assistenz und Unterstützung selbstbewusst aushandeln können.

## Wie ist das Handbuch entstanden?

Das Handbuch ist ein Ergebnis des Projekts „Mein Recht auf Teilhabe! Empowerment für das Teilhabe-/Gesamtplanverfahren“. Das Projekt wurde über einen Zeitraum von drei Jahren (2023–2025) unter Leitung des Bundesverbandes evangelische Behindertenhilfe (BeB) gemeinsam mit diakonischen Kooperationspartnern durchgeführt und extern evaluiert. Es wurde mit Mitteln von Aktion Mensch gefördert. Mit einem Fokus auf Menschen mit Lernschwierigkeiten, psychischer Beeinträchtigung und hohem Unterstützungsbedarf sollten leistungsberechtigte Personen der Eingliederungshilfe, ihre Vertrauenspersonen und weitere Interessierte aus dem gesamten Bundesgebiet über das Teilhabe-/Gesamtplanverfahren im Rahmen des BTHG informiert und darauf vorbereitet werden. Folgende Maßnahmen wurden umgesetzt:

Barrierefreie Materialien der Information und Schulung zum Teilhabe-/Gesamtplanverfahren wurden im Zeitraum 2023 bis Mitte 2025 konzipiert. Diese wurden ab Mitte 2024 intensiv über die einschlägigen Kanäle und Medien des BeB und seiner diakonischen Kooperationspartner sowie auf zwei bundesweiten Online-Netzwerkveranstaltungen beworben. Über einen Zeitraum von einem Jahr (September 2024 bis September 2025) wurden die neuen Materialien dann in acht dreiteiligen und jeweils sechsstündigen regionalen Online-Schulungen (jeweils zwei Schulungen pro Region Nord, Ost, Süd, West) erprobt und optimiert. Mit zwei Online-Abschlussveranstaltungen im Oktober 2025 endet das Projekt. Die digitale Gestaltung aller Schulungen und Veranstaltungen machte eine bundesweite Teilnahme möglich.

Bereits im Zeitraum der Erprobung erhielten ca. 160 Teilnehmer\*innen alle für sie relevanten Informationen über das Teilhabe-/Gesamtplanverfahren. Überdies wurde mit ihnen eingeübt, wie sich leistungsberechtigte Personen inhaltlich, argumentativ und emotional auf ein Verfahren vorbereiten können und wie Vertrauenspersonen dabei helfen können („Was ist mein Recht, und was brauche ich, um meine Vorstellungen zum Lebensalltag umsetzen zu können?“). Unter den Teilnehmer\*innen waren Menschen mit Behinderung, deren Assistent\*innen, auch Familienangehörige, Vertreter\*innen von Beratungsstellen (EUTB) und Selbstvertretungsgremien der Menschen mit Behinderung in Werkstätten und Wohnanlagen sowie weitere interessierte Fachkräfte.

Das Projekt wurde in einem inklusiven und partizipativen Prozess unter Mitwirkung von Menschen mit und ohne Behinderung oder psychischer Beeinträchtigung entwickelt und durchgeführt. Eine „AG Empowerment“ konzipierte die Schulungen, erarbeitete die Materialien und

gestaltete mit Unterstützung weiterer Referent\*innen und externer Dienstleister die barrierefreien Online-Veranstaltungen.

Ein Projektbeirat unterstützte mit seiner Expertise aus den Bereichen Selbstvertretung, Leistungserbringung, Leistungsträgerschaft und Wissenschaft die „AG Empowerment“ im kritisch-konstruktiven Dialog bei der Umsetzung des Projekts. Darunter die zwei Vorstandsmitglieder des BeB Elke Ronneberger (Diakoniewerk Kloster Dobbertin gGmbH) und Nadja Abuchater-Bier (Diakonische Heimstiftung Pfalz) sowie Marion Linder, Beirat der Angehörigen und rechtlichen Betreuer\*innen im BeB. Im Beirat vertreten waren überdies Prof. Dr. Albrecht Rohrmann (Universität Siegen), Dr. Britta Schlegel (Deutsches Institut für Menschenrechte), Dr. Peter Bartmann (Diakonie Deutschland), Kirsten Ladewig (Kreisverwaltung Ostholstein), Sascha Jansen (Erster Vorsitzender der Bewohnervertretung Rotenburger Werke der Inneren Mission gGmbH) sowie Thomas Bannasch und Elisa Berg (LAG Selbsthilfe Bayern).

Eine Prüfgruppe mit Mitgliedern aus dem Bereich der Selbstvertretung von Menschen mit einer Behinderung oder einer psychischen Beeinträchtigung prüfte die Formate und Materialien und leistete einen maßgeblichen Beitrag zu ihrer barrierefreien Gestaltung. Sie setzte sich zusammen aus Zukunftslots\*innen des Projekts „Zukunftslotsen“ des Diakonischen Werks Schleswig-Holstein.

Eine externe Evaluation (Petra Pfänder, in puncto: pfaender & team GmbH, Köln) unterstützte die AG Empowerment bei der kritischen Reflexion der Umsetzung der Schulungen, der bedarfsorientierten Nachjustierung und der Sicherung der Nachhaltigkeit der Projektergebnisse.

Die Projektleitung vernetzte die Projektpartner\*innen, organisierte die Umsetzung der Schulungen und verantwortete die Projektergebnisse.

# TEIL I

## EINFÜHRUNG IN DAS HANDBUCH

Im Mittelpunkt dieses Handbuchs stehen durchgehend die Teilhabewünsche, Bedarfe, Ziele sowie die Rechte und Rechtsansprüche der Menschen mit Behinderung. Es ist darauf ausgelegt, ihnen eine klare und verständliche Anleitung zu bieten, wie sie sich strukturiert auf ihr Gesamtplanverfahren vorbereiten können. Die Sprache der Arbeitsblätter und Anleitungen ist bewusst einfach und zugänglich gehalten, um sicherzustellen, dass die Informationen für alle Nutzer\*innen leicht verständlich sind.

Das Handbuch kann auf verschiedene Weisen genutzt werden: Es ist sowohl in seiner Gesamtheit als auch in Auszügen anwendbar und dient zudem als praktisches Nachschlagewerk. Nutzer\*innen können gezielt nach den Informationen suchen, die sie benötigen, und/oder das Handbuch flexibel für ihr eigenes Gesamtplanverfahren nutzen bzw. es in den eigenen Arbeitsalltag in der Arbeit mit Menschen mit Behinderung integrieren. Die Arbeitsmaterialien sind in leichter Sprache erarbeitet.

## Was will das Handbuch?

Das Handbuch soll Nutzerinnen anleiten, die die Materialien anwenden wollen,

- a) sich als Leistungsberechtigte\*r eigenständig auf das Teilhabe-/Gesamtplanverfahren vorzubereiten und/oder
- b) leistungsberechtigte Personen bei der Vorbereitung kompetent zu beraten bzw. zu unterstützen und/oder
- c) selbst Schulungen für Interessierte und/oder Mitarbeiter\*innen der eigenen Organisation durchzuführen.

## An wen wendet sich das Handbuch?

Das Handbuch richtet sich an alle, die sich über das Verfahren informieren bzw. darauf vorbereiten wollen: Leistungsberechtigte der Eingliederungshilfe und deren Vertrauenspersonen (Assistent\*innen/Unterstützer\*innen, Familienangehörige, Freund\*innen, Bekannte), Mitglieder von Selbstvertretungsgremien der Menschen mit Behinderung (Bewohner\*innenvertretung, Werkstatträte, Frauenbeauftragte), Beratungsstellen (EUTBs), Fachkräfte in der Arbeit mit der Zielgruppe bzw. Leistungserbringer.

## Wie ist das Handbuch aufgebaut?

Die drei Module der Schulung werden vorgestellt, die das Thema strukturiert bearbeiten. Es werden Anregungen und Hilfestellungen zu ihrem Einsatz gegeben. Diese umfassen Informationen zum jeweiligen Themenschwerpunkt und vielfältige Arbeitsmaterialien zur Selbsterkundung.

# Welche Materialien liegen vor und wie lassen sich diese jeweils nutzen?

## Arbeitsblätter

Die Arbeitsblätter sind ein wertvolles Werkzeug zur Unterstützung der Selbsterkundung für Menschen mit Behinderung. Die Nutzung der Arbeitsblätter macht diesen Prozess für alle Beteiligten übersichtlicher, einfacher und schneller. Sie bieten eine klare Struktur über Teilhabewünsche, Ziele, Ressourcen und Bedarfe in Teilhabebereichen und Zeitabschnitten des Alltags sowie an besonderen Tagen. Sie helfen dabei, den Überblick über diese zu behalten. Unterstützt wird dies auch durch Beispiele und beispielhaft ausgefüllte Arbeitsblätter. Dies erleichtert die Kommunikation und Zusammenarbeit zwischen Leistungsberechtigten und Leistungsträgern und trägt dazu bei, dass Teilhabewünsche, Ziele und Bedarfe effizienter und effektiver verhandelt werden.

Ein besonderer Vorteil ist, dass leistungsberechtigte Personen die ausgefüllten Arbeitsblätter als Gedächtnisstütze zum Gespräch mitnehmen können. So ist gewährleistet, dass sie im Verlauf des Gesprächs, das viele als Stresssituation erleben, nichts Wichtiges vergessen und dass alle wesentlichen Punkte angesprochen werden. Den Unterstützer\*innen, wie auch den Mitarbeiter\*innen des Amtes, erspart es die Mühe, alles Gesagte im Kopf zu behalten, weil ihnen alle wichtigen Informationen vollständig und präzise vorliegen.

### **Die Arbeitsblätter sind vielfältig einsetzbar:**

#### A – Für Menschen mit einer Behinderung zur Selbsterkundung und Selbstreflexion

Nutzer\*innen bieten sie eine Möglichkeit, persönliche Teilhabewünsche und -ziele, die eigenen Ressourcen und ihre Assistenz- und Unterstützungsbedarfe strukturiert als Vorbereitung auf ihr Verfahren zu identifizieren, zu reflektieren und zu dokumentieren. Indem sie die Arbeitsblätter ausfüllen, können sie sich über ihre eigenen Ziele und Wünsche klarer werden und sich argumentativ sowie emotional auf das Gespräch vorbereiten. Das Ausfüllen dieser Arbeitsblätter wird durch ausgefüllte Beispiele unterstützt. Der Text wird auch durch Bilder zur Veranschaulichung ergänzt – für Nutzerinnen, die nicht oder nicht gut lesen können.

- Was wünsche ich mir?
- Welche Ziele verfolge ich?
- Was brauche ich, um mein Ziel zu erreichen?
- Was brauche ich unbedingt?

- Welche Ressourcen habe ich und wie kann ich sie einsetzen?
- Wer oder was hindert mich an der Erreichung meiner Ziele?
- Welche Rechte auf Teilhabe und Unterstützung habe ich?
- Wie kann ich mich auf das Gespräch vorbereiten?

## B – Für alle, die leistungsberechtigte Personen unterstützen bzw. ihnen assistieren

Das können gute Freund\*innen, Eltern, Frauenbeauftragte, Beiräte oder Assistent\*innen in den Werkstätten für Menschen mit Behinderung oder in der Wohnanlage ebenso wie Fachkräfte sein. Sie können bei der Selbsterkundung und beim Ausfüllen der Arbeitsblätter unterstützen und ggf. auch ergänzende oder abweichende Wahrnehmungen mit ihnen besprechen.

## C – Für den Einsatz in Schulungen

Die Arbeitsblätter bzw. eine Auswahl auch aller anderen Materialien (siehe unten) eignen sich auch für Leistungserbringer oder andere Interessierte, um vor Ort in ihrer Einrichtung eigene Fachkräfte bzw. Berater\*innen oder Leistungsberechtigte zu schulen. Damit sie auch zu diesem Zweck genutzt werden können, bleiben sie in einfacher Sprache.



**Online Quelle:**

<https://beb-empowerment.de/ssp/material/>

**Anmerkung zum Ausfüllen der Arbeitsblätter:** Es ist selten, dass die Arbeitsblätter beim ersten Ausfüllen schon vollständig sind. Das sollte auch nicht der Anspruch sein. Wer denkt schon sofort an alle Bedürfnisse und Bedarfe? Stattdessen empfehlen wir, sich die Arbeitsblätter an einen sichtbaren Ort zu legen oder zu hängen und sich Zeit zu geben, sie zu vervollständigen.

# Filme

Vier Filme wurden speziell für das Projekt entwickelt. Die Kurzfilme, mit einfacher Dramaturgie und in einfacher Sprache, eignen sich zur Veranschaulichung komplexer Sachverhalte. Sie regen zum Fragen, Nachdenken und Mitdenken an und eignen sich ideal als Impuls für eine vertiefende Auseinandersetzung – sowohl mit der eigenen Teilhabe, den Bedarfen und dem Gesamtplan als auch mit dem Gespräch im Gesamtplanverfahren. Wegen ihrer Kürze (max. etwa drei Minuten) eignen sie sich auch für Teilnehmer\*innen mit kurzer Aufmerksamkeitsspanne und lassen sich optimal und flexibel an verschiedenen Stellen der Schulungseinheiten einbauen.

Ein Erklärfilm stellt ein mögliches Gespräch zum Gesamtplanverfahren dar. Ein weiterer Film, extern zur Verfügung gestellt, zeigt, wie eine Zukunftsplanung aussehen kann. In drei Filmen wurden Menschen mit Behinderung interviewt. Diese Filme bieten den Betrachtenden besondere Möglichkeiten des Verständnisses der Sachverhalte, die im Gesamtplanverfahren relevant sind. Diese drei Filme wurden produziert von Barner 16, einem inklusiven Netzwerk professioneller Kulturproduktionen von über 100 Kunstschaaffenden mit und ohne sogenannte Behinderung.

Die Filme sind auf der Webseite des Projekts aufrufbar – auf der Startseite (Erklärfilm: *Wie ein Gespräch im Gesamtplanverfahren aussehen kann*) und unter *Materialien* (Drei Interviews zu den Fragen: *Was ist Bedarf? Was ist Gesamtplan? Was ist Teilhabe?*).

In den Videos 1, 2 und 3 werden Menschen mit Behinderung gefragt, was sie unter den Begriffen Gesamtplan, Bedarf und Teilhabe verstehen. Die Filme sollen dazu anregen, sich mit den Begriffen bzw. deren Bedeutung und Wichtigkeit auseinanderzusetzen. Ziel ist es, klarzustellen, was mit den Begriffen im Kontext des Gesamtplanverfahrens gemeint ist. Denn, wie in den Antworten der Befragten zu hören ist, kann vieles gemeint sein. Zur Klärung, wie diese Begriffe in diesem Handbuch genutzt werden, siehe unter LEXIKON.



## **Video 1: Was ist Teilhabe?**

(Dauer 3:10)

[https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16edw\\_Teilhabe\\_3.mp4](https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16edw_Teilhabe_3.mp4)



## **Video 2: Was ist ein Gesamtplan?**

(Dauer 1:08 Min)

[https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16\\_Edw\\_Gesamtplan\\_3.mp4](https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16_Edw_Gesamtplan_3.mp4)



## **Video 3: Was ist ein Bedarf?**

(Dauer 2:38 Min)

[https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16\\_Edw\\_Bedarf\\_3.mp4](https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16_Edw_Bedarf_3.mp4)

Der Erklärfilm 4 zeigt, wie eine Zukunftsplanung aussehen kann. Freundlicherweise haben wir die Erlaubnis vom Netzwerk Persönliche Zukunftsplanung e.V., diesen Film für dieses Handbuch zu nutzen. Der Film zeigt, dass eine Zukunftsplanung mit Träumen und Wünschen anfängt, wie man sich mit vertrauten Personen darüber austauschen kann und dass man diese Träume in konkrete Ziele planen und umsetzen kann.



**Erklärfilm 4: Persönliche Zukunftsplanung**

(Dauer 7:46 Min)

<https://www.persoenliche-zukunftsplanung.eu/seite/687396>

Der Erklärfilm 5 zeigt ein Gesamtplangespräch, das ausgedacht ist und von Betroffenen oft so erlebt wird. Der Film möchte Leistungsberechtigten eine Idee davon geben, wie ein Gespräch zum Gesamtplanverfahren aussehen kann, damit sie eine Vorstellung davon bekommen, weshalb es wichtig ist, sich inhaltlich und emotional auf das Gespräch vorzubereiten. Das Gespräch im Film verläuft nicht gut – das ist absichtlich so inszeniert, nicht weil jedes Gespräch schlecht verläuft, sondern um auch auf solche Situationen vorbereitet zu sein. Der Film zeigt, wie man reagieren kann, falls es so kommt. Wenn im Film von „Sachbearbeiter“ gesprochen wird, bezieht sich dies auf die pädagogische Fachkraft des Amtes (Leistungsträger).



**Erklärfilm 5: Wie ein Gesamtplanverfahren aussehen kann.**

(Dauer 3:10)

[https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/03/BeB\\_Gesamtplanverfahren\\_Erklaerfilm\\_2024\\_HQ.mp4](https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/03/BeB_Gesamtplanverfahren_Erklaerfilm_2024_HQ.mp4)

# QR-Code, um zu den Videos und Filmen zu kommen

In den Modulen sind auch QR-Codes abgebildet. Sie finden auch die Erklärung, was ein QR-Code ist, in leichter Sprache:

## **Was ist ein QR-Code?**

Ein **QR-Code** ist ein Bild mit vielen schwarzen Punkten.

Man kann es mit dem Handy fotografieren.

Dann kommt man automatisch zu einer Internet-Seite.

Manchmal braucht man dafür ein Programm:

Damit man mit diesem Bild zu einer Internet-Seite kommt.

## **Warum ist ein QR-Code gut?**

Ein QR-Code hilft, schnell Infos zu kommen

Sie müssen nichts schreiben.

Sie müssen nur Ihr Handy benutzen, indem

Sie den QR-Code scannen.

Dann bekommen Sie schnell Infos.



# Foliengestützte Präsentationen – Funktion/Nutzen

Foliengestützte Präsentationen dienen sowohl der Information als auch der Strukturierung des Themas und der Schulung. Komplexe Sachverhalte lassen sich in Bildern, Grafiken, kurzen Texten und einfachen Animationen ideal veranschaulichen und leiten Leser\*innen wie Vortragende durch das Thema. Sie sind in leichter Sprache geschrieben und können eingesetzt werden für Vorträge, Schulungen und zur Selbstinformation.

## Informationsmaterialien

Die Informationsmaterialien sind an die Arbeitsblätter angelehnt und werden als Erklärung für die Arbeitsblätter genutzt. Sie enthalten zentrale Informationen zu wichtigen Begriffen und führen in das jeweilige Bearbeitungsthema ein. Soweit rechtliche Hinweise gegeben werden, handelt es sich nur um allgemeine Informationen, die eine Beratung im Einzelfall nicht ersetzen können.

# Lexikon

## **Antrag**

Ein Gesuch, eine Forderung oder ein Vorschlag, um eine Entscheidung einer Behörde zu erreichen.

## **Bedarf**

Das in einer bestimmten Lage Benötigte.

## **Beeinträchtigung**

Konkrete Einschränkungen bei Aktivitäten in verschiedenen Lebensbereichen, mit denen betroffene Menschen konfrontiert sind.

## **Behinderung**

Wenn Beeinträchtigungen mit Barrieren so zusammenwirken, dass sie gleichberechtigte Teilhabe an der Gesellschaft einschränken.

## **BTHG**

Das Bundesteilhabegesetz.

## **Eingliederungshilfe**

Eine Sozialleistung. Sie hat die Aufgabe, eine drohende Behinderung zu verhüten, eine vorhandene Behinderung oder deren Folgen zu beseitigen bzw. zu mildern und die Menschen mit Behinderungen in die Gesellschaft einzugliedern.

## **Empowerment**

(aus dem Englischen) Ermächtigung, Stärkung oder Befähigung.

## **Gesamtplanverfahren**

Das Gesamtplanverfahren in der Eingliederungshilfe nach § 117 SGB IX ist das Verwaltungsverfahren, mit dem die Wünsche der Leistungsberechtigten Menschen mit Behinderungen aufgenommen und die Ziele sowie der individuelle Bedarf an Teilhabeleistungen ermittelt werden.

## **ICF**

Die *Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit* – International Classification of Functioning, Disability and Health – ist eine Klassifikation der Weltgesundheitsorganisation.

### **Leistungen der Teilhabe**

Sozialleistungen zur Förderung der Selbstbestimmung und vollen, wirksamen und gleichberechtigten Teilhabe am Leben in der Gesellschaft, um Benachteiligungen zu vermeiden oder ihnen entgegenzuwirken.

### **Leistungsberechtigte Personen der Eingliederungshilfe**

Leistungen der Eingliederungshilfe erhalten Menschen mit Behinderung, die wesentlich in der gleichberechtigten Teilhabe an der Gesellschaft eingeschränkt sind (wesentliche Behinderung) oder die von einer solchen wesentlichen Behinderung bedroht sind.

### **Leistungsberechtigte\*r**

Person, der Leistungen z.B. der Eingliederungshilfe zustehen.

### **Leistungserbringer**

Organisationen und Einrichtungen, die Sozialleistungen wie z.B. Eingliederungshilfe erbringen.

### **Leistungsträger**

Für Sozialleistungen wie z.B. Eingliederungshilfe zuständige Behörden.

### **Ressourcen**

Mittel, Gegebenheit wie auch Merkmal bzw. Eigenschaft, um Ziele zu verfolgen, Anforderungen zu bewältigen, spezifische Handlungen zu tätigen oder einen Vorgang zielgerecht ablaufen zu lassen.

### **SGB IX**

Das Neunte Buch Sozialgesetzbuch (SGB IX) enthält die Vorschriften zur Rehabilitation und Teilhabe von Menschen mit Behinderung in Deutschland. Mit dem SGB IX wurden das Rehabilitationsrecht und das Schwerbehindertenrecht in das Sozialgesetzbuch eingeordnet.

### **Teilhabe**

Einbezogenheit in eine Lebenssituation.

### **Teilhabeplanverfahren**

Das Teilhabeplanverfahren wird durchgeführt, wenn mehrere Leistungsträger zuständig sein können oder verschiedene Arten von Rehabilitation in Betracht kommen.

### **UN-BRK**

(*UN-Behindertenrechtskonvention*) Das „Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen“.

# Wie lassen sich die Schulungsmodule einsetzen?

Das Herzstück dieses Handbuchs bilden drei Schulungsmodule, die in Präsentationsform gestaltet sind und auch eine einfache Anwendung in Schulungen ermöglichen. Sie können jedoch auch eigenständig und autodidaktisch genutzt werden, indem man sich Schritt für Schritt an den aufeinander aufbauenden Modulen orientiert. So enthalten die Folien umfassende Informationen zum Teilhabe- bzw. Gesamtplanverfahren und Anleitungen zu den dazugehörigen Arbeitsblättern, um individuelle Ziele und Bedarfe sowie Selbstreflexion aktiv zu erarbeiten.

Im Rahmen der Vorbereitung auf das Teilhabe- oder Gesamtplanverfahren stehen Menschen mit Lernschwierigkeiten, psychischer Beeinträchtigung sowie einem hohen Unterstützungsbedarf und ihre Mitarbeitenden häufig vor vielfältigen und komplexen Fragen. Die Bearbeitung der Module unterstützt dabei nicht nur die Selbsterkundung von persönlichen Wünschen, Zielen und Bedürfnissen, sondern stärkt auch das Selbstbewusstsein und die Fähigkeit, eigenständig Entscheidungen zu treffen und diese selbstsicher im Gespräch zum Teilhabe- bzw. Gesamtplanverfahren zu vertreten.

Das Festhalten eigener Zukunftswünsche und Veränderungsziele ist ein wichtiger erster Schritt auf diesem Weg. Durch die Selbsterkundung oder im offenen Austausch mit vertrauten Personen können diese Wünsche benannt werden. Dabei wird deutlich, was den Prozess behindert und was ihn fördert. Gemeinsam lassen sich Ideen entwickeln, wie die eigenen Ziele umgesetzt werden können. Ebenso ist es wichtig, Erhaltungsziele zu formulieren.

Die Reflexion in den ersten beiden Modulen hilft dabei, die aktuelle Lebenssituation realistisch einzuschätzen und mögliche Wege aufzuzeigen, wie die angestrebten Zukunftsziele erreicht werden können. Dabei wird sichtbar, wo die Person in Bezug auf Teilhabe steht, auf welcher Ebene Bedürfnisse bestehen und was es braucht, um diese zu erfüllen. Zudem werden Bedarfe dokumentiert, die noch nicht gedeckt sind, aber auch die, die schon gedeckt sind, um einen umfassenden Überblick zu gewährleisten. Die ausgefüllten Arbeitsblätter dienen als schriftliche Dokumentation und bieten eine strukturierte Übersicht für das beteiligte Amt.

Das dritte Modul zielt darauf ab, Menschen zu stärken, auch in herausfordernden Gesprächssituationen souverän aufzutreten. Es bereitet auf Gespräche im Zusammenhang mit dem Teilhabe- und Gesamtplanverfahren vor, fördert eine selbstbewusste Haltung und vermittelt Mut. Dazu gehören auch eine umfassende Vorstellung vom Verfahren sowie Informationen zu Rechten in diesem Verfahren. Im letzten Modul werden anhand der Präsentationen und Arbeitsblätter Trainings zur Gesprächsführung durchgeführt. Abschließend bieten die Folien eine Übersicht über die Rechte im Zusammenhang mit dem Teilhabe- und Gesamtplanverfahren.

# Modul I „Teilhabe und Veränderungsziele“

## Ziele des Moduls

Die Nutzer\*innen des Moduls ...

- sind darüber informiert, weshalb es ein Gesamtplanverfahren gibt
- sind sensibilisiert für Teilhabebereiche
- bekommen Anleitungen wie sie ihre Zukunftswünsche fortlaufend erkunden können

## Inhalte des Moduls

- Einführung: Gesamtplanverfahren
  - Video: Was ist ein Gesamtplan?
- Einführung: Teilhabe
  - Video: Was ist Teilhabe?
- Veränderungsziele
  - Arbeitsblatt: Veränderungs-Wünsche und Ziele in den Lebens-Bereichen
  - Einführung in das Sofa-Gefühl, Arbeitsblatt Sofa-Gefühl und Reflexionshilfe Sofa-Gefühl
  - Erklärfilm: Persönliche Zukunftsplanung
  - Visionboard
  - Arbeitsblatt: Veränderungsziele

# Die Folienpräsentationen

Die Folienpräsentationen informieren über die Themen, die bearbeitet werden, geben Beispiele und führen in die Bearbeitung der Arbeitsblätter ein.

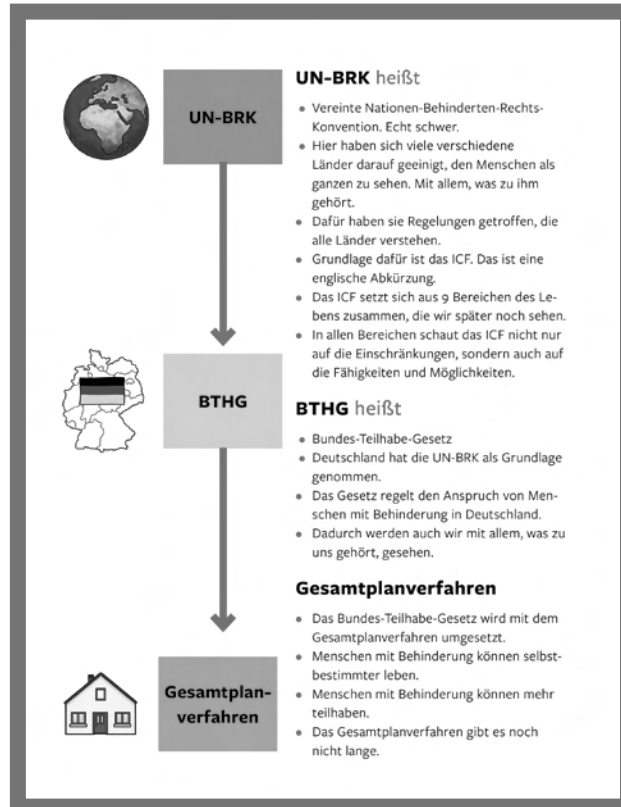
## Warum gibt es das Gesamtplanverfahren?

### Einige Informationen:

In einem Kurzvortrag werden Hintergründe des Gesamtplanverfahrens kennengelernt. Auf den Folien wird dargestellt, wie es zu dem **Gesamtplanverfahren** gekommen ist. Zentrale Begriffe und die entsprechenden Abkürzungen werden in einfachen Worten kurz erläutert (UN-BRK, BTHG, Gesamtplanverfahren).

## Was ist Teilhabe? Auseinandersetzung mit dem Begriff, Reflexion über die eigene Teilhabe mit Unterstützung von Beispielen:

Es wird in das Thema „**Teilhabe**“ eingeführt. Als Einstieg in das Thema wird aufgezeigt, welche Vorteile „Viel Teilhabe“ gegenüber „Wenig Teilhabe“ hat.





## Arbeitsblätter

Die Arbeitsblätter werden so behandelt, dass man:

- sich Gedanken zu ihnen macht
- sich mit vertrauten Menschen darüber unterhält
- sie ausfüllt

### Wie komme ich zu meinen Veränderungszielen?

**Das Sofa-Gefühl** ist eine der Herangehensweisen, um zu Veränderungswünschen und Ziele zu kommen. Es bringt in die Situation, wenn man zur Ruhe kommt, darüber nachdenkt, wonach man ein Bedürfnis hat, was man braucht, um zufrieden zu sein, was man in nächster Zeit erreichen oder ändern möchte.



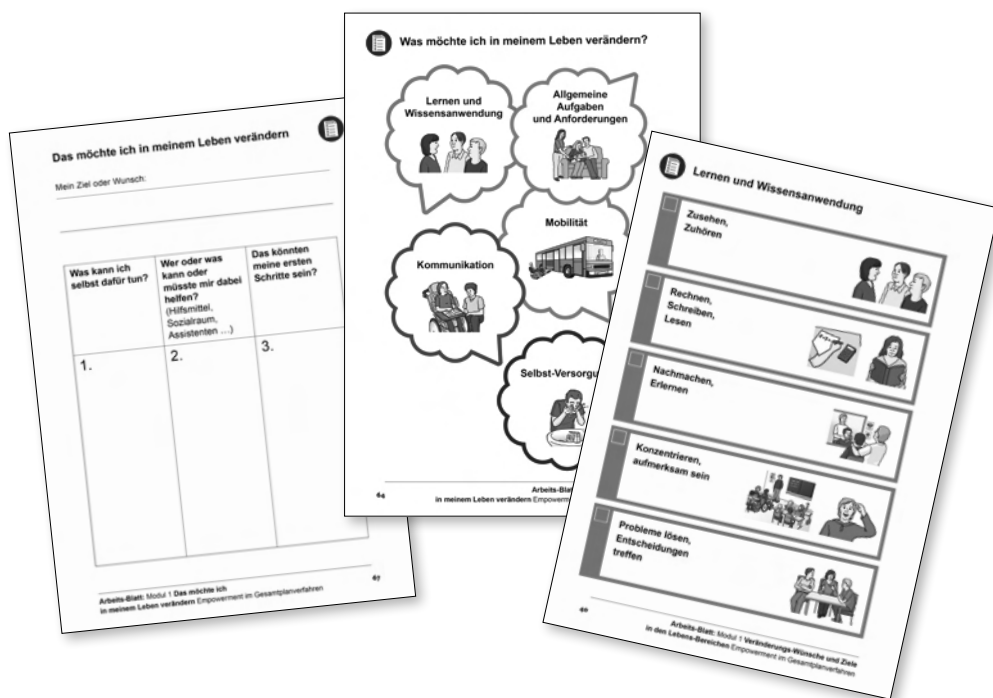
## Das Visionboard

Das **Visionboard** bietet die Möglichkeit über Bilder, auf kreative Weise, eigene Bedürfnisse zu erkunden. Die Möglichkeit, sich damit immer wieder auseinanderzusetzen und zu träumen, wird erörtert.



## Veränderungswünsche

Im **Arbeitsblatt: Das möchte ich in meinem Leben verändern** werden die im Modul 1 erarbeiteten Wünsche oder Ziele aufgeschrieben sowie Ressourcen, die man schon hat oder die man noch braucht. Für die, die man noch braucht, kann in der Spalte: Erste Schritte, aufgeschrieben werden, was zunächst unternommen wird, um diese Wünsche oder Ziele zu erreichen.



# Videos zur Gedankenanstregung und Erklärfilme

Die Videos sollen dazu anregen, sich Gedanken über die Begriffe aus dem Teilhabe-/Gesamtplanverfahren zu machen oder sie verständlich zu machen wie im Erklärfilm „Persönliche Zukunftsplanung“. Dies soll auch verständlicher machen, wie die Arbeitsblätter befüllt werden sollen.

Um zu den Filmen zu kommen können, die QR-Codes eingescannt werden.

## Was ist ein Gesamtplan?

In den **Videos** werden Menschen gefragt, was sie denken, was ein Gesamtplan ist. In einem zweiten Video, was Teilhabe ist. Es soll dazu anregen, sich Gedanken zu den Bereichen zu machen und zu verstehen, was mit den Begriffen gemeint ist. Der Erklärfilm „Persönliche Zukunftsplanung“ stellt beispielhaft dar, wie eine persönliche Zukunftsplanung ablaufen kann.



### **Video 2: Was ist ein Gesamtplan?**

(Dauer 1:08 Min)

<https://www.youtube.com/watch?v=33hL9l9zMAo>

# Modul II „Meine Bedarfe – Was brauche ich?“

## Ziele des Moduls

Die Nutzer\*innen des Moduls können folgende Fragen beantworten:

- Wie benenne ich meinen konkreten Bedarf?
- Welche Ressourcen und welche Hürden habe ich?
- Was brauche ich, um meine Ziele zu verwirklichen oder Bedarfe zu decken?
- Wann brauche ich und wie lange brauche ich die Unterstützung

## Inhalte des Moduls

- Was ist ein Bedarf?
  - Video: Bedarf?
- Warum wird eine Bedarfsermittlung gemacht?
  - In welchen Bereichen von meinem Leben brauche ich Hilfe?  
Arbeitsblatt: Hilfen in verschiedenen Lebens-Bereichen
  - Umweltfaktoren nach ICF  
Arbeitsblatt: Meine Umwelt: Was hilft und was stört
  - Umfang der Unterstützung: Arbeitsblatt: Bedarfs-Ermittlung

## Die Informationsmaterial

### **Bedarfsermittlung**

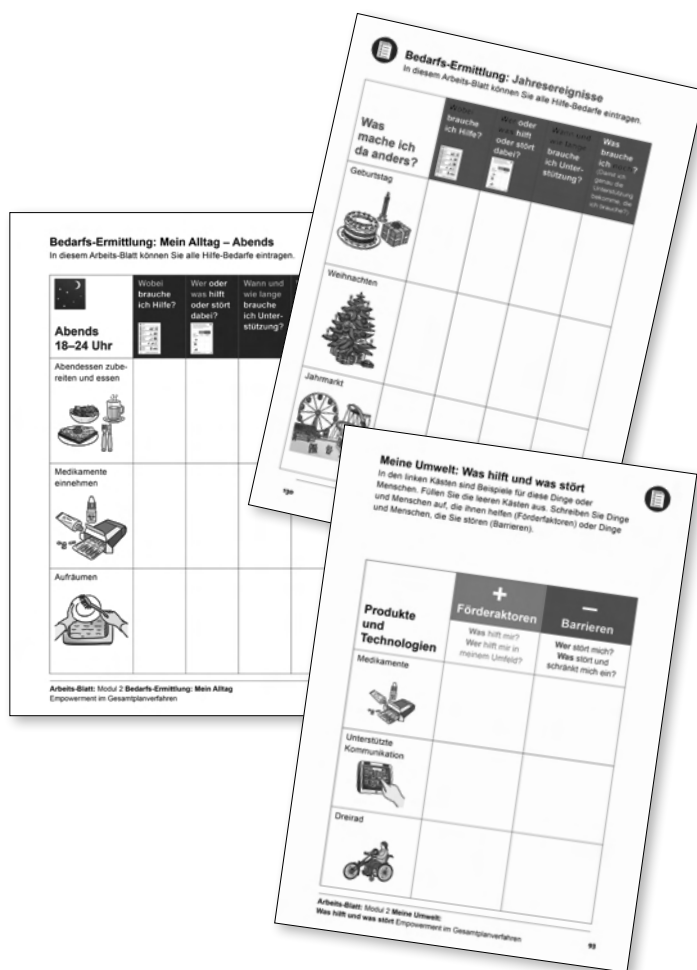
In einem Kurzvortrag wird erklärt, warum es eine Bedarfsermittlung gibt, was man durch diese bekommen kann.

# Arbeitsblätter

## Das Arbeitsblatt: Hilfen in verschiedenen Lebens-Bereichen

gibt eine Übersicht von Aktivitäten und Lebensbereichen, nach dem ICF d). In diesem Arbeitsblatt finden sich auch Beispiele, um das Ausfüllen leichter zu machen.

So finde ich heraus, was ich wann brauche. Der Umfang und die Zeiten, wann Unterstützung benötigt wird, werden hier aufgeschrieben. Es wird am besten so ausgefüllt, dass man sich parallel die schon ausgefüllten Arbeitsblätter **Meine Umwelt: Was hilft und was stört** anschaut. So bekommt man eine Übersicht über die im Modul 2 bearbeitete Bedarfsermittlung.



## Video

### Was ist ein Bedarf?

Das Video soll dazu anregen, sich Gedanken über den Begriff Bedarf zu machen. Es werden Menschen mit Behinderung im Interview gefragt, was sie unter dem Begriff verstehen. Die unterschiedlichen Antworten sollen darstellen, dass Bedarfe sehr persönlich und individuell sind.

In den Videos werden Menschen gefragt, was sie denken was ein Bedarf ist. Es soll dazu anregen, sich Gedanken zu dem Begriff zu machen und der persönlichen Bedeutung dessen, näher zu kommen.

Um zu dem Video zu kommen, kann der QR-Code eingescannt werden.



### Video 3: Was ist ein Bedarf?

(Dauer 2:38 Min)

[https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16\\_Edw\\_Bedarf\\_3.mp4](https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16_Edw_Bedarf_3.mp4)

# Modul III Vorbereitung auf das Gespräch – Meine Interessen vertreten

## Ziele des Moduls

Die Nutzer\*innen des Moduls ...

- wissen, wie sie sich stark machen für das, was sie brauchen
- lernen, wie sie argumentieren und mit Ablehnung umgehen
- lernen, wie sie überprüfen, ob das Gespräch gut war, und wissen, was sie tun können, wenn nicht
- informieren sich zu ihren Rechten und dem Verfahren im Teilhabe-/Gesamtplanverfahren

## Inhalte des Moduls

- Rückblick: Was haben wir bisher gemacht und gelernt?
- Vorabinformationen an das Amt
- Einführung: gute und schwierige Gespräche
  - Erklärfilm: BeB Gesamtplanverfahren Erklärfilm 2024
  - Was macht ein Gespräch gut und was schwierig?
  - Beispiele für ein gutes und schwierige Gespräche
- Vorbereitung auf das Gespräch im Gesamtplanverfahren
- Argumente und Gegen-Argumente
  - Wie finde ich gute Argumente für den Gesamtplan?
  - Übungs-Beispiele
- Das Ziel, der Bedarf, der Wunsch
  - Gedanken sortieren, Argumente formulieren
  - Fragen zu Gegenargumenten
- Arbeitsblatt: Ziel, Wunsch und Bedarf, Gründe dafür und dagegen, Gedanken zur Reaktion
- Gespräch abbrechen
- Reflexion nach dem Gespräch
  - Arbeitsblatt: Reflexionskarten
  - Fragebogen: Bewertung vom Gespräch

- Mein Recht
  - Die Gesamtplan-Konferenz
  - Das Amt trifft eine Entscheidung
  - Das Amt schreibt den Gesamtplan
  - Das Amt schickt den Leistungsbescheid

## Die Folienpräsentationen

Die Folienpräsentationen informieren über die Themen, die bearbeitet werden, geben Beispiele und führen in die Bearbeitung der Arbeitsblätter ein. Im Teil Mein Recht, stellen sie kurz und in leichter Sprache relevante Verfahren und Rechte dar.



### Gute und schwierige Gespräche

Es wird aufgezeigt, was ein Gespräch gut macht, bzw. was wir brauchen, um uns in einem Gespräch wohlfühlen.

### Vorbereitung auf das Gespräch

In diesem Abschnitt wird bearbeitet: was macht Argumente aus und vor allem, welche Argumente relevant sind im Gesamtplanverfahren.

### Mein Recht

In den Folien werden die wichtigsten Rechte sowie Verfahren im Gesamtplanverfahren dargestellt.

#### Schwieriges Gespräch

- Nicht vorbereitet sein
- Wenn über einen hinweg geredet wird, es wird über mich gesprochen
- Wenn auf die Argumente nicht eingegangen wird
- Wenn versucht wird, einen umzustimmen
- Auf Aussage anderer vorgegriffen ins Gespräch gehen, sich kein eigenes Bild machen
- Behinderungen oder Erkrankungen verschiedener Menschen miteinander vergleichen
- Zeitdruck
- Diskriminierung, Rassismus, Schubladen-Denken
- Vergleiche ziehen, egal in welchem Bereich, Herkunft, Behinderung, Alter, Bildung
- Herabwürdigende Haltung
- Vertrauens-Person vorher aushorchen
- Verschiedene Sachverhalte vermischen
- Keiner fühlt sich zuständig, Barriere-Freiheit zu schaffen
- Engagement wird nicht wertgeschätzt
- Nicht handeln, weil es zu kompliziert wird oder zu viel Arbeit verursacht
- Rechte und Leistungen vorenthalten



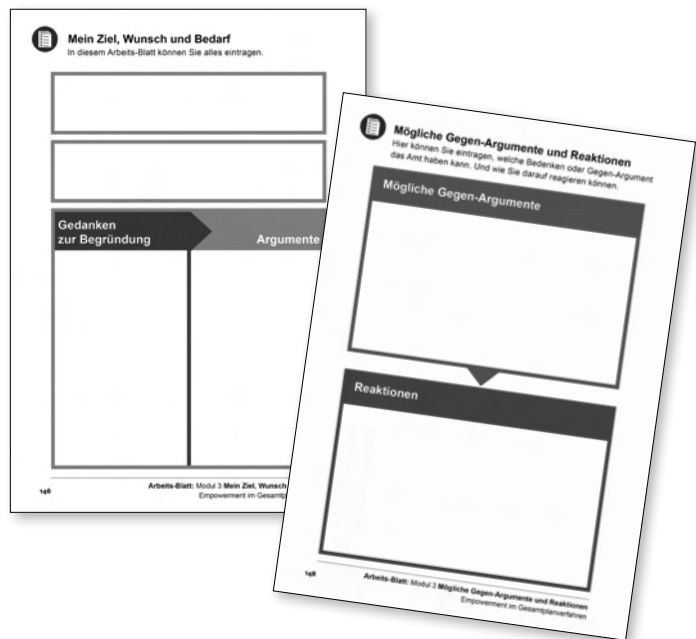
# Arbeitsblätter

Die Arbeitsblätter werden so behandelt, dass man:

- sich Gedanken zu ihnen macht
- sie ausfüllt

In den Arbeitsblättern wird festgehalten:

- Ziel, Wunsch oder Bedarf
- Gedanken zu deren Begründung
- Argumente und mögliche Gegenargumente und Reaktionen darauf



## Erklärfilm

### Wie kann ein Gespräch im Gesamtplanverfahren aussehen?

Im Erklärfilm wird beispielhaft ein gutes und ein schweres Gespräch im Gesamtplanverfahren dargestellt. Er soll eine Vorstellung davon geben, wie ein solches Gespräch aussehen kann, und in das Modul einführen.



#### Erklärfilm 5: Wie ein Gesamtplanverfahren aussehen kann.

(Dauer 3:10)

[https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/03/BeB\\_Gesamtplanverfahren\\_Erklaerfilm\\_2024\\_HQ.mp4](https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/03/BeB_Gesamtplanverfahren_Erklaerfilm_2024_HQ.mp4)

# TEIL III

## DIE SCHULUNGS- MODULE

# MODUL I

## Teilhabe und Veränderungsziele

### Einführung: BTHG

Ein Mensch ist mehr als nur krank. Für ein gutes Leben ist nicht nur die Erkrankung wichtig, sondern auch:

- Welche Fähigkeiten der Mensch hat.
- Wo und wie der Mensch lebt.
- Zu welchen Hilfen der Mensch Zugang hat.
- Was die Erkrankung für das Leben des Menschen genau bedeutet.
- Wie der Mensch sich ein gutes Leben vorstellt

Dafür hat sich auf der Welt was bewegt, das schauen wir uns mal an.

Wir haben ein Video gemacht, in dem wir Menschen gefragt haben, was ein Gesamtplan ist. Damit Sie sehen können, wie so ein Verfahren aussehen kann, können Sie den Film anschauen.

Dafür brauchen Sie ein Handy. Mit dem Handy scannen Sie den QR-Code.



#### **Video 2: Was ist ein Gesamtplan?**

(Dauer 1:08 Min)

<https://www.youtube.com/watch?v=33hL9l9zMAo>

Ein Gesamtplan kann ganz schön umfangreich sein. In diesem Handbuch bekommen Sie eine Übersicht über alles, worüber Sie sich im Rahmen des Gesamtplanverfahrens Gedanken machen sollten. Das Handbuch führt Sie Schritt für Schritt durch alle wichtigen Themen. Wir beginnen damit, dass wir uns zuerst mit dem Thema Teilhabe beschäftigen.

## Teilhabe

### **Was ist eigentlich Teilhabe?**

Wir haben uns auch Gedanken zu der Frage gemacht: Was ist eigentlich Teilhabe? Das folgende Video bietet Einblicke in die Vielfalt der möglichen, individuell relevanten Teilhabebereiche. Um das Video zu sehen, müssten Sie den QR-Code mit ihrem Handy scannen.



## UN-BRK

### UN-BRK heißt

- Vereinte Nationen-Behinderten-Rechts-Konvention. Echt schwer.
- Hier haben sich viele verschiedene Länder darauf geeinigt, den Menschen als ganzen zu sehen. Mit allem, was zu ihm gehört.
- Dafür haben sie Regelungen getroffen, die alle Länder verstehen.
- Grundlage dafür ist das ICF. Das ist eine englische Abkürzung.
- Das ICF setzt sich aus 9 Bereichen des Lebens zusammen, die wir später noch sehen.
- In allen Bereichen schaut das ICF nicht nur auf die Einschränkungen, sondern auch auf die Fähigkeiten und Möglichkeiten.



## BTHG

### BTHG heißt

- Bundes-Teilhabe-Gesetz
- Deutschland hat die UN-BRK als Grundlage genommen.
- Das Gesetz regelt den Anspruch von Menschen mit Behinderung in Deutschland.
- Dadurch werden auch wir mit allem, was zu uns gehört, gesehen.



## Gesamtplanverfahren

### Gesamtplanverfahren

- Das Bundes-Teilhabe-Gesetz wird mit dem Gesamtplanverfahren umgesetzt.
- Menschen mit Behinderung können selbstbestimmter leben.
- Menschen mit Behinderung können mehr teilhaben.
- Das Gesamtplanverfahren gibt es noch nicht lange.



### Video 1: Was ist Teilhabe?

(Dauer 3:10)

[https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16edw\\_Teilhabe\\_3.mp4](https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16edw_Teilhabe_3.mp4)

Teilhabe sagt, dass Menschen nicht wegen ihrer Behinderung oder Erkrankung ausgeschlossen werden dürfen. Manchmal ist nicht klar, wann ein Bedürfnis an Teilhabe berechtigt ist und wann nicht. Menschen sind alle unterschiedlich. Unterschiedliche Fähigkeiten, unterschiedliche Gehälter, unterschiedliche Hobbies, unterschiedliche Werte und vieles mehr. Es lohnt sich immer mal zu schauen, was können Menschen ohne Behinderung oder Erkrankung tun.

**Beispiel:** *Bei den Kosten für etwas, das speziell an eine Behinderung angepasst werden muss, kann es sein, dass man den Teil für ein unangepasstes Gerät selbst zahlen muss. Das kann zum Beispiel ein Liege-Fahrrad für Menschen im Rollstuhl sein. Nur die Differenz für die Anpassung wird dann übernommen. So hat man keinen Nachteil.*

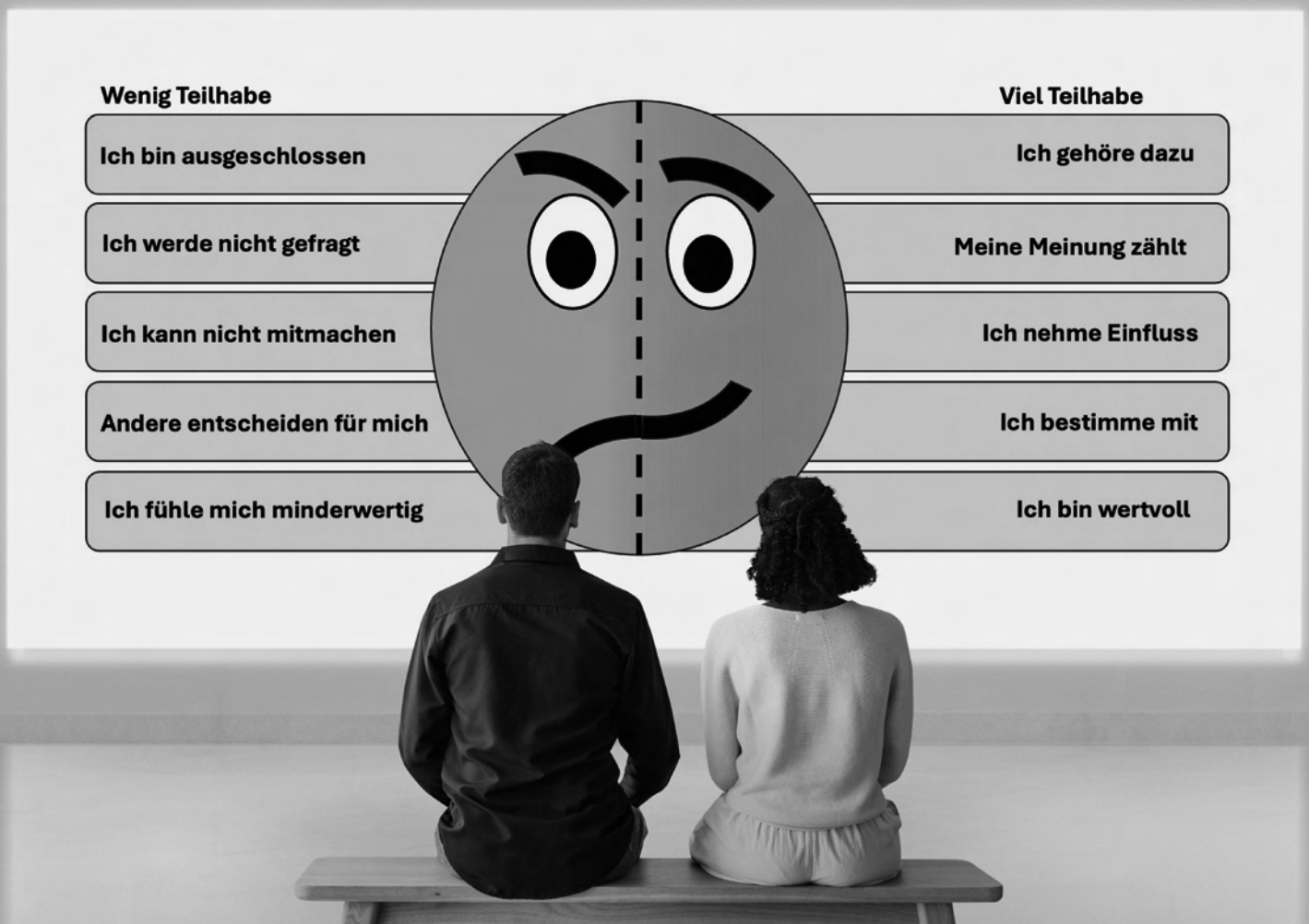
Wir hören Teilhabe meist nur im Zusammenhang mit der gesetzlichen Teilhabe. Das ist aber nicht alles. Teilhabe findet auch auf anderen Ebenen statt. Sie findet auch in der Gesellschaft statt und ganz persönlich und emotional. Im Gesetz ist geregelt, wann man Leistungen zur Teilhabe bekommt und wann nicht. Es ist ebenfalls gesetzlich geregelt, wann es im Ermessen des Kostenträgers liegt, ob und wieviel Leistung man bekommt. Das kann dann der Fall sein, wenn es um etwas geht, das sehr persönlich ist, aber einem weiterhelfen kann.

**Beispiel:** *Ute hat mehr als eine Behinderung. Aufgrund ihrer körperlichen Behinderung möchte Ute ein Fahrrad haben, das sie mit ihrer Behinderung fahren kann. Da es Ute selbstständiger macht, für viel Bewegung sorgt und mehr Unternehmungen mit ihren Freunden möglich macht, wurde ihr Antrag bewilligt.*

**Beispiel:** *Ute kann schon ganz gut zeichnen. Sie möchte aber gerne noch besser werden und an einem Kurs der Volkshoch-Schule teilnehmen. Ute ist auf einfache Sprache angewiesen und bittet am Anfang des Kurses die Leiterin und die anderen Teilnehmer darum, einfache Sätze und Worte zu benutzen. Es gibt unterschiedliche Bedenken: Es verlangsamt den Kurs oder man kann die Kunst nicht ausreichend bewerten. Ute hat das sehr getroffen. Sie hat sich aber nicht beirren lassen und diesen Kurs mit einer Assistenz gemacht, die ihr Inhalte noch einmal in einfacher Sprache erklärt hat.*

Es besteht aber auch nicht immer ein Anspruch auf Teilhabe.

**Beispiel:** *Ute wäre gerne Pilotin, sie ist aber farbenblind. Ute fühlt sich ausgeschlossen von der freien Berufswahl. Menschen sind alle unterschiedlich, sie haben verschiedene Fähigkeiten und Voraussetzungen. Auch die meisten Menschen ohne Behinderung können nicht Pilot werden.*



## Veränderungswünsche

Bei den Veränderungswünschen fragt man sich, was man in nächster Zeit im eigenen Leben erreichen oder ändern will, um eventuell auch mehr teilzuhaben.

Um an Veränderungsziele zu kommen, fängt man erstmal an zu träumen und etwas zu wünschen. Wir stellen Ihnen verschiedene Methoden vor, wie Sie zu Ihren Bedürfnissen und Ihren Wünschen und Zielen kommen. Aber auch, wie Sie planen können, diese zu erfüllen.



### **Arbeitsblatt: Veränderungs-Wünsche und Ziele in den Lebens-Bereichen**

Um eine Übersicht zu bekommen, bei welchen Aktivitäten und in welchen Lebensbereichen man eine Veränderung haben möchte, haben wir das nächste Arbeitsblatt für Sie erstellt.

Sie können ankreuzen oder kommentieren, bei welcher Aktivität Sie eine Veränderung wünschen. Diese sind Oberbegriffe und Beispiele und können ergänzt werden.

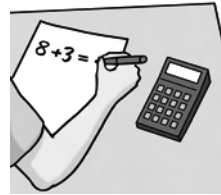


# Lernen und Wissensanwendung

Zusehen,  
Zuhören



Rechnen,  
Schreiben,  
Lesen



Nachmachen,  
Erlernen



Konzentrieren,  
aufmerksam sein



Probleme lösen,  
Entscheidungen  
treffen



Sind Sie in einem dieser Bereiche unzufrieden?  
Möchten Sie etwas verbessern oder ändern? Schreiben Sie es auf.



*Zum Beispiel: Einen Lesekurs machen.*

...

BEISPIEL

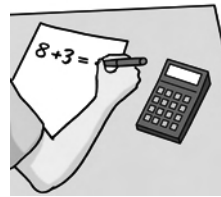


# Lernen und Wissensanwendung

**Zusehen,  
Zuhören**



**Rechnen,  
Schreiben,  
Lesen**



**Nachmachen,  
Erlernen**



**Konzentrieren,  
aufmerksam sein**



**Probleme lösen,  
Entscheidungen  
treffen**



Sind Sie in einem dieser Bereiche unzufrieden?  
Möchten Sie etwas verbessern oder ändern? Schreiben Sie es auf.



Five large, empty rectangular boxes stacked vertically, intended for writing feedback or suggestions.



# Allgemeine Anforderungen

**Allein  
Aufgaben  
übernehmen**



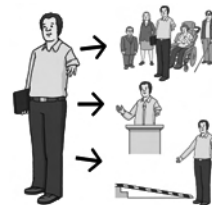
**In der Gruppe  
Aufgaben  
übernehmen**



**Regelmäßige  
Aufgaben  
planen und  
ausführen**



**Verantwortung  
tragen**



**Mit Stress  
und Krisen  
umgehen**



Sind Sie in einem dieser Bereiche unzufrieden?  
Möchten Sie etwas verbessern oder ändern? Schreiben Sie es auf.



Five large, empty rectangular boxes stacked vertically, intended for writing feedback or suggestions.



# Kommunikation

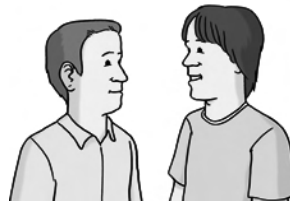
**Gesten und  
Gebärden,  
Zeichen und  
Symbole**



**Körper-Sprache**



**Sprechen,  
sich unterhalten  
Allein und  
in der Gruppe**



**Diskutieren,  
Redewendungen**



**Gebrauch von  
Kommunikations-  
geräten**



Sind Sie in einem dieser Bereiche unzufrieden?  
Möchten Sie etwas verbessern oder ändern? Schreiben Sie es auf.



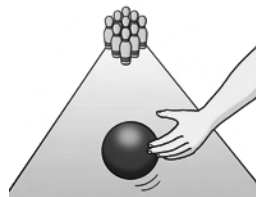


# Mobilität

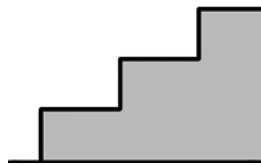
**Sich Hinlegen,  
Aufstehen,  
Setzen, Hocken,  
Stehen**



**Etwas tragen,  
werfen,  
ziehen, schieben,  
tasten**



**Treppen steigen,  
gehen auf  
verschiedenen  
Oberflächen**

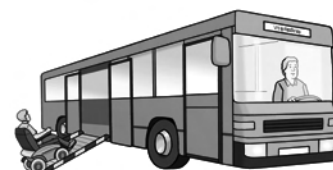


**Hilfsmittel nutzen**



Tages-Plan		
		Aufstehen
		Frühstück
		Arbeit
		Sport
		Abend-Brot
		Kino

**Öffentliche  
Verkehrsmittel,  
Taxi nutzen,  
Orte finden**



Sind Sie in einem dieser Bereiche unzufrieden?  
Möchten Sie etwas verbessern oder ändern? Schreiben Sie es auf.





# Selbst-Versorgung

**Sich waschen,  
abtrocknen  
Sich an- und  
ausziehen**



**Die Toilette  
benutzen**



**Essen und  
Trinken**



**Auf körperliche  
Gesundheit  
und Fitness  
achten**



**Für seine  
Psyche und  
Seele etwas  
Gutes tun**



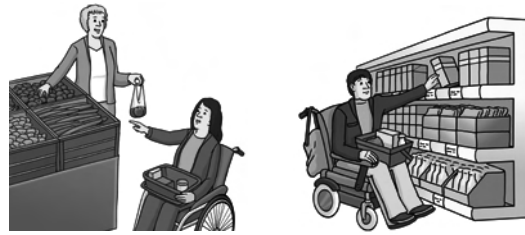
Sind Sie in einem dieser Bereiche unzufrieden?  
Möchten Sie etwas verbessern oder ändern? Schreiben Sie es auf.



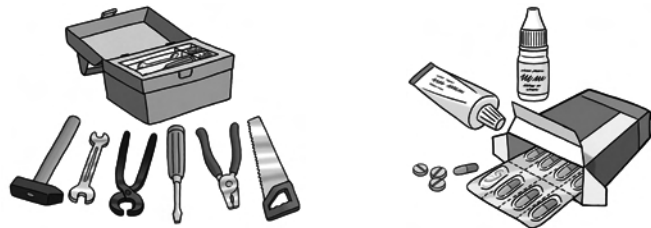


# Häusliches Leben

**Einkaufen von  
Lebensmitteln**



**Besorgungen  
machen  
z. B. Apotheke,  
Baumarkt**



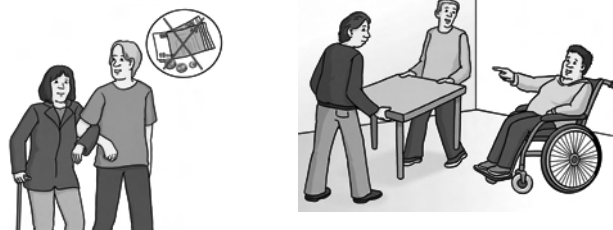
**Putzen,  
Abwaschen,  
Reparieren,  
Kochen**



**Tiere pflegen**



**Familie,  
Freunden  
oder dem  
Nachbarn helfen**



Sind Sie in einem dieser Bereiche unzufrieden?  
Möchten Sie etwas verbessern oder ändern? Schreiben Sie es auf.





# Zwischenmenschliche Beziehungen

**Respekt und  
Anerkennung  
bekommen  
und geben**



**Umgang mit  
Kritik und Streit**



**Umgang mit  
vertrauten  
und fremden  
Personen**



**Hand geben,  
umarmen  
und sexueller  
Kontakt**



**Beziehungen  
eingehen, pflegen  
und beenden**



Sind Sie in einem dieser Bereiche unzufrieden?  
Möchten Sie etwas verbessern oder ändern? Schreiben Sie es auf.

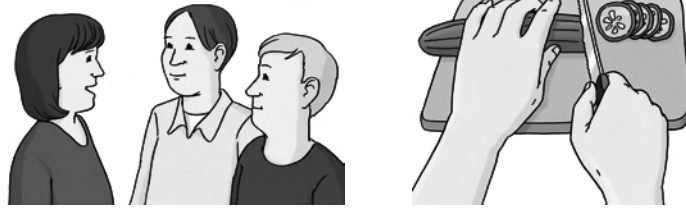


Five large, empty rectangular boxes stacked vertically, intended for writing feedback or suggestions.



# Bedeutende Lebens-Bereiche

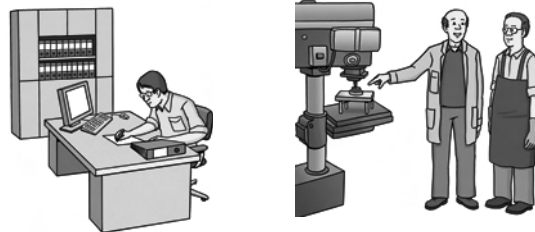
**Gehörtes  
in Tätigkeiten  
umsetzen**



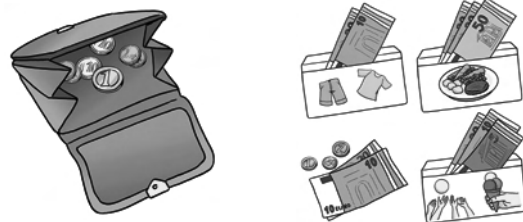
**Arbeit suchen  
und behalten**



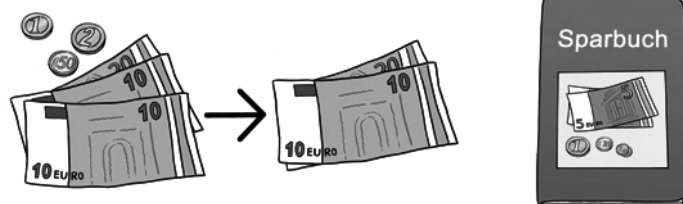
**Arbeit wechseln  
und beenden**



**Sich sein Geld  
einteilen**



**Geld ansparen**



Sind Sie in einem dieser Bereiche unzufrieden?  
Möchten Sie etwas verbessern oder ändern? Schreiben Sie es auf.





# Gemeinschaftliches und staatsbürgerliches Leben

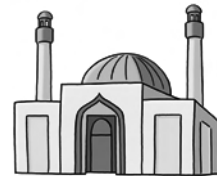
**Leben in der  
Gemeinschaft  
(Verein, Feier,  
Nachbarschaft)**



**Freizeit, Sport,  
Spiel, Hobbies,  
Kunst und  
Kultur**



**Religion**



**Selbst-  
bestimmung,  
Menschenrechte**



**Politik und  
Wahlen**



Sind Sie in einem dieser Bereiche unzufrieden?  
Möchten Sie etwas verbessern oder ändern? Schreiben Sie es auf.

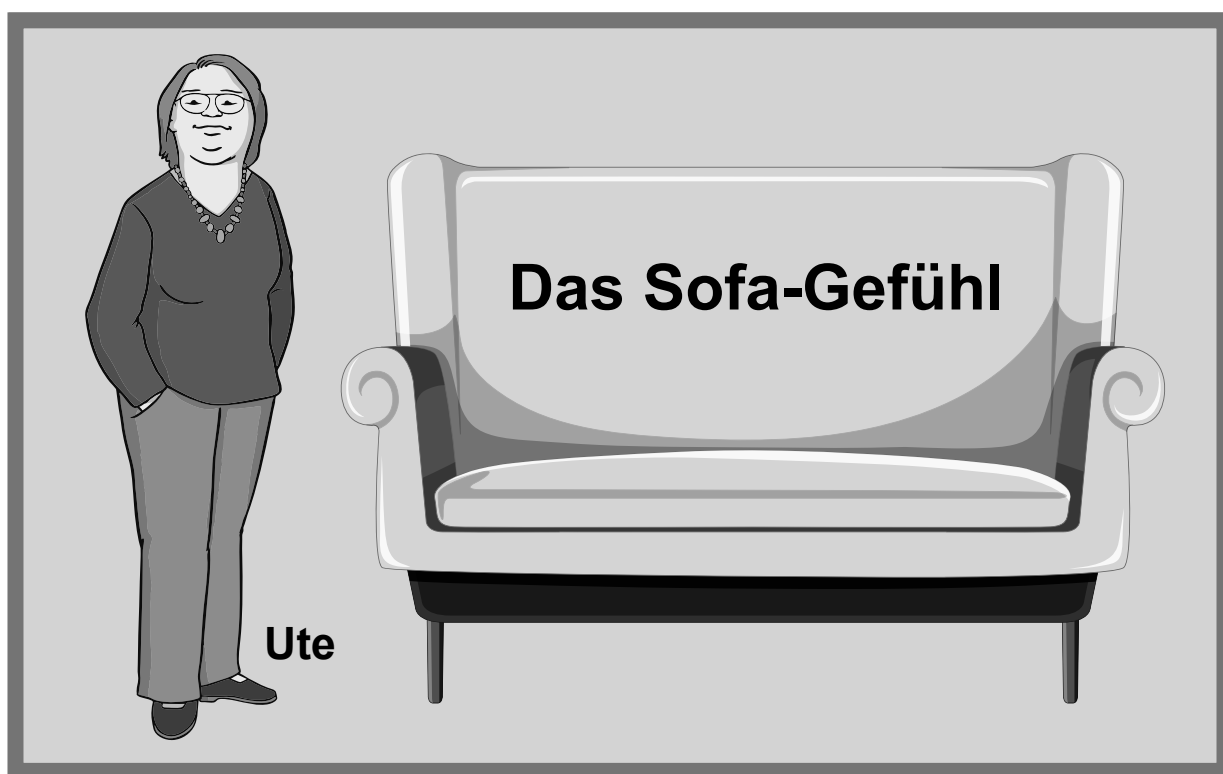


# Das Sofa-Gefühl

Sie haben jetzt ausgefüllt, bei welchen Aktivitäten und Lebensbereichen Sie eine Veränderung wünschen. Meistens kommt man nicht sofort auf alle Wünsche und Ziele. Um sich über weitere Ziele und Wünsche Gedanken zu machen, gibt es unterschiedliche Methoden.

## Hier stellen wir das Sofa-Gefühl vor:

Wenn man nach einem Tag oder einer Woche auf seinem Sofa sitzt, sollte man zur Ruhe kommen. Manchmal gehen einem aber noch Gedanken durch den Kopf. Diese Gedanken finden hier ihren Platz.



Wenn Ute den Tag vollbracht hat oder es Freitag-Abend ist, dann sitzt sie gerne entspannt auf ihrem Sofa und lässt den Tag oder die Woche ausklingen.

Wenn alles gut läuft, gehen Ute viele gute und wenig nicht gute Gedanken durch den Kopf, wenn sie auf den Tag oder die Woche zurückblickt. Das dauert aber alles nicht lange.

Manchmal bleiben Gedanken, meistens nicht so gute, und belasten Ute. Das können Sorgen sein, der Druck, etwas nicht geschafft zu haben oder ein Streit mit einer vertrauten Person.

Wenn Gedanken sie nicht loslassen, schreibt Ute sie auf. Sie bespricht sie mit ihrer ambulanten Betreuung. Meistens lassen sich diese Probleme einfach und schnell lösen, aber manchmal braucht es mehr.

Diese Gedanken zeigen auf, wo etwas nicht stimmt, etwas fehlt oder stört. Wenn sie lange anhalten, braucht Ute vielleicht Hilfe, sie zu lösen. Das können manchmal auch Hilfen zur Teilhabe sein.

**Beispiel:** *Ute arbeitet gerne. Es strengt Ute aber auch an. Zuhause schafft sie nur das Nötigste und im Verlauf der Woche sieht Ute, wie der Abwasch-Berg wächst, immer mehr Dinge rumliegen und sich immer mehr Staub ansammelt.*

*Jeden Abend fühlt sie sich schlechter damit. Druck steigt in ihr auf. Am Wochenende scheint die Hausarbeit so viel, dass es Ute Angst macht. Blockiert durch die Angst kämpft sich Ute durch die Wohnung. Sie belastet es, dass es so viel Energie kostet, dass sie kaum was mit anderen machen kann oder gar ein Hobby haben kann.*

*Sie erzählt das ihrer ambulanten Betreuung. Die rät zu einem Beratungsgespräch, um zu erfahren, ob es Hilfen gibt. Dort erfährt Ute, dass sie eine Haushalts-Hilfe bekommen könnte, die mit ihr die Hausarbeit strukturiert und Ute auch etwas entlastet. Ute bekommt nach einem Antrag diese Hilfe.*



## **Arbeitsblatt: Sofa-Gefühl**

Nutzen Sie jetzt das Arbeits-Blatt: Sofa-Gefühl. Nutzen Sie es gerne öfters und am besten dann abends oder am Wochenende. Es kann Ihnen helfen, sich besser kennen zu lernen und schneller zu erkennen, wo Probleme liegen und was außergewöhnlich gut läuft. Was ist für Sie wichtig? Zum Beispiel:

### **Fragen für das Sofa-Gefühl:**

- Wie war meine Woche?
- Was war das Beste in dieser Woche?
- Was konnte ich nicht tun, obwohl ich es wollte?
- Was war schlecht?
- Was hat mir gefehlt?
- Was hätte ich gebraucht?
- Wie sehe ich das kommende Wochenende?
- Kann ich tun, was ich will?
- Über welche Dinge denke ich noch nach?
- Wo lasse ich diese Dinge? Was mache ich damit?



## Vorschläge für verschiedene Denk-Richtungen

**Freizeit  
Arbeit  
Sport**

**Wünsche  
Träume  
Ziele**

**Partner  
Familie  
Freunde**

**Ängste  
Sorgen**

**Zufriedenheit  
Dankbarkeit**

**Stress  
Belastung**

**Spaß  
Freude**

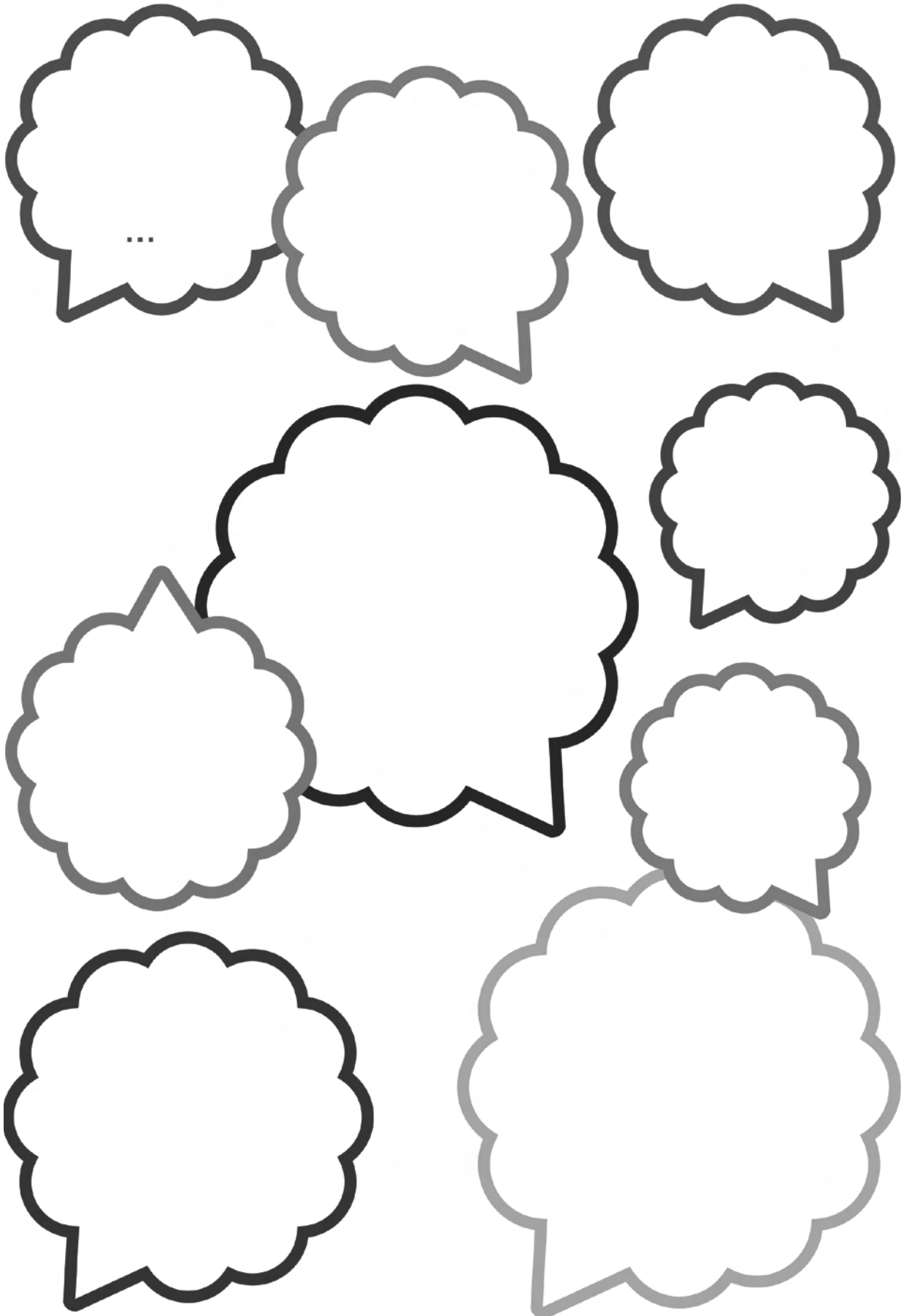
**Wohnung  
Finanzen  
Gesundheit**

**Vergangenheit  
Zukunft**

# Vorschläge für verschiedene Denk-Richtungen



Schreiben Sie in die Kreise Ihre Gedanken dazu auf:



# Visionboard

Sie arbeiten gerne mit Bildern? Um Ihre Wünsche und Träume zu erkunden, können Sie auch eins nutzen, um Ihre Wünsche und Ziele zu erfassen. Das geht so:

- Suchen Sie Bilder von Ihren Wünschen aus. Diese können Ausschnitte aus Zeitschriften sein, gemalte Bilder oder Fotos
- Nehmen Sie sich ein passendes Stück Karton oder festes Papier
- Gestalten Sie einen Hintergrund (zum Beispiel mit Geschenk-Papier) Kleben Sie jetzt Ihre Bilder auf
- Sie können auch farbiges Papier nehmen und Worte schreiben, die Ihnen wichtig sind
- Hängen Sie Ihre Vision-Board auf, wo Sie es oft sehen



# Persönliche Zukunftsplanung

## **Wer geträumt und gewünscht hat, kann jetzt auch planen.**

Eine persönliche Zukunftsplanung ist ein Prozess, bei dem eine Person gemeinsam mit einem Unterstützungskreis über ihre Zukunft nachdenkt und ihre Lebensziele definiert. Dabei steht die individuelle Lebensqualität und die Verwirklichung der eigenen Träume im Mittelpunkt. Es geht darum herauszufinden, was für die Person wichtig ist, welche Stärken sie hat und wie sie ihre Ziele erreichen kann.

### **Das geht so:**

- Die planende Person steht im Mittelpunkt und bestimmt, was für sie wichtig ist und wie ihre Zukunft aussehen soll. Die persönliche Zukunftsplanung ist ein selbstbestimmter Prozess, bei dem die planende Person die Kontrolle über ihre Lebensplanung behält.
- Die Person wird von einem Team aus Familie, Freunden und Fachleuten unterstützt, die gemeinsam an der Umsetzung der Ziele arbeiten.
- Die planende Person entwickelt eine Vision für ihre Zukunft und setzt sich konkrete Ziele, die sie erreichen möchte.

- Der Unterstützungskreis hilft dabei, die Ziele zu erreichen, indem er Unterstützung bei der Umsetzung der Pläne anbietet.
- Die persönliche Zukunftsplanung ist ein flexibler Prozess, der sich an die Bedürfnisse und Veränderungen im Leben der planenden Person anpasst.
- Die persönliche Zukunftsplanung kann in verschiedenen Lebensbereichen eingesetzt werden, z.B. bei der Berufswahl, der Wohnungssuche, der Freizeitgestaltung oder der Gestaltung sozialer Beziehungen. Sie ist ein wertvolles Instrument, um Menschen zu befähigen, ihr Leben aktiv zu gestalten und ihre Ziele zu erreichen.

Sie können eine Zukunftsplanung machen. Wie das geht, erklärt der folgende Erklärfilm zum Thema Persönliche Zukunftsplanung. Wir bedanken uns bei *Netzwerk Persönliche Zukunftsplanung e. V.* dafür, dass wir diesen Film im Handbuch mitnutzen können.



#### **Erklärfilm 4: Persönliche Zukunftsplanung**

(Dauer 7:46 Min)

<https://www.persoentliche-zukunftsplanung.eu/seite/687396>



#### **Arbeitsblatt:**

### **Das möchte ich in meinem Leben verändern**

- Das möchte ich sehr gern in meinem Leben verändern.
- Was genau möchte ich erreichen oder ändern?

#### **Um das Arbeitsblatt auszufüllen, denkt man an:**

##### **Unterstützungsbedarfe (Hilfsmittel, Assistenz & Sozialraum)**

- Und was kann ich selber dafür tun?
- Wer oder was kann oder müsste mir dabei helfen?

##### **Art und Inhalt der Maßnahmen**

- Wie soll das aussehen?
- Umfang
- Wo soll das stattfinden und wie oft?

##### **Umsetzung: Erste Schritte**

- Das könnten meine ersten Schritte sein
- Bis wann soll das passieren?



# Was möchte ich in meinem Leben verändern?

**Lernen und  
Wissensanwendung**



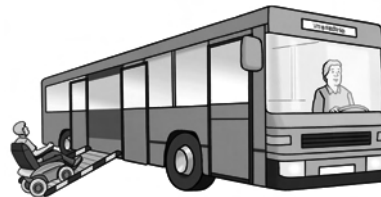
**Allgemeine  
Aufgaben  
und Anforderungen**



**Kommunikation**



**Mobilität**



**Selbst-Versorgung**





**Häusliches  
Leben**



**Zwischen-  
menschliche  
Beziehungen**



**Gemeinschaft-  
liches und staats-  
bürgerliches Leben**



**Bedeutende  
Lebens-Bereiche**



...



# Das möchte ich in meinem Leben verändern

Mein Ziel oder Wunsch:

---

*Ich möchte neue Menschen kennenlernen bei Fahrradtouren.*

---

<b>Was kann ich selbst dafür tun?</b>	<b>Wer oder was kann oder müsste mir dabei helfen?</b> (Hilfsmittel, Sozialraum, Assistenten ...)	<b>Das könnten meine ersten Schritte sein?</b>
<b>1.</b> <i>Betreuer bitten mich dabei zu unterstützen.</i>	<b>2.</b> <i>Ein Fahrrad beantragen. Organisierte Fahrradtouren in meiner Nähe finden. Erfahren ob ich mit meinem Fahrrad diese Touren machen kann.</i>	<b>3.</b> <i>Im Internet nach Fahrradtouren suchen.</i>

# Das möchte ich in meinem Leben verändern



Mein Ziel oder Wunsch:

---

---

<b>Was kann ich selbst dafür tun?</b>	<b>Wer oder was kann oder müsste mir dabei helfen?</b> (Hilfsmittel, Sozialraum, Assistenten ...)	<b>Das könnten meine ersten Schritte sein?</b>
1.	2.	3.

# MODUL II

## Meine Bedarfe – Was brauche ich?

Was ist ein Bedarf?

Und wie stelle ich ihn fest (Bedarfs-Ermittlung)?

Um der Antwort näher zu kommen, können Sie sich das Video: Bedarf anschauen.



### Video 3: Was ist ein Bedarf?

(Dauer 2:38 Min)

[https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16\\_Edw\\_Bedarf\\_3.mp4](https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/11/B16_Edw_Bedarf_3.mp4)

Es gibt viele Ideen, was Bedarf ist. **Aber was brauchen Sie für Ihr Leben? Jeder Mensch bestimmt mit, was er braucht. Sie** sind Expertinnen und Experten **Ihres** Alltags. Sie wissen am besten, was Sie brauchen. Und was Sie nicht brauchen, um so selbstständig wie möglich zu leben.

## Sie haben schon ihre Zukunftswünsche bestimmt.

### Zum Beispiel:

- eine Reise machen
- mich um mein Kind kümmern
- in einen Verein eintreten
- einen anderen Job machen
- umziehen oder
- Ruhe haben
- was anderes arbeiten
- jemand kennenlernen

Was wir jetzt machen: was so bleiben soll, wie es ist und was brauche ich noch, um meine Bedarfe zu decken. Bei der **Bedarfsermittlung** geht es konkret um Bei welchem Tun brauche ich Unterstützung?

### Zum Beispiel:

- in meiner Wohnung bleiben
- 1 mal die Woche zum Schwimmen gehen
- Einkaufen

# Warum wird die Bedarfs-Ermittlung gemacht?

## Die Unterstützung richtet sich nach dem Bedarf.

### Welche Unterstützung kann ich bekommen:

- **Hilfsmittel** (z.B. ein Rollstuhl, eine Brille, ein Sprachcomputer)
- **Assistenz** (z.B. Jemand, der mit mir einkaufen geht oder zur Behörde: Jemand, der mir etwas erklärt, oder der mir beim Baden hilft).

## Die folgenden Arbeitsblätter helfen, eine Übersicht zu bekommen:

- In welchen Lebensbereichen Sie Unterstützung brauchen oder was Sie nicht ohne Hilfe tun können.
- Was Ihnen hilft und was Sie behindert.
- Welche Unterstützung Sie wann und wie lange brauchen.



### Arbeitsblatt:

### Hilfen in verschiedenen Lebens-Bereichen

Wie finde ich heraus, bei welchen Aktivitäten und in welchen Lebensbereichen ich einen Bedarf habe? Man kann sich alle Lebensbereiche angucken und sich fragen, wobei man Hilfe braucht.

#### Da geht es zum Beispiel darum:

- Sich mit anderen zu verständigen.
- Von A nach B zu kommen.
- Wie erhalte ich meine Freundschaften.
- Wie arbeite ich.

Um einen Überblick zu bekommen, bei welchen Aktivitäten und in Lebensbereichen Sie Unterstützung brauchen, können Sie jetzt das folgende Arbeitsblatt ausfüllen.

Sie kennen dieses Arbeitsblatt aus dem ersten Modul, bei dem Sie sich Gedanken zu Veränderungswünschen in den folgenden Bereichen machen sollten. Haben Sie in einem dieser Bereiche aber einen Bedarf an Unterstützung?

Schreiben Sie ihn im folgenden Arbeitsblatt auf.

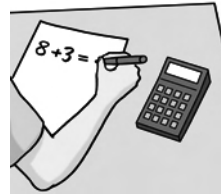


# Lernen und Wissensanwendung

**Zusehen,  
Zuhören**



**Rechnen,  
Schreiben,  
Lesen**



**Nachmachen,  
Erlernen**



**Konzentrieren,  
aufmerksam sein**



**Probleme lösen,  
Entscheidungen  
treffen**



Was können Sie nicht? In diesen Bereichen brauchen Sie Unterstützung? Schreiben Sie es auf oder kreuzen Sie an.



*Zum Beispiel: Einen Lesekurs machen.*

...

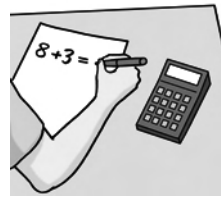


# Lernen und Wissensanwendung

**Zusehen,  
Zuhören**



**Rechnen,  
Schreiben,  
Lesen**



**Nachmachen,  
Erlernen**



**Konzentrieren,  
aufmerksam sein**



**Probleme lösen,  
Entscheidungen  
treffen**



Was können Sie nicht? In diesen Bereichen brauchen Sie Unterstützung? Schreiben Sie es auf oder kreuzen Sie an.





# Allgemeine Anforderungen

**Allein  
Aufgaben  
übernehmen**



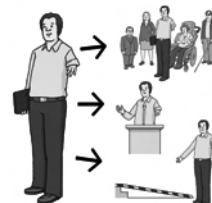
**In der Gruppe  
Aufgaben  
übernehmen**



**Regelmäßige  
Aufgaben  
planen und  
ausführen**



**Verantwortung  
tragen**



**Mit Stress  
und Krisen  
umgehen**



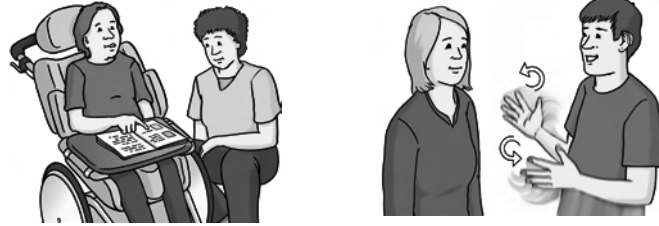
Was können Sie nicht? In diesen Bereichen brauchen Sie Unterstützung? Schreiben Sie es auf oder kreuzen Sie an.





# Kommunikation

**Gesten und  
Gebärden,  
Zeichen und  
Symbole**



**Körper-Sprache**



**Sprechen,  
sich unterhalten  
Allein und  
in der Gruppe**



**Diskutieren,  
Redewendungen**



**Gebrauch von  
Kommunikations-  
geräten**



Was können Sie nicht? In diesen Bereichen brauchen Sie Unterstützung? Schreiben Sie es auf oder kreuzen Sie an.



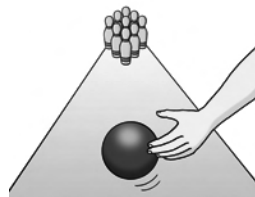


# Mobilität

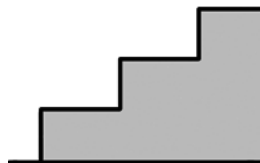
**Sich Hinlegen,  
Aufstehen,  
Setzen, Hocken,  
Stehen**



**Etwas tragen,  
werfen,  
ziehen, schieben,  
tasten**



**Treppen steigen,  
gehen auf  
verschiedenen  
Oberflächen**

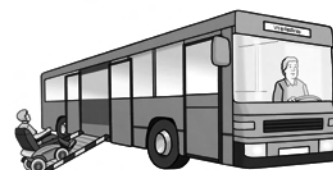


**Hilfsmittel nutzen**



Tages-Plan	
	Aufstehen
	Frühstück
	Arbeit
	Sport
	Abend-Brot
	Kino

**Öffentliche  
Verkehrsmittel,  
Taxi nutzen,  
Orte finden**



Was können Sie nicht? In diesen Bereichen brauchen Sie Unterstützung? Schreiben Sie es auf oder kreuzen Sie an.





# Selbst-Versorgung

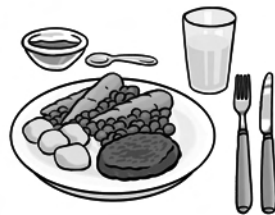
**Sich waschen,  
abtrocknen  
Sich an- und  
ausziehen**



**Die Toilette  
benutzen**



**Essen und  
Trinken**



**Auf körperliche  
Gesundheit  
und Fitness  
achten**



**Für seine  
Psyche und  
Seele etwas  
Gutes tun**



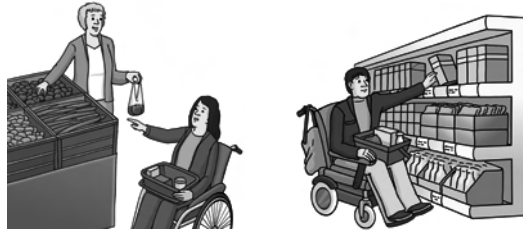
Was können Sie nicht? In diesen Bereichen brauchen Sie Unterstützung? Schreiben Sie es auf oder kreuzen Sie an.



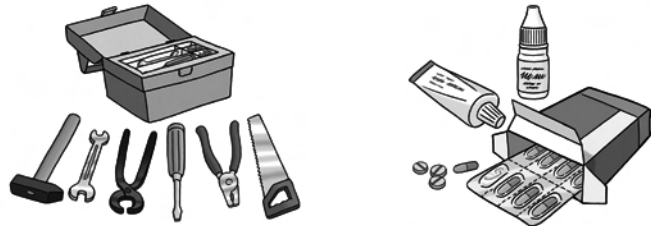


# Häusliches Leben

**Einkaufen von  
Lebensmitteln**



**Besorgungen  
machen  
z. B. Apotheke,  
Baumarkt**



**Putzen,  
Abwaschen,  
Reparieren,  
Kochen**



**Tiere pflegen**



**Familie,  
Freunden  
oder dem  
Nachbarn helfen**



Was können Sie nicht? In diesen Bereichen brauchen Sie Unterstützung? Schreiben Sie es auf oder kreuzen Sie an.





# Zwischenmenschliche Beziehungen

**Respekt und  
Anerkennung  
bekommen  
und geben**



**Umgang mit  
Kritik und Streit**



**Umgang mit  
vertrauten  
und fremden  
Personen**



**Hand geben,  
umarmen  
und sexueller  
Kontakt**



**Beziehungen  
eingehen, pflegen  
und beenden**



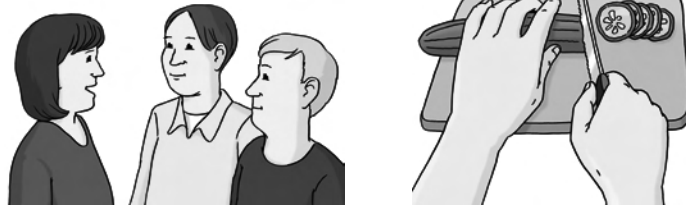
Was können Sie nicht? In diesen Bereichen brauchen Sie Unterstützung? Schreiben Sie es auf oder kreuzen Sie an.





# Bedeutende Lebens-Bereiche

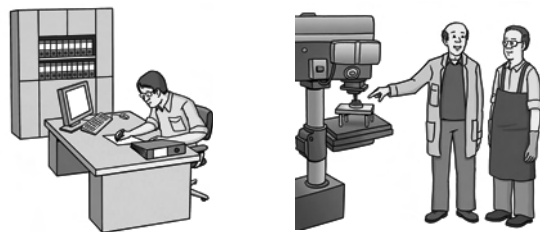
**Gehörtes  
in Tätigkeiten  
umsetzen**



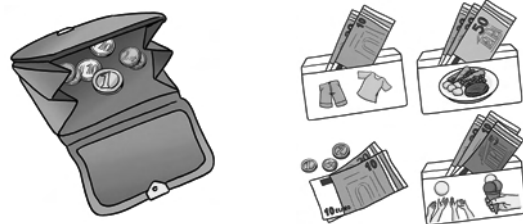
**Arbeit suchen  
und behalten**



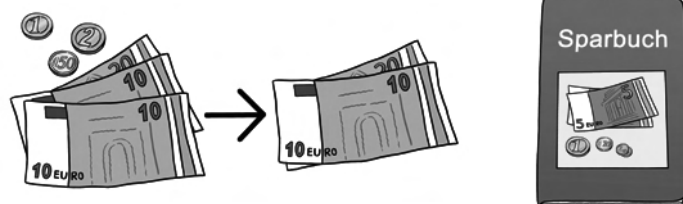
**Arbeit wechseln  
und beenden**



**Sich sein Geld  
einteilen**



**Geld ansparen**



Was können Sie nicht? In diesen Bereichen brauchen Sie Unterstützung? Schreiben Sie es auf oder kreuzen Sie an.





# Gemeinschaftliches und staatsbürgerliches Leben

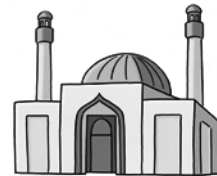
**Leben in der  
Gemeinschaft  
(Verein, Feier,  
Nachbarschaft)**



**Freizeit, Sport,  
Spiel, Hobbies,  
Kunst und  
Kultur**



**Religion**



**Selbst-  
bestimmung,  
Menschenrechte**



**Politik und  
Wahlen**



Was können Sie nicht? In diesen Bereichen brauchen Sie Unterstützung? Schreiben Sie es auf oder kreuzen Sie an.




### Meine Umwelt: Was hilft und was stört

In den linken Kästen sind Beispiele für diese Dinge oder Menschen. Füllen Sie die leeren Kästen aus. Schreiben Sie Dinge und Menschen auf, die ihnen helfen (Förderfaktoren) oder Dinge und Menschen, die Sie stören (Barrieren).

Produkte und Technologien	+	-
	Förderaktoren Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?	Barrieren Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?
Medikamente 		
Unterstützte Kommunikation 		
Dreirad 		



Arbeits-Blatt: Modul 2 Meine Umwelt:  
Was hilft und was stört Empowerment im Gesamtplanverfahren

### Meine Umwelt: Was hilft und was stört

Produkte und Technologien	+	-
	Förderaktoren Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?	Barrieren Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?
Besondere Kleidung 		
Hilfsmittel Augensteuerung		
Rolli		

Arbeits-Blatt: Modul 2 Meine Umwelt:  
Was stört Empowerment im Gesamtplanverfahren

### Meine Umwelt: Was hilft und was stört

Natürliche und vom Menschen veränderte Umwelt	+	-
	Förderaktoren Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?	Barrieren Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?
Temperatur 		
Unwetter		
Mondphasen 		
Baustelle		

Arbeits-Blatt: Modul 2 Meine Umwelt:  
Was hilft und was stört Empowerment im Gesamtplanverfahren

# Meine Umwelt: Welche Umweltfaktoren helfen mir in meiner Umwelt und welche stören oder behindern mich?

Die Umweltfaktoren sind materielle, soziale und einstellungsbezogene Einflüsse, in der Menschen leben und ihr Dasein entfalten. Sie wirken sich auf die Lebensbedingungen eines Menschen aus.

**Es gibt Dinge und Personen, die unterstützen können. Es gibt Dinge und Personen, die stören.** Manchmal helfen Personen in einer Situation. Zum Beispiel geben sie einen guten Rat. Manchmal kann die gleiche Person stören, weil sie einen zum Beispiel entmutigt.

Wenn man im Gesamtplanverfahren Unterstützung beantragt, wird man oft gefragt, wer oder was einem helfen kann. Dafür hat das ICF eine Liste von unterschiedlichen Umweltfaktoren erstellt.



## **Arbeitsblatt: Meine Umwelt: Was hilft und was stört**

Im folgenden Arbeitsblatt finden Sie diese Liste und können etwas eintragen.

Hier sind das Arbeitsblätter mit Beispielen:



## Meine Umwelt: Was hilft und was stört

In den linken Kästen sind Beispiele für diese Dinge oder Menschen. Füllen Sie die leeren Kästen aus. Schreiben Sie Dinge und Menschen auf, die ihnen helfen (Förderfaktoren) oder Dinge und Menschen, die Sie stören (Barrieren).

	+	-
	Förderaktoren	Barrieren
<b>Produkte und Technologien</b>	Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?	Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?
Medikamente 	<i>Helfen mir, mich zu konzentrieren</i>	<i>Machen mich müde</i>
Unterstützte Kommunikation 		
Dreirad 		






# Meine Umwelt: Was hilft und was stört

In den linken Kästen sind Beispiele für diese Dinge oder Menschen. Füllen Sie die leeren Kästen aus. Schreiben Sie Dinge und Menschen auf, die ihnen helfen (Förderfaktoren) oder Dinge und Menschen, die Sie stören (Barrieren).

	+	-
	<b>Förderaktoren</b>	<b>Barrieren</b>
<b>Produkte und Technologien</b>	<b>Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?</b>	<b>Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?</b>
Medikamente 		
Unterstützte Kommunikation 		
Dreirad 		



# Meine Umwelt: Was hilft und was stört


<b>Produkte und Technologien</b>	<b>+</b> <b>Förderaktoren</b>	<b>-</b> <b>Barrieren</b>
	Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?	Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?
Besondere Kleidung 		
Hilfsmittel Augensteuerung		
Rolli 		
Busse 		



<b>Natürliche und vom Menschen veränderte Umwelt</b>	<b>+</b> <b>Förderaktoren</b>	<b>—</b> <b>Barrieren</b>
	Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?	Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?
Temperatur 		
Unwetter		
Mondphasen 		
Baustelle		




## Meine Umwelt: Was hilft und was stört

Natürliche und vom Menschen veränderte Umwelt	+	—
	Förderaktoren	Barrieren
	Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?	Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?
Lautstärke 		
Park 		
Frische Luft		
...		

# Meine Umwelt: Was hilft und was stört



Unterstützung und Beziehungen	+	—
	Förderaktoren	Barrieren
<p>Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?</p>	<p>Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?</p>	
<p>Familie</p> 		
<p>Freunde</p> 		
<p>Chefin</p> 		
<p>Assistent</p> 		





# Meine Umwelt: Was hilft und was stört

<b>Unterstützung und Beziehungen</b>	<b>+</b> <b>Förderaktoren</b>	<b>-</b> <b>Barrieren</b>
	Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?	Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?
Hund/Tiere 		
Psychologin 		
Fachleute 		
...		

# Meine Umwelt: Was hilft und was stört






Einstellungen – der Familie, der Freunde, der Kollegen, Fremde	+	–
	Förderaktoren	Barrieren
	<b>Was</b> hilft mir? <b>Wer</b> hilft mir in meinem Umfeld?	<b>Wer</b> stört mich? <b>Was</b> stört und schränkt mich ein?
Zustimmung – Rückhalt – Unterstützung  		
Ablehnung – kein Zutrauen – wenig Unterstützung  		
...		
...		



# Meine Umwelt: Was hilft und was stört

Dienste, Systeme und Handlungs- grundsätze	+	—
	Förderaktoren	Barrieren
	Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?	Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?
WG-Angebote 		
Behörde, Verein 		
Grundversorgung 		
Inklusion 		



Dienste, Systeme und Handlungs- grundsätze	+	—
	Förderaktoren	Barrieren
	Was hilft mir? Wer hilft mir in meinem Umfeld?	Wer stört mich? Was stört und schränkt mich ein?
Erreichbare Ärzte  		
Zugang zur Uni  		
Dienst  		
...		

## Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Morgens

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.



	Wobei brauche ich Hilfe?	Wer oder was hilft oder stört dabei?	Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?	Was brauche ich noch? (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Morgens 6-12 Uhr</b> 				
<b>Aufstehen</b> 				
<b>Morgenhygiene</b> 				
<b>Frühstück vorbereiten</b> 				

Arbeits-Blatt: Modul 2 Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag  
Empowerment im Gesamtplanverfahren

## Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachmittags

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.



	Wobei brauche ich Hilfe?	Wer oder was hilft oder stört dabei?	Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?	Was brauche ich noch? (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Nachmittags 12-18 Uhr</b> 				
<b>Mittagessen vorbereiten</b> 				
<b>Mittagessen</b> 				
<b>Medikamente einnehmen</b> 				

Arbeits-Blatt: Modul 2 Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag  
Empowerment im Gesamtplanverfahren

109



## Bedarfs-Ermittlung: Wochenenden & Feiertage

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

Was mache ich an diesen Tagen anders?	Wobei brauche ich Hilfe?	Wer oder was hilft oder stört dabei?	Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?	Was brauche ich noch? (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Morgens 6-12 Uhr</b> 				
<b>Nachmittags 12-18 Uhr</b> 				
<b>Abends und Nachts 18-6 Uhr</b> 				

124

Arbeits-Blatt: Modul 2 Bedarfs-Ermittlung: Wochenenden & Feiertage  
Empowerment im Gesamtplanverfahren

# So finde ich heraus, was ich wann brauche

Sie haben jetzt geklärt, bei was Sie welche Unterstützung brauchen.

Sie können die vorherigen Arbeitsblätter:

**Hilfen in verschiedenen Lebens-Bereichen** und

**Meine Umwelt: Was hilft und was stört**

jetzt neben das nächste Arbeitsblatt legen, um es einfacher auszufüllen.



## Arbeitsblatt: Bedarfs-Ermittlung

Bei diesem Arbeitsblatt geht es um den Umfang der Unterstützung (**wann, wie oft und wie lange brauchen Sie eine Unterstützung**). Man kann sich auch einen normalen Tag vorstellen. Es fängt mit dem Aufwachen an. Was mache ich so am Tag? Was passiert da und wo brauche ich Hilfe? Was kann ich gut? Was kann ich nicht so gut? Oder fehlt mir etwas? Und wer ist dann da, um mir zu helfen?

**Zum Beispiel:** *Der Morgen ist wichtig. Kann ich aufstehen? Was frühstücke ich und brauche ich dabei Hilfe? Wie sehe ich aus, wenn ich meine Wohnung verlasse?*



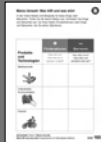


Manche Tage sind anders: Wochenende, Feiertag, bei Krankheit und Krisen, im Urlaub.

Und einmal im Jahr feiern Sie sehr gerne Karneval, Fasching oder andere Feste. Und da braucht man auch noch andere Unterstützung. Diese Hilfen schreiben Sie bitte in die Arbeitsblätter hinein.



# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Morgens

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.



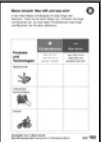



 <b>Morgens 6–12 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Aufstehen</b> 	<i>Beim Anziehen des Anzugs gegen Epilepsie morgens und abends. (Neuromo- dulations- anzug)</i>	<i>Meine Assistentin</i>	<i>Ich muss warten, bis die Assistentin um 8:30 Uhr kommt und kann vorher nichts machen</i>	<i>Eine Verlänger- ung der Assistenz- zeit ab 7:00 Uhr morgens</i>
<b>Morgenhygiene</b> 				
...				

BEISPIEL

# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Morgens





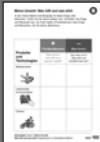



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Morgens 6–12 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b>  	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b>  	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Aufstehen</b>  				
<b>Morgenhygiene</b>  				
<b>Frühstück vorbereiten</b>  				



# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Morgens



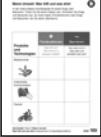
In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Morgens 6–12 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Frühstück Medikamente nehmen  				
Haushalt  				
Zur Arbeit gehen  				

# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Morgens



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Morgens 6–12 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Zur Therapie gehen (Physio, Ergo, Psycho, ...)				
...				
...				



# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachmittags

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Nachmittags 12–18 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Mittagessen vorbereiten</b>  				
<b>Mittagessen</b>  				
<b>Medikamente einnehmen</b>  	<i>Ich vergesse manchmal meine Medi- kamente zu nehmen, weil ich sehr oft etwas durchein- ander bin.</i>	<i>Meine Assistentin</i>	<i>Die ist nicht immer da.</i>	<i>Pillendose mit Alarm- funktion</i>

# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachmittags





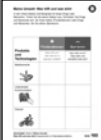



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Nachmittags 12–18 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Mittagessen vorbereiten</b>  				
<b>Mittagessen</b>  				
<b>Medikamente einnehmen</b>  				



# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachmittags



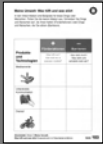


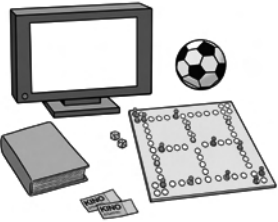
In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Nachmittags 12–18 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Aufräumen</b> 				
<b>Kaffeetrinken</b> 				
<b>Arbeit/ Beschäftigung nachgehen</b> 				

# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachmittags





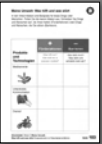



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Nachmittags 12–18 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Ehrenamt</b> 				
<b>Demonstrieren</b> 				
<b>Freizeit</b> 				



# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachmittags



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Nachmittags 12–18 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Chillen</b> 				
<b>Hobbies</b> 				
<b>Andere Leute treffen</b> 				

# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachmittags





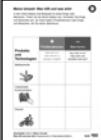



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Nachmittags 12–18 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b>  	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b>  	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Besuche machen</b>  				
<b>Besuch bekommen</b>  				
<b>Haushalt</b>  				



# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachmittags

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Nachmittags 12–18 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Einkaufen</b>  				
<b>Erledigungen</b>  				
<b>Besuch Ämter</b>  				

# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachmittags



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Nachmittags 12–18 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Besuch Ärzte, Therapien  				
...				
...				



# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Abends



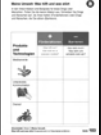



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Abends 18–24 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Abendessen zube- reiten und essen 				
Medikamente einnehmen 	<i>Ich vergesse manchmal meine Medi- kamente zu nehmen, weil ich sehr oft etwas durchein- ander bin.</i>	<i>Meine Assistentin</i>	<i>Die ist nicht immer da.</i>	<i>Pillendose mit Alarm- funktion</i>
Aufräumen 				

# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Abends



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Abends 18–24 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b>  	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b>  	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Abendessen zube- reiten und essen  				
Medikamente einnehmen  				
Aufräumen  				



# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Abends



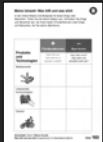



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Abends 18–24 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Ausgehen</b> 				
<b>Kontakte pflegen</b> 				
<b>Chillen</b> 				

# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Abends

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.



 <b>Abends 18–24 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b>  	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b>  	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Skypen, Gamen, ...  				
<b>Ehrenamt</b>  				
<b>Erledigungen</b>  				



# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Abends

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Abends 18–24 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Abendhygiene</b> 				
<b>Zu Bett gehen</b> 				
...				

# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachts



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.




 <b>Nachts 24–6 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b>  	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b>  	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Trinken  				
Toilettengang  	<i>Zur Toilette kommen</i>	<i>Assistenz</i>	<i>Die ganze Nacht über</i>	<i>Hilfe bei Zuruf</i>
...				

BEISPIEL



# Bedarfs-Ermittlung: Mein Alltag – Nachts

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

 <b>Nachts 24–6 Uhr</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unter- stützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Trinken</b> 				
<b>Toilettengang</b> 				
...				

# Bedarfs-Ermittlung: Wochenenden & Feiertage




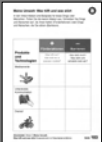



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

<b>Was mache ich an diesen Tagen anders?</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Morgens 6-12 Uhr 	<i>Glauben pflegen</i>	<i>Fahrdienst zur Kirche und zurück</i>	<i>2 Stunden</i>	
Nachmittags 12-18 Uhr 	<i>Andere Leute treffen</i>	<i>Busse fahren nur 2 Mal am Tag. Ich brauch eine Fahrdienst.</i>	<i>1 Mal pro Woche, etwa 3 Stunden</i>	<i>Einen Überblick über barrierefreie Cafés, Restaurants und öffentliche Toiletten.</i>
Abends und Nachts 18 – 6 Uhr 				



# Bedarfs-Ermittlung: Wochenenden & Feiertage


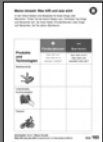



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

<b>Was mache ich an diesen Tagen anders?</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Morgens 6-12 Uhr  				
Nachmittags 12-18 Uhr  				
Abends und Nachts 18 – 6 Uhr  				

# Bedarfs-Ermittlung: Urlaub




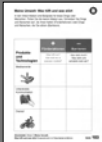



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

<b>Was mache ich im Urlaub anders?</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Morgens 6-12 Uhr 	<i>Reisen</i>	<i>Jemand der mich begleitet und Sicherheit gibt und meine Koffer tragen kann.</i>	<i>Eine Woche</i>	<i>Meinen guten Freund, der stark ist aber es sich nicht leisten kann mich unentgeltlich zu begleiten.</i>
Nachmittags 12-18 Uhr 				
Abends und Nachts 18 – 6 Uhr 	<i>Feste feiern</i>	<i>Einen barrierefreien Fahrdienst.</i>	<i>Zum Bringen und bei der Abholung.</i>	



## Bedarfs-Ermittlung: Urlaub


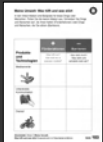



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

<b>Was mache ich im Urlaub anders?</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<p>Morgens 6-12 Uhr</p> 				
<p>Nachmittags 12-18 Uhr</p> 				
<p>Abends und Nachts 18 – 6 Uhr</p> 				

# Bedarfs-Ermittlung: Krankheit








In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

<b>Was mache ich anders, wenn ich krank bin?</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Morgens 6-12 Uhr 	<i>Müdigkeit</i>	<i>Jemanden der mir Sachen bringt.</i>	<i>2 Stunden</i>	<i>Liste mit Ehrenamtlichen, die in solchen Fällen helfen.</i>
Nachmittags 12-18 Uhr 	<i>Arztbesuch</i>	<i>Begleitung um mich ernst genommen und sicher zu fühlen.</i>	<i>Je nach Bedarf, nach Zuruf</i>	
Abends und Nachts 18 – 6 Uhr 	<i>Bei unruhigen Nächten</i>	<i>Assistenz, die mich beruhigt.</i>	<i>Nach Zuruf</i>	



# Bedarfs-Ermittlung: Krankheit





In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

<b>Was mache ich anders, wenn ich krank bin?</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Morgens 6-12 Uhr  				
Nachmittags 12-18 Uhr  				
Abends und Nachts 18 – 6 Uhr  				

# Bedarfs-Ermittlung: Jahresereignisse




In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

<b>Was mache ich da anders?</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Geburtstag</b> 	<i>Vorbereitung auf mein Geburtstagsfest (einkaufen, vorbereiten ...)</i>	<i>Meine Freundinnen und Freunde und die Familie</i>	<i>Ich kann immer nur zu Hause feiern. Kein Restaurant in der Nähe ist mit Rollstuhl zugänglich.</i>	<i>Liste mit preiswerten/ kostenfreien Orten, wo man barrierefrei feiern kann.</i>
<b>Weihnachten</b> 				
<b>Jahrmarkt</b> 				



# Bedarfs-Ermittlung: Jahresereignisse


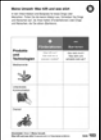

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

<b>Was mache ich da anders?</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
<b>Geburtstag</b> 				
<b>Weihnachten</b> 				
<b>Jahrmarkt</b> 				

# Bedarfs-Ermittlung: Jahresereignisse



In diesem Arbeits-Blatt können Sie alle Hilfe-Bedarfe eintragen.

<b>Was mache ich da anders?</b>	<b>Wobei brauche ich Hilfe?</b> 	<b>Wer oder was hilft oder stört dabei?</b> 	<b>Wann und wie lange brauche ich Unterstützung?</b>	<b>Was brauche ich noch?</b> (Damit ich genau die Unterstützung bekomme, die ich brauche?)
Jährliche Kontrolluntersuchung 				
...				
...				

# MODUL III

## Vorbereitung auf das Gespräch – Meine Interessen vertreten

Wahrscheinlich wurde im Antrag oder im Bericht das Ziel oder der Wunsch schon genau benannt. Vermutlich wurde auch schon eine Begründung hinzugefügt.

### **Warum ist es dennoch so wichtig, dass man gut auf das Gespräch vorbereitet ist?**

In dem Gespräch spricht man direkt mit der Person, die für den Gesamt-Plan zuständig ist. Man hat weniger Zeit, auf einzelne Fragen zu antworten. Es ist wichtig, dass die zuständige Person versteht, warum etwas für jemanden wichtig ist. Dafür muss man sich gut darauf vorbereiten. Wenn das Verständnis da ist und es auch noch den Förder-Vorgaben entspricht, stehen die Chancen auf Erfolg viel besser.

## Vorabinformationen an das Amt

Wir empfehlen, vorab einen **Brief an das Amt** zu senden mit Informationen, die für einen persönlich für das Gespräch wichtig sind.

Es folgt ein **Muster**, mit Beispielsätzen:

Adresse Sachbearbeiter

Sehr geehrte Frau .../ Sehr geehrter Herr ...

Vielen Dank für die Einladung zu meinem Gesamtplanverfahren.  
Für ein gutes Gespräch ist für mich Folgendes wichtig:

- Ich möchte, dass das Gespräch an diesem Ort stattfindet:  
im Amt/ bei mir / im Café ... weil .....
- Ich brauche einen Fahrdienst, um zum Gespräch zu kommen.
- Ich brauche einen barrierefreien Zugang zum Büro.  
Mein Rollstuhl hat diese Maße .....
- Ich benötige eine barrierefreie Toilette.
- Ich benötige Leichte Sprache.
- Ich benötige eine\*n Dolmetscher\*in für Deutsche Gebärdensprache.
- Ich benötige eine\*n Dolmetscher\*in für Leichte Gebärdensprache.
- Ich benötige eine\*n Dolmetscher\*in für diese Sprache: .....
- Ich bringe meinen Sprachcomputer mit. Ich brauche deshalb mehr  
Zeit und ausreichend Platz im Gespräch.
- Ich brauche erfahrungsgemäß nach ... eine Pause.
- Das Gespräch soll nicht länger sein als .....  
Dann kann ich mich nicht konzentrieren/ nicht mehr sitzen ...
- Ich kann Mimik und Gestik nicht deuten.  
Bitte benennen Sie Zustimmung oder Ablehnung.
- Ich verstehe Ironie nicht. Ich bitte Sie, das zu vermeiden.
- Ich bringe meine Vertrauensperson mit.  
Das braucht meine Vertrauensperson: .....
- Meine Vertrauensperson wird Fürsprache für mich halten.
- Sonstiges: .....

Ich danke Ihnen für Ihre Bemühungen und freue mich  
auf ein gutes Gespräch.

Mit besten Grüßen

# Einführung in gute und schwierige Gespräche

Wir kennen auch aus unserem Alltag, dass Gespräche unterschiedlich ablaufen können. Wie sie ablaufen, hängt von einigen Dingen ab. Auf viele dieser Dinge kann man sich vorbereiten, so dass das Gespräch im Gesamtplanverfahren auch gut läuft.

Wie Gespräche in einem Gesamtplanverfahren aussehen können, haben wir im folgenden Erklärungsfilm für euch dargestellt. Es wird zunächst ein schweres Gespräch gezeigt und dann ein gutes.



## **Erklärungsfilm 5: Wie ein Gesamtplanverfahren aussehen kann.**

(Dauer 3:10)

[https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/03/BeB\\_Gesamtplanverfahren\\_Erklaerfilm\\_2024\\_HQ.mp4](https://beb-empowerment.de/wp-content/uploads/2024/03/BeB_Gesamtplanverfahren_Erklaerfilm_2024_HQ.mp4)

## **Was macht ein Gespräch gut und was schwierig?**

**Beispiele** für ein gutes und für schwierige Gespräche:

### **Gutes Gespräch**

- Gut vorbereitet sein, strukturiert sein
- Sicherheit, dass ich alles sagen kann
- Wertschätzend miteinander reden können
- Angemessene Tonlage
- Ein Gespräch auf Augenhöhe
- Gute Atmosphäre
- Auf Wünsche und Bedürfnisse eingehen
- Gehört werden
- Ernst genommen werden
- Gemeinsam Lösungswege finden
- Ich will als Individuum gesehen werden
- Einfache Sprache oder leichte Sprache
- Alle Menschen sind gleich

## Schwieriges Gespräch

- Nicht vorbereitet sein
- Wenn über einen hinweg geredet wird, es wird über mich gesprochen
- Wenn auf die Argumente nicht eingegangen wird
- Wenn versucht wird, einen umzustimmen
- Auf Aussage anderer voreingenommen ins Gespräch gehen, sich kein eigenes Bild machen
- Behinderungen oder Erkrankungen verschiedener Menschen miteinander vergleichen
- Zeitdruck
- Diskriminierung, Rassismus, Schubladen-Denken
- Vergleiche ziehen, egal in welchem Bereich, Herkunft, Behinderung, Alter, Bildung
- Herabwürdigende Haltung
- Vertrauens-Person vorher aushorchen
- Verschiedene Sachverhalte vermischen
- Keiner fühlt sich zuständig, Barriere-Freiheit zu schaffen
- Engagement wird nicht wertgeschätzt
- Nicht handeln, weil es zu kompliziert wird oder zu viel Arbeit verursacht
- Rechte und Leistungen vorenthalten



# Vorbereitung auf das Gespräch im Gesamtplanverfahren

Um sich im Gespräch sicher zu fühlen, ist es wichtig, sich wohlzufühlen – aber auch zu wissen, was man möchte und das gut begründen zu können. Man begründet mit Argumenten.

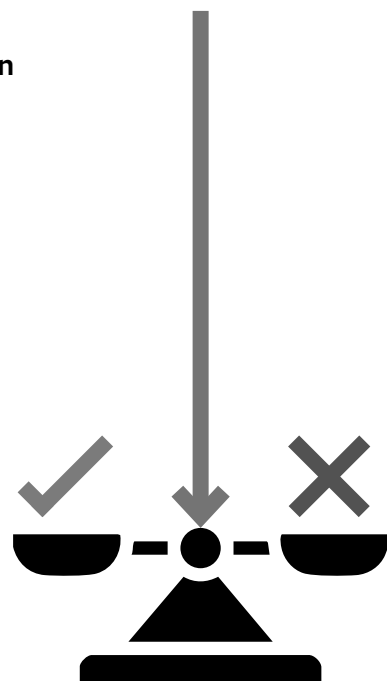
## Argumente und Gegen-Argumente

Das ist ein Argument

Muss                      Muss                      Kann  
**Behauptung** + **Begründung** + **Beispiele** = **Argument**

Wie finde ich gute Argumente für den Gesamtplan?

- 1.** Ich muss wissen, welche Voraussetzungen das Amt oder die Behörde hat, damit es Hilfen bezahlt.
- 2.** Ich muss wissen, was ich genau erreichen möchte, was ich brauche.
- 3.** Ich muss Argumente finden, die die Voraussetzungen des Amtes oder der Behörde erfüllen.
- 4.** Ich muss auf Gegen-Argumente vorbereitet sein und am besten ein Beispiel haben.



### **Mögliche Voraussetzungen des Amtes um eine Leistung/Unterstützung zu bewilligen?**

- Geistige Fähigkeiten erwerben,  
erweitern oder erhalten
- Körperliche Fähigkeiten erwerben,  
erweitern oder erhalten
- Soziale Fähigkeiten erwerben,  
erweitern oder erhalten
- Soziale Kontakte aufbauen und erhalten
- Die Gesundheit und Belastbarkeit stärken
- Selbstbestimmung fördern



# Ziel, Wunsch und Bedarf, Gründe dafür und dagegen, Gedanken zur Reaktion

## Übungs-Beispiel: Das Ziel, der Bedarf, der Wunsch

Fragen zur Begründung:

- Warum ist mir das wichtig?
- Was verändert sich dadurch?
- Was wird besser?
- Wie hilft mir das?

Ich will Eishockey spielen:

- Ich brauche Geld für die Ausrüstung.
- Ich kann das selbst nicht zahlen.
- Ich brauche Hilfe, um zum Training und zu Spielen zu kommen.
- Ich schaffe es noch nicht, mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu fahren.



- Ich kann einen Sport machen, den ich wirklich mag. Das hilft mir durchzuhalten.
- Ich werde Teil eines Teams.  
Ich gehöre endlich mal irgendwo dazu.
- Ich muss Termine einhalten und zuverlässig sein.
- Ich werde körperlich gefordert.  
Alleine kann ich mich immer nicht aufraffen.

## Übungs-Beispiel: Gedanken sortieren, Argumente formulieren

- Ich kann einen Sport machen, den ich wirklich mag. Das hilft mir durchzuhalten.

- Ich werde Teil eines Teams. Ich gehöre endlich mal irgendwo dazu.

- Ich muss Termine einhalten und zuverlässig sein.

- Ich werde körperlich gefordert. Alleine kann ich mich immer nicht aufraffen.



### ARGUMENT 1

Die Sportart interessiert mich sehr. Ich komme endlich in Bewegung.

Das wird meine Kraft und Kondition sehr verbessern.

Das ist auch gut für andere Lebens-Bereiche.

Alleine konnte ich mich nie zum Sport aufraffen oder die Sportarten lagen mir nicht.

Dass ich Eishockey mag, wird mir helfen, am Ball zu bleiben.

- Ich kann einen Sport machen, den ich wirklich mag. Das hilft mir durchzuhalten.

- Ich werde Teil eines Teams. Ich gehöre endlich mal irgendwo dazu.

- Ich muss Termine einhalten und zuverlässig sein.

- Ich werde körperlich gefordert. Alleine kann ich mich immer nicht aufraffen.



### ARGUMENT 2

Ich werde Teil eines Teams sein.

Ich muss mich mit den anderen Mitgliedern absprechen und abstimmen.

Ich werde dadurch immer mehr die Ängste vor anderen Menschen verlieren und sicherer im Umgang werden.

Ich muss mich an die Absprachen und an Termine halten.

Ich denke, dass hilft mir auch, in anderen Lebens-Bereichen zuverlässiger zu werden.

## Übungs-Beispiel: Fragen zu Gegen-Argumenten

- Welche Bedenken könnte das Amt haben?
- Spricht etwas gegen mein Ziel?
- Taut man mir das vielleicht nicht zu?



• Die Ausrüstung ist sehr teuer.

- Das ist kein Sport für eine Frau
- In dem Spiel muss man sich behaupten können.
- Sie müssen erst einmal in der Werkstatt stark werden.
- Die Fahrten mit Assistenz kosten auch Geld
- Zur Werkstatt schaffen sie es auch allein.
- Es gibt andere Sportarten, die sie machen können.



### REAKTION 1

Die Ausrüstung ist sicher nicht ganz billig, das stimmt.

Aber es ist eine einmalige Ausgabe.

Die Ausrüstung hält viele Jahre.

- Die Ausrüstung ist sehr teuer.

- Das ist kein Sport für eine Frau.
- In dem Spiel muss man sich behaupten können.
- Sie müssen erst einmal in der Werkstatt stark werden.

- Die Fahrten mit Assistenz kosten auch Geld.
- Zur Werkstatt schaffen sie es auch allein.
- Es gibt andere Sportarten, die sie machen können.



## REAKTION 2

Alle Mitglieder des Teams sind Frauen.

Das beweist doch, dass Frauen das können.

Mich zu behaupten werde ich ja dort lernen.

Ich kann viele Dinge dort lernen.

Besser kommunizieren, zuverlässiger sein, Ängste abbauen, sicherer werden, stärker werden.

- Die Ausrüstung ist sehr teuer.

- Das ist kein Sport für eine Frau.
- In dem Spiel muss man sich behaupten können.
- Sie müssen erst einmal in der Werkstatt stark werden.

- Die Fahrten mit Assistenz kosten auch Geld.
- Zur Werkstatt schaffen sie es auch allein.

- Es gibt andere Sportarten, die sie machen können.



## REAKTION 3

In der Anfangs-Zeit habe ich das in der Werkstatt auch nicht geschafft.

Das wären hier auch zu viele neue Dinge auf einmal.

Es ist nicht mein Ziel, mich immer fahren zu lassen.

Ich muss vorher aber erst mal die anderen Herausforderungen schaffen.

- Die Ausrüstung ist sehr teuer.
- Das ist kein Sport für eine Frau.
- In dem Spiel muss man sich behaupten können.
- Sie müssen erst einmal in der Werkstatt stark werden.
- Die Fahrten mit Assistenz kosten auch Geld.
- Zur Werkstatt schaffen sie es auch allein.



#### REAKTION 4

Ich habe mir wirklich sehr lange Gedanken gemacht, was das richtige für mich ist.

Ich habe mir verschiedene Sportarten angeschaut.

Es muss auch ein Sport sein, an dem ich Interesse habe.

Bei anderen Sportarten könnten die Kosten auch hoch sein. Kosten für Ausrüstung und Fahrt.

- Es gibt andere Sportarten, die sie machen können.



### Arbeitsblatt: Mein Ziel, Wunsch und Bedarf



### Arbeitsblatt: Mögliche Gegen-Argumente und Reaktionen

Je besser die Argumente zu den Voraussetzungen passen, desto größer ist die Chance, das Ziel, den Wunsch oder die Veränderung bewilligt zu bekommen.

Das Arbeits-Blatt besteht aus zwei Seiten. Eine zum Finden von Argumenten und die andere für zu erwartende Gegenargumente und die Reaktion darauf.

Hier sind jeweils zu den Argumenten und der Reaktion auf die Gegenargumente Fragen aufgeführt, die eine Denkhilfe sein können.

Es lohnt sich auch immer, andere Menschen um Hilfe bei der Suche nach guten Argumenten zu befragen.

## Fragen zur Begründung und zum Finden von Argumenten:

- Warum ist mir das wichtig?
- Was verändert sich dadurch?
- Was wird besser?
- Wie hilft mir das?

## Fragen zu Gegenargumenten und der Reaktion darauf:

- Welche Bedenken könnte das Amt haben?
- Spricht etwas gegen mein Ziel?
- Traut man mir das vielleicht nicht zu?



**Mein Ziel, Wunsch und Bedarf**  
 In diesem Arbeits-Blatt können Sie alles eintragen.

Gedanken zur Begründung	Argumente

146

Arbeits-Blatt: Modul 3 Mein Ziel, Wunsch und Bedarf  
 Empowerment im Gesamtplanverfahren

**Mögliche Gegen-Argumente und Reaktionen**  
 Hier können Sie eintragen, welche Bedenken oder Gegen-Argument das Amt haben kann. Und wie Sie darauf reagieren können.

148

Arbeits-Blatt: Modul 3 Mögliche Gegen-Argumente und Reaktionen  
 Empowerment im Gesamtplanverfahren



# Mein Ziel, Wunsch und Bedarf

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alles eintragen.



## Eishockey spielen



*Ich kann einen Sport machen, den ich wirklich mag. Dadurch halte ich besser durch. Ich gehöre zu einem Team. Ich gehöre endlich irgendwo mal dazu. Ich muss Termine einhalten und zuverlässig sein. Ich mache etwas für meinen Körper. Dabei muss ich mich anstrengen: Alleine schaffe ich das oft nicht. Ich brauche Geld für die Ausrüstung. Ich kann das nicht allein bezahlen. Ich brauche Hilfe: Damit ich zum Training und zu den Spielen komme. Bus und Bahn fahren schaffe ich noch nicht.*

## Gedanken zur Begründung

*Ich mache einen Sport, den ich mag.  
Dadurch halte ich durch.  
Dadurch bleibe ich dabei und gebe nicht auf.  
Ich muss mich anstrengen.  
Allein schaffe ich das nicht.*

*Ich gehöre zu einem Team.  
Dadurch verliere ich die Angst vor Menschen.  
Ich werde sicherer im Umgang mit anderen.*

*Ich muss mich an Termine halten und  
mit anderen absprechen.  
Das hilft mir auch in anderen Lebens-Bereichen.*

## Argumente

*Die Sport-Art interessiert mich sehr.  
Ich komme in Bewegung.  
Das wird meine Kraft und Ausdauer verbessern.  
Das ist auch gut für andere Lebens-Bereiche.  
Allein habe ich keinen Sport gemacht.  
Die Liebe zum Eishockey hilft mir.*

*Ich gehöre zu einem Team.  
Dadurch verliere ich die Angst vor Menschen.  
Ich werde sicherer im Umgang mit anderen.*

*Ich muss mich an Termine halten und  
mit anderen absprechen.  
Das hilft mir auch in anderen Lebens-Bereichen.*



## Mein Ziel, Wunsch und Bedarf

In diesem Arbeits-Blatt können Sie alles eintragen.

<b>Gedanken zur Begründung</b>	<b>Argumente</b>

# Mögliche Gegen-Argumente und Reaktionen



Hier können Sie eintragen, welche Bedenken oder Gegen-Argumente das Amt haben kann. Und wie Sie darauf reagieren können.

## Mögliche Gegen-Argumente



*Die Ausrüstung ist teuer.*

*Das ist kein Sport für Frauen. Man muss sich durchsetzen.*

*Sie müssen erst einmal in der Werkstatt stark sein.*

*Die Fahrten mit der Assistenz kosten Geld.*

*Zur Werkstatt schaffen Sie es auch allein.*

*Sie können andere Sport-Arten machen.*

## Reaktionen

*Ja, aber man kauft sie nur einmal. Und die Ausrüstung hat man lange.*

*In dem Team sind nur Frauen. Beim Sport lerne ich, wie man sich durchsetzt. Ich kann dort viel lernen: den Austausch mit anderen, weniger Angst haben, sicherer und stärker sein.*

*Am Anfang habe ich es zur Werkstatt auch nicht geschafft.*

*Ich will nicht immer gefahren werden.*

*Ich muss erst einmal alles andere schaffen.*

*Ich habe wirklich lange überlegt, welchen Sport ich machen will.*

*Ich habe verschiedene Sport-Arten angeschaut.*

*Es muss ein Sport sein, den ich mag.*

*Andere Sport-Arten können auch teuer sein.*

*Wenn man eine Ausrüstung braucht oder einen Fahr-Dienst.*



## Mögliche Gegen-Argumente und Reaktionen

Hier können Sie eintragen, welche Bedenken oder Gegen-Argument das Amt haben kann. Und wie Sie darauf reagieren können.

### Mögliche Gegen-Argumente

### Reaktionen

# Wann breche ich das Gespräch im Gesamtplanverfahren ab?

Jetzt sollten Sie gut auf das Gespräch vorbereitet sein. Dennoch kann es sein, dass das Gespräch nicht gut läuft. Das kann viele Gründe haben. Dann kann es auch abgebrochen werden.

Wir haben für Sie Gründe zusammengestellt, weshalb ein Gespräch im Gesamtplanverfahren auch abgebrochen werden könnte.

<b>Warum breche ich das Gespräch ab?</b>	<b>Was mache ich dann?</b>
Ich werde nicht gesehen und nicht ernst genommen	Ich hole eine Person dazu, wie zum Beispiel die Behinderten-Beauftragte. Ich verlange einen anderen Mitarbeiter oder eine andere Mitarbeiterin.
Wir verstehen uns nicht. Es geht nicht weiter.	Ich nehme eine Vertrauens-Person mit. Ich unterbreche. Ich verlange einen neuen Termin.
Unterlagen fehlen.	
Ich werde unter Druck gesetzt oder beleidigt oder etwas Ähnliches passiert.	Ich melde das. Ich beschwere mich beim Vorgesetzten.
Das Amt sagt etwas und damit habe ich nicht gerechnet.	Ich hole mir Hilfe, wenn ich nicht weiter weiß. Das geht immer. Ich lasse mich beraten. Ich mache einen neuen Termin.
Das Gespräch war nur mit der gesetzlichen Betreuung.	



## Refelexionskarten

Hier können Sie ankreuzen. Was trifft bei Ihnen zu?



<p>Ich habe mich <b>ernst genommen</b> gefühlt!</p>	<p>Ich habe mich bei etwas <b>nicht ernst genommen</b> gefühlt!</p>	<p>Ich habe mich <b>überhaupt nicht ernst genommen</b> gefühlt!</p>
<p>Ich konnte <b>alles sagen</b>, was mir wichtig war!</p>	<p>Ich konnte <b>nicht alles sagen</b>, was mir wichtig war!</p>	<p>Ich <b>kam kaum</b> zu Wort!</p>
<p>Ich habe mich <b>verstanden</b> gefühlt!</p>	<p><b>Eine Sache</b> hat man <b>nicht</b> verstanden!</p>	<p>Man hat mich <b>überhaupt nicht</b> verstanden!</p>
<p>Ich habe <b>alles gesagt!</b></p>	<p>Ich habe <b>etwas vergessen</b> zu sagen!</p>	<p>Ich habe <b>viel vergessen</b> zu sagen!</p>
<p>Ich habe auf <b>alles gut</b> reagiert!</p>	<p>Ich bin mit all meinen Reaktionen <b>nicht zufrieden!</b></p>	<p>Eine wichtige Reaktion <b>fiel mir erst nach dem Gespräch</b> ein!</p>

# Reflexion nach dem Gespräch

Eine Gesprächsreflexion ist ein Rückblick auf ein Gespräch, bei der man überlegt, was gut gelaufen ist, was schwierig war und was man beim nächsten Mal vielleicht anders machen möchte.

Nach dem Gespräch sollte bewusst darüber nachgedacht werden, wie es verlaufen ist. Dabei geht es nicht nur um den Inhalt, sondern auch um das eigene Verhalten, die Reaktionen des Gegenübers, und wie man sich gefühlt hat.

Sie können die Reflexionskarten auf Seite 150 für eine Gesprächsreflexion nutzen und die entsprechenden Felder ankreuzen.



## **Arbeitsblatt: Reflexionskarten**

Eventuell gibt es bald wieder ein Gespräch oder es ist anders gelaufen als Sie es sich vorgestellt haben und etwas Wichtiges gehört noch in das Gespräch hinein.

Um das Gespräch reflektieren zu können, nutzen Sie das Arbeitsblatt Bewertung des Gespräches zum Gesamtplanverfahren.



## **Arbeitsblatt: Fragebogen – Bewertung vom Gespräch**

Auf dieser Seite finden Sie drei Fragen zur Vorbereitung auf das Gespräch zum Gesamt-Plan. Auf der folgenden Seite ist ein Frage-Bogen zu dem Gespräch selbst.

Füllen sie die Felder aus, die auf sie zutreffen oder zu denen Sie etwas sagen können und wollen.



## Bewertung vom Gespräch

In diesem Arbeits-Blatt können Sie Fragen beantworten.

Habe ich mich auf das Gespräch  
gut vorbereitet gefühlt?

Würde ich das wieder so machen?

Würde ich es anders machen?



**Diese Informationen zu Rechten stellen keine rechtliche Beratung dar. Für konkrete Fragestellungen ist im Einzelfall eine qualifizierte rechtliche Beratung einzuholen.**

# MEIN RECHT

# Die Gesamtpankonferenz

## **Sie können nicht zum Gespräch kommen?**

Dann können Sie auch über das Internet am Gespräch teilnehmen

## **Sie wollen das Gespräch nicht?**

Schreiben Sie dem Amt: Ich will im Moment kein Gespräche, weil ich nicht weiß, um was es in dem Gespräch gehen soll.

## **Das Amt will kein Gespräch?**

Sie wollen aber ein Gespräch?

Sagen Sie dem Amt: Ich will ein Gespräch.

## **Das Amt will trotzdem kein Gespräch?**

Das Amt muss Ihnen begründen: Darum wollen wir kein Gespräch.

# Das Amt trifft eine Entscheidung über die Hilfen

Die Ämter entscheiden:

- Welche Hilfen Sie bekommen
- Wieviel Hilfe Sie bekommen.
- Von wem Sie Hilfe bekommen.
- Was mit der Hilfe erreicht werden soll.
- Was Sie tun sollen.

# Die Entscheidung steht im Teilhabe- oder Gesamtplan

Die Entscheidung wird aufgeschrieben. Alles steht im Gesamtplan. Das Amt schickt Ihnen den Gesamtplan. Der Gesamtplan muss nach spätestens 2 Jahren überprüft werden. Sie sind nicht einverstanden mit dem Gesamtplan? Dann schreiben Sie dem Amt.

# Das Amt schickt den Leistungsbescheid

Sie bekommen noch einen Brief vom Amt. Das ist der Leistungsbescheid.

Überlegen Sie:

- Bekomme ich die Hilfe, die ich brauche?
- Bekomme ich die Hilfe, die ich will?
- Bekomme ich genug Hilfe?

## Wer bekommt den Leistungsbescheid?

- Der Bescheid ist für die vom Bescheid betroffene Person (§ 37 Abs. 1 SGB X).
- Das sind Sie oder Ihr Vertreter.

Die Person, die die Leistung bekommt, oder Ihr gesetzlicher Vertreter sollte den Bescheid und den Gesamtplan an den Anbieter schicken. Nicht immer wird der Leistungsanbieter über den Bescheid informiert.

Sie sind mit dem Leistungsbescheid nicht einverstanden?

Sprechen Sie mit:

- Ihrer Vertrauens-Person
- Ihrem gesetzlichen Betreuer
- einem Mitarbeiter
- einem Anwalt.

Schreiben Sie dem Amt: Sie legen Widerspruch ein.

## Was können Sie tun, wenn Sie rechtliche Hilfe brauchen, weil etwas nicht richtig ist?

### Was können Sie tun, wenn das Amt sich sehr viel Zeit lässt?

Manchmal braucht man schnellen Rechtsschutz, dann kann man einen Eilantrag an das Sozialgericht schicken, wenn es bei dem Amt zu lange dauert. Dann sollte man sich aber rechtlichen Beistand suchen.

Wenn das Amt nach sechs Monaten über Ihren Antrag nicht entschieden hat, können Sie eine Untätigkeitsklage beim Sozialgericht einreichen.

Wenn das Amt entschieden hat, Sie aber Widerspruch eingelegt haben, dann muss das Amt spätestens nach drei Monaten entscheiden; tut es das nicht, können Sie auch Untätigkeitsklage einreichen.

Wenn das Amt über Ihren Widerspruch entschieden hat und Sie damit nicht einverstanden sind, können Sie Klage beim Sozialgericht erheben. Wenn Sie den Bescheid bekommen haben, haben Sie hierfür einen Monat Zeit. Für die Klage kann man Prozesskostenhilfe beim Sozialgericht beantragen, um einen Anwaltin oder eine Anwaltin bezahlen zu können; das Gericht muss in Sozialrechtsverfahren nicht bezahlen.

In bestimmten Fällen kann man auch vorläufige Leistungen bekommen nach § 43 SGB I.

## Was können Sie tun, wenn der Bescheid nicht zum Bedarf passt?

- Sie können gegen den Bescheid Widerspruch einlegen. Das steht in § 84 Abs. 1 Sozialgerichtsgesetz.
- Die Frist endet einen Monat, nachdem Sie den Bescheid erhalten haben.
- Der Widerspruch muss schriftlich sein. Am besten schicken Sie den Widerspruch per Fax und behalten den Sendebericht. Schicken Sie den Widerspruch nicht per E-Mail! Das geht nur mit einer speziellen Signatur und kann Fehler haben. Schreiben Sie sich sofort auf, wann die Frist endet.
- Der Widerspruch muss an die Behörde gehen, die den Bescheid gemacht hat.
- Der Widerspruch kann von der Person kommen, die das Recht auf die Leistung hat. Oder von der Person, die für Sie sorgt wenn sie von Ihnen eine Vollmacht hat oder die gesetzliche Betreuung übernimmt. Aber nicht von der Einrichtung, die die Leistung gibt.

## Was können Sie tun, wenn Sie die Frist zum Widersprechen versäumt haben?

- Es gibt eine Regel im Sozialgesetzbuch X, § 44 SGB X. Diese Regel handelt von Fehlern bei Verwaltungsakten. Manchmal wurden Sozialleistungen nicht gegeben, obwohl sie hätten gegeben werden müssen. Dann kann der Verwaltungsakt aufgehoben werden. Das geht auch, wenn der Verwaltungsakt schon feststeht. Man kann bei Vorliegen der Voraussetzungen längstens bis zu 4 Jahre rückwirkend Leistungen bekommen.
- Wenn man eine Frist nicht einhalten konnte, ohne dass es die eigene Schuld war, kann man bei Vorliegen der Voraussetzungen wieder in den alten Stand versetzt werden. Das kann zum Beispiel bei einem Krankenhausaufenthalt der Fall sein. Dann muss man sofort handeln, wenn man von der Frist Kenntnis erlangt. Am besten beauftragt man einen Rechtsanwalt damit.

## Was können Sie tun, wenn sich Ihr Bedarf nachträglich verändert hat?

Manchmal ändert sich, was Sie brauchen. Wenn sich etwas ändert, kann der Träger der Eingliederungshilfe etwas neu entscheiden. Sie oder der gesetzliche Betreuer oder Bevollmächtigte muss erstmal die veränderten Bedarfe gegenüber dem Träger der Eingliederungshilfe darlegen.

### Was kann der, der die Hilfe gibt, tun, wenn er merkt:

- a) das die Ziele nicht erreicht werden können oder
- b) das sich der Bedarf geändert hat?

Der Leistungserbringer sagt das Ihnen und wenn Sie dem zustimmen kann er auch es auch dem Träger der Eingliederungshilfe sagen. Auch der gesetzliche Betreuer oder Bevollmächtigte kann das dem Träger sagen. Das sollte so schnell wie möglich passieren.

**Diese Informationen zu Rechten stellen keine rechtliche Beratung dar. Für konkrete Fragestellungen ist im Einzelfall eine qualifizierte rechtliche Beratung einzuholen.**

# Impressum

**Herausgeber:** Bundesverband evangelische Behindertenhilfe e.V. (BeB)  
Fachverband im Evangelischen Werk für Diakonie und Entwicklung  
Invalidenstraße 29, 10115 Berlin

Tel./Fax: 030830 01-270/-275

E-Mail: [info@beb-ev.de](mailto:info@beb-ev.de)

[www.beb-ev.de](http://www.beb-ev.de)

Das Dokument steht als kostenloser Download, barrierefreie PDF-Version und in bearbeitbarer Form zur Verfügung unter [www.beb-empowerment.de](http://www.beb-empowerment.de).

**Autor\*innen:** Sozialpsychiatrie Diakonisches Werk Bayern: Gudrun R. Mahler (Referentin)  
Diakonisches Werk Schleswig-Holstein: Heike Struss, Sascha Haman, Christiane Schlüter,  
Wiebke Kühl, Erich Kramer  
BeB: Jelena Alcalai Duvnjak

**Lektorat:** Werner Hesse

**Verantwortlich im Sinne des Presserechts:** Barbara Heuerding

**Bilder:** © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.,  
Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013–2018

**Satz/Layout/barrierefreie Umsetzung:** [verbum-berlin.de](http://verbum-berlin.de)

© BEB

1. Auflage Februar 2026

Gefördert durch die

**Aktion**  
MENSCH

In Kooperation mit:

**Diakonie**   
Deutschland

**Diakonie**   
Bayern

**Diakonie**   
Württemberg

**Diakonie**   
Schleswig-Holstein





