



Lebenshilfe Hannover, 2021  
2. überarbeitete Auflage

Redaktion:  
Susanne Heitmann  
Heike Lubitz  
Tanja Simanowski  
Juliane Tegtmeyer  
Sabine Tegtmeyer  
Nico Walter

# Inhaltsverzeichnis

Präambel	5
Einleitung	7
<b>A. Selbstbestimmung ein Leben lang</b>	<b>10</b>
A.1 Selbstbestimmung von Anfang an	11
A.2 Selbstbestimmung als demokratischer Prozess: Beispiele aus der Lebenshilfe	15
<b>B. Bildung und Kommunikation als Teil von Selbstbestimmung</b>	<b>26</b>
B.1 Leichte Sprache	27
B.2 Unterstützte Kommunikation (UK)	28
B.3 Alle Menschen können lernen: Bildung für alle!	33
B.4 Information und Bildung als Unterstützung von Wahl- und Entscheidungsmöglichkeiten	35
<b>C. Reflexion von Handlungen und Strukturen</b>	<b>38</b>
C.1 Von der Fürsorge zur Selbstbestimmung	38
C.2 Rahmenbedingungen und Strukturen	39
C.3 Selbstbestimmung vs. Gesetzliche Betreuung	44
C.4 Empowerment zur sexuellen Selbstbestimmung	45
C.5 Selbstbestimmung bei Menschen mit komplexer Behinderung	48
C.6 Haltung: Das, was uns bewegt - Von der Haltung zur Handlung	50
C.6.1 Machtstrukturen: Was verhindert Selbstbestimmung?	51
C.6.2 Fragensammlung zum Thema Selbstbestimmung	52

## Präambel

Der Ruf nach und die Bedeutung von Selbstbestimmung ist als elementares Menschenrecht im Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland verankert.

Die Grundrechte sind die Basis unseres gesellschaftlichen Miteinanders und sollen daher hier eingehend als grundlegende Leitgedanken in Auszügen genannt werden:



*Die Würde des Menschen ist unantastbar*

*(Art. 1 GG)*

*Jeder hat das Recht auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit, soweit er nicht die Rechte anderer verletzt [...]. Jeder hat das Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit. Die Freiheit der Person ist unverletzlich. (Art. 2 GG)*

*Alle Menschen sind vor dem Gesetz gleich. Männer und Frauen sind gleichberechtigt. [...] Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden. (Art. 3 GG)*

**Die UN-Behindertenrechtskonvention (kurz: UN-BRK; Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen)** ist ein Menschenrechtsabkommen der Vereinten Nationen, welches 2008 in Kraft getreten ist. Die UN-BRK verdeutlicht allgemeine Menschenrechte auch für behinderte Menschen und enthält eine Vielzahl spezieller, auf die Lebenssituation von Menschen mit Behinderung abgestimmte Vereinbarungen.



*Zweck dieses Übereinkommens ist es, den vollen und gleichberechtigten Genuss aller Menschenrechte und Grundfreiheiten durch alle Menschen mit Behinderungen zu fördern, zu schützen und zu gewährleisten und die Achtung der ihnen innewohnenden Würde zu fördern. (Art. 1 UN-BRK)*

Auch die im weiteren Verlauf genannten Inhalte der UN-BRK sind Grundlagen unseres Handelns.

## Einleitung

Dieser Leitfaden soll dazu einladen, sich mit Aspekten von **Selbstbestimmung und Mitbestimmung** von Menschen mit geistiger und komplexer Behinderung zu beschäftigen. In der **alltäglichen Arbeit**, im sozialen Miteinander, bei der Planung von Aktionen und Projekten und in der Diskussion im Team soll dieser **Leitfaden als Unterstützung** dienen. Er soll helfen, neue Ideen hervorzubringen und vermeintliche Grenzen oder Barrieren von Selbstbestimmung zu überwinden.



**Entstanden aus den Aktionsplänen** zur Umsetzung von Inklusion und Teilhabe der Lebenshilfe Hannover, ist das **Eintreten für Partizipation und Selbstbestimmung** von Menschen mit geistiger und komplexer Behinderung in Zeiten einer Corona-Pandemie aktueller denn je. Doch auch abseits von krisenhaften Entwicklungen ist die Forderung nach und Unterstützung von Selbstbestimmung wichtig.

Der Leitfaden soll **Denkanstöße** geben und zur **Reflexion** des eigenen Handelns ermutigen. Durch **gute Beispiele** soll gezeigt werden, wie Selbstbestimmung von Menschen mit geistiger Behinderung im Alltag unterstützt werden kann und ein **achtsamer und kreativer Umgang** noch selbstverständlicher wird.

Wir müssen Menschen mit Behinderung die Möglichkeit geben, selbstverständlich **sagen und zeigen zu können, was sie wünschen und was sie von ihrer Begleitung erwarten**. Selbstverständlich soll auch sein, diese Wünsche zu beachten und gemeinsam Möglichkeiten der Umsetzung zu überlegen. Es muss deutlich werden, dass die Stärken und die Individualität jedes Einzelnen die Grundlage unserer pädagogischen Überlegungen sind.

Unsere Aufgabe ist es, die Personen individuell in ihrer Selbstbestimmung zu begleiten.



Das Handeln soll so ausgerichtet werden, dass alle Menschen, die bei uns leben, lernen und arbeiten, die Möglichkeiten haben, ihre Stärken zu entdecken - indem sie möglichst viel selbst tun, ausprobieren und selbst entscheiden. **Dazu gehört auch das Aushalten und Begleiten von Rückschlägen, Misserfolgen und Planänderungen.**

Dabei folgen und beachten wir die **Inhalte aus der UN-BRK:**



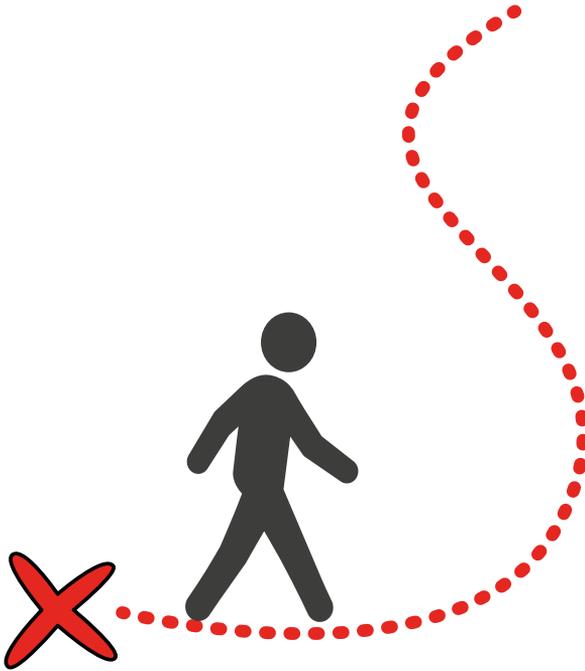
*„dass Menschen mit Behinderungen in allen Lebensbereichen gleichberechtigt mit anderen Rechts- und Handlungsfähigkeit genießen und [...] die Ausübung der Rechts- und Handlungsfähigkeit die Rechte, den Willen und die Präferenzen der betreffenden Person“ (Art. 12) einbezieht sowie*

*„das gleiche Recht aller Menschen mit Behinderungen, mit gleichen Wahlmöglichkeiten wie andere Menschen in der Gemeinschaft zu leben“ (Art. 19)*

*Das Motto der Lebenshilfe Hannover dabei:*

*„Bei der Frage nach Selbstbestimmung verhandeln wir nicht mehr das ‚ob‘, sondern nur noch das ‚wie‘!“*





In der Gestaltung dieses Leitfadens orientierten wir uns an einer Perspektive der Menschenrechte. Menschen mit Behinderungen verfügen unabhängig vom Ausmaß ihrer Beeinträchtigung über ein unveräußerliches Mitgestaltungs-, Beteiligungs- und Wahlrecht im Hinblick auf ihr Leben, Lernen, Arbeiten und Wohnen.

*Nur weil keine Wünsche geäußert werden, heißt es nicht, dass keine Wünsche vorhanden sind. Entscheidungskompetenz muss gelernt, geübt und grundsätzlich ermöglicht werden, um Selbstbestimmung passieren zu lassen.*

*Das ist die Grundlage unserer Arbeit in der Lebenshilfe Hannover: Die grundlegenden Strukturen und individuelle Möglichkeiten für Menschen mit geistigen und komplexen Behinderungen zu schaffen, respektvoll, auf Augenhöhe und in der Anerkennung ihrer Würde und ihrer Individualität begleitet zu werden.*

# A. Selbstbestimmung ein Leben lang

Selbstbestimmung bezieht sich auf die gesamte Lebensspanne. Angefangen bei kleinen Kindern, im Schul- und Jugendalter, bis hin zu hochaltrigen Erwachsenen. In jeder Lebensphase kann Selbst- und Mitbestimmung erweitert, neu entdeckt und geübt werden.

Die Welt, die Kultur, in der wir leben, beinhaltet einen Reichtum an Wissen, Fähigkeiten, Werten und Normen, Stilen oder Kommunikationsmitteln. Auch Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung müssen mit vielen Möglichkeiten in Kontakt kommen, um sich dafür interessieren zu können. Wahl- und Entscheidungsmöglichkeiten müssen gezeigt werden. Kultur- und Kommunikationsaspekte müssen bekannt und verstanden werden, um sie sich aneignen zu können.

*Wer nur wenige Möglichkeiten kennen lernt, dem bleiben lebenslange Entwicklungsmöglichkeiten vorenthalten.*

Zu entscheiden, was wir essen, was wir in der Freizeit tun, welchen beruflichen Weg wir einschlagen, wen wir treffen und wen nicht oder wie wir unsere Wohnung einrichten, scheint für viele von uns selbstverständlich.

Diese Entscheidungen treffen wir auf der Grundlage von Wissen, Erfahrungen oder auch Vorlieben und Abneigungen.

Das, was vielen von uns als selbstverständlich erscheint, ist jedoch für Menschen mit einer geistigen oder komplexen Behinderung lange nicht selbstverständlich gewesen und auch heute noch nicht immer Realität.

Selbstbestimmung heißt in dem Sinne also, Wahlmöglichkeiten zu haben und Entscheidungen treffen zu können.

## A.1 Selbstbestimmung von Anfang an

Selbst- und Mitbestimmung von Kindern und Jugendlichen

### Selbstbestimmung bedeutet

- den Kindern das Wort geben, Entscheidungsfindung zu unterstützen und eigene Entscheidungen anzuerkennen:*
  - + Kinder werden in Entscheidungen (Programm, Raumgestaltung) mit einbezogen.
  - + Kinder bestimmen mit, welche Regeln oder Vereinbarungen in der Kita oder ihrer Gruppe gelten sollen.
  - + Aktivitäten für den Tag werden mit den Kindern im Morgenkreis besprochen. Jeder kann Wünsche anmelden. Es wird festgelegt, welche\*r Erwachsene welche Aktionen begleitet.
- ihre Interessen und Bedürfnisse beobachten und ihnen Raum und Möglichkeiten geben, diese zu zeigen:*
  - + Was und wieviel Kinder essen möchten, suchen sie selber aus.
  - + Kinder bestimmen, ob sie Mittagsschlaf machen.
- ihre Vorlieben und Wünsche wahrzunehmen und in der individuellen Bedeutsamkeit anzuerkennen:*
  - + Kinder bestimmen, wer ihnen auf der Toilette hilft oder die Zähne putzt.
- ihnen Gelegenheit geben, verschiedenste Materialien und Spiele kennen zu lernen, zu experimentieren, Erfolge und Misserfolge aushalten zu lernen, ihnen vielfältige Erfahrungen im Miteinander und mit sich selbst zu ermöglichen.*





## UN-Kinderrechtskonvention, Artikel 12: Berücksichtigung des Kindeswillens

*„Kinder müssen bei allen Entscheidungen, die sie betreffen, nach ihrer Meinung gefragt werden. Kinder dürfen ihre Meinung frei heraus sagen und diese muss dann auch berücksichtigt werden.“*

Auch die erwachsenen Begleitpersonen müssen lernen, eine zutrauende Haltung zu entwickeln: Lernen und den Erfahrungsschatz erweitern passieren auch durch Rückschläge, Krisen und immer wieder Ausprobieren.

*Voraussetzung für die Mitbestimmung der Kinder ist eine positive Grundhaltung der Mitarbeiter\*innen. Kinder werden als Gesprächspersonen wahr- und ernstgenommen, die Erwachsenen sind dabei ebenso wichtige Partner\*innen und Moderator\*innen der Entwicklung und Entscheidungen. Ideen, Meinungen, Empfindungen und Sichtweisen der Kinder werden wertgeschätzt und Kinder beeinflussen aktiv ihren Alltag. Sie lernen so Selbstwirksamkeit – “Ich kann etwas bewirken!“ und erleben sich als wertvollen und handelnden Teil einer Gemeinschaft.*

Um diese Beteiligung und Vorerfahrung von demokratischen Prozessen zu erreichen, ist Achtsamkeit auf Seiten der Begleitenden notwendig. Aber auch das bewusste Stärken der vorhandenen Kompetenzen der begleiteten Kinder und Jugendlichen. Aber wie soll das genau gehen?! Gute Frage!

Praxistipps für Abstimmungsmöglichkeiten, Spiele und Beteiligung finden Sie u.a. hier: <https://www.kinderrechte.de/praxis/methodendatenbank/methodendatenbank/>  
[27.11.2020]

## Beispiele aus der Lebenshilfe Hannover:

- » *Kontaktkindergarten Weberhaus: Die Kinder stimmen ab, welches Fest sie gern feiern möchten (Ergebnis: Halloween-Party!)*
- » *Koordinierungsstelle inklusive Kinder- und Jugendarbeit im Bereich Theater: Es ist immer erlaubt „Veto“ zu sagen und bei Übungen nicht mitzumachen. Das „Veto“ wird als wichtiges Element der theaterpädagogischen Arbeit mit eingeführt.*

Der Tagesplan im Heilpädagogischen Kindergarten Forst Mecklenheide bietet den Kindern Orientierung und ermöglicht, dass sich die Kinder verschiedene Angebote ansehen und daraus selbst auswählen können. Die Angebote sind auf „Augenhöhe“ der Kinder sichtbar.



Aktivitätenplan in der Kita Forst Mecklenheide: Die Kinder haben die Möglichkeit, sich mithilfe ihres Fotos der gewünschten Aktivität zuzuordnen.



Aus der Kita Forst Mecklenheide:

*„Im Kindergarten ist es für uns besonders bedeutsam, dass die Kinder Material, Spiele, Lebensmittel, unterschiedliche Kleidung, verschiedene Aktivitäten kennen und benennen lernen, um wahrzunehmen was sie gern mögen und was nicht.*

*Wir unterstützen darin dies auf verschiedenste Weise zu äußern und sich zu entscheiden was sie tun möchten.“*



## A.2 Selbstbestimmung als demokratischer Prozess: Beispiele aus der Lebenshilfe



### Demokratie im Kindergarten - Mitbestimmung bei der Raumgestaltung:

In der Kita Mühlenweg wird per Nudelabstimmung über die schönsten Bilder abgestimmt, um damit einen neuen Schrank von außen gemeinschaftlich zu gestalten.



# Selbstbestimmung als demokratischer Prozess: Auswählen und Mitbestimmen



## Beispiel 1: Tagesplan im Kontaktkindergarten Weberhaus

In unserem Tagesplan können sich die Kinder im Morgenkreis zwischen zwei Angeboten entscheiden. Sie können sich dafür melden und ihr Symbol wird am Plan befestigt, sodass sie sehen können wofür sie sich entschieden haben. Sie müssen sich aber nicht unbedingt für ein Angebot anmelden, sondern können auch frei spielen oder sich wieder ument-scheiden.



## Beispiel 2: Monatsthema im Kontaktkindergarten Weberhaus

Die Kinder können sich zu Beginn des jeweiligen oder am Ende des vorherigen Monats zwischen zwei Themen entscheiden. Das Thema mit den meisten Stimmen wird im Monat bearbeitet und dazu werden verschiedene Angebote gemacht.



Idee: Kinder frei entscheiden lassen, was „für sie selbst stehen soll“: Ein Piktogramm, ein Bild, ein Foto von sich, eine Farbe, ein Foto einer Lieblings-sache, ... als Kennzeichen für ihr Fach, ihren Haken, ihre Teilnahme an einer Aktivität?

# Selbstbestimmung als demokratischer Prozess: Auswählen und Mitbestimmen



## Mitbestimmen:

Was möchte ich jetzt tun?

Mit wem möchte ich spielen?

## Auswählen:

Was möchte ich essen? Ich möchte das selber machen!



## Tipp für die Gestaltung von Angeboten und Entscheidungsmöglichkeiten:

Nicht nur konkrete Möglichkeiten aufzeigen, sondern auch eine „Joker-Option“ geben.

Zum Beispiel bei der Frage:

Welches Obst wollen wir heute kaufen?“

Apfel	Banane	Birne	„Etwas anderes!“
-------	--------	-------	------------------

# Selbstbestimmung als demokratischer Prozess: Bildung und politische Mitbestimmung im Erwachsenenalter



Aktivitätenplan Tagesförderstätte Büttnerstraße



Wahl des Selbstvertreter\*innenrats der Tagesförderstätte Büttnerstraße

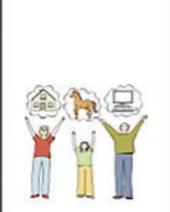
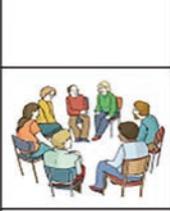


Abstimmung auf dem Straßenfest Deisterkiez:  
Wie wollen wir leben?



Beispiel aus der Lebenshilfe:

## Dokumente in Leichter Sprache zur Wahl der Bewohner\*innenvertretung als Ermutigung zu Mitbestimmung und Entscheidungsfindung

	<h3>Was sind die Aufgaben von der Bewohner-Vertretung?</h3>
	<p>Die Bewohner-Vertretung hat viele Aufgaben. Die Bewohner-Vertretung trifft sich ___ im Monat. Die Bewohner-Vertretung redet über ihre Aufgaben.</p>
	<p>Beispiele für die Aufgaben sind:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sind für alle Bewohner da,</li><li>• Reden mit allen Bewohnern,</li><li>• Reden über Probleme,</li><li>• Reden über Angebote in der Freizeit,</li><li>• Reden über Wünsche in der Freizeit,</li><li>• Helfen bei Fragen,</li><li>• Mitbestimmung bei Feiern und Festen,</li><li>• Machen eine Bewohner-Versammlung,</li><li>• Sagen Ideen, um etwas besser zu machen.</li></ul>
	<p>Die Bewohner-Vertretung kann mit der Leitung der Wohnstätte reden. Zum Beispiel:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Über Ihre Wünsche</li><li>• und über Ihre Probleme.</li></ul>
	<p>Die Bewohner-Vertretung und die Leitung der Wohnstätte probieren eine Lösung zu finden.</p>
<p>Gemacht von:  AG Beaufragte Leichte Sprache und  Inklusive Schreibwerkstatt, Leichte Sprache der Lebenshilfe Hannover Bilder von:  Lebenshilfe-Bremen e.V. - Illustrator Stefan Albers</p>	
<p>600-A-F-20      13.11.2019      JT./ah.      Seite 1 von 1      Lebenshilfe </p>	



## Wie wird man Bewohner-Vertreter?



Alle \_\_\_\_ Jahre wird  
eine neue Bewohner-Vertretung gewählt.  
Es gibt \_\_\_\_ Bewohner-Vertreter.



Sie möchten Bewohner-Vertreter werden?  
Dann müssen Sie sich anmelden.  
Das heißt: Sie stellen sich zur Wahl auf.  
Alle die in der Wohnstätte wohnen  
dürfen sich zur Wahl aufstellen.



Bitte beantworten Sie die Fragen in der Tabelle.  
Geben Sie das Papier bei ihrer Leitung  
in der Wohnstätte ab.  
Nach der Anmeldung stehen Sie  
auf der Liste für die Wahl.  
Dann kann man Sie wählen.  
Wer die meisten Kreuze bekommt,  
ist dann ein Bewohner-Vertreter.

# Selbstbestimmung als demokratischer Prozess: Politische Bildung und politische Mitbestimmung im Erwachsenenalter



ICH MÖCHT  
EZUMCOM  
PUTER

Lebenshilfe hannover.de

Bewohner\*innen beschreiben Belastungen durch Corona und wenden sich an Verbände und Politiker\*innen.

Ich will selbst bestimmen  
wann ich Urlaub mache  
→ Keinen Zwangsurlaub  
durch Corona

Lebenshilfe hannover.de

Lebenshilfe  
Hannover  
Ich möchte unbedingt wieder  
arbeiten!  
Mir ist langweilig und mir geht  
es nicht gut, wenn ich nur zu  
Hause bin!

Beispiel aus der Lebenshilfe Hannover:

## Für sich selbst und die eigenen Rechte eintreten



### Die AG Respekt und Toleranz

Wir sind die AG Respekt und Toleranz.

Unsere AG gibt es seit April 2016.

Wir kommen aus der Wohnstätte Villa Beindorff.

#### Unsere Themen sind:

Respekt und Toleranz

Wertschätzung

Selbstbestimmung

Wir reden über das Thema.

Wir denken uns Aktionen aus.

Wir spielen Theaterstücke.

Wir denken uns Spiele aus.



#### Wir haben unsere AG schon oft vorgestellt.

Zum Beispiel: Auf Straßenfesten.

Im Rathaus von Hannover.

Bei Veranstaltungen.

Respekt und Toleranz sind schwere

Wörter.



Alle Menschen gehen gut miteinander um.

Das heißt: **Respekt**



Alle Menschen nehmen Rücksicht  
auf andere Menschen.

Das heißt: **Toleranz**

## Selbstbestimmung als demokratischer Prozess

Das Einüben demokratischer Prozesse erfordert eine Grundhaltung im Miteinander: Man verfügt nicht, sondern eröffnet Wahlmöglichkeiten, aktiv mitzugestalten oder auch aktiv abzulehnen.

### **Beispiele aus der Lebenshilfe Hannover (Wohnstätte Weberstraße):**

- » *Es gibt regelmäßige Gruppenbesprechungen, wo Abläufe, Ideen, Entscheidungen diskutiert werden.*
- » *Flexible Absprachen: Es gibt keine festen Essenszeiten - jede Etage hat für sich entschieden, ob alleine, gemeinsam, zu regelmäßigen Zeiten gegessen wird und ob gemeinsam oder individuell eingekauft wird.*

Die Erfahrung von Selbstbestimmung und das Ausprobieren von Wahl- und Entscheidungsmöglichkeiten bedeuten auch, Konsequenzen der eigenen Entscheidungen zu erfahren.

Unangenehmes muss dann auch mal ausgehalten werden.

# Die Formulierung im Gespräch macht den Unterschied

## Fremdbestimmung

Du räumst jetzt die Spülmaschine aus!

Du musst jetzt 10 Euro Gruppengeld für die Tagesförderstätte / Werkstatt bezahlen.

Du gehst jetzt ins Bett.

Heute gehen wir alle ins Kino.

Das Essen wird bestellt.

## Demokratie üben

Wir alle müssen die Küche in Ordnung halten.  
Was könntest Du dabei tun?

Wir sammeln Gruppengeld ein. Möchtest du einen Anteil dazu geben?

Weißt du wie spät es ist?  
Wann ist eine gute Zeit für dich, ins Bett zu gehen?

Hier ist das Veranstaltungsprogramm. Wollen wir gemeinsam schauen und ihr sucht den Film aus.

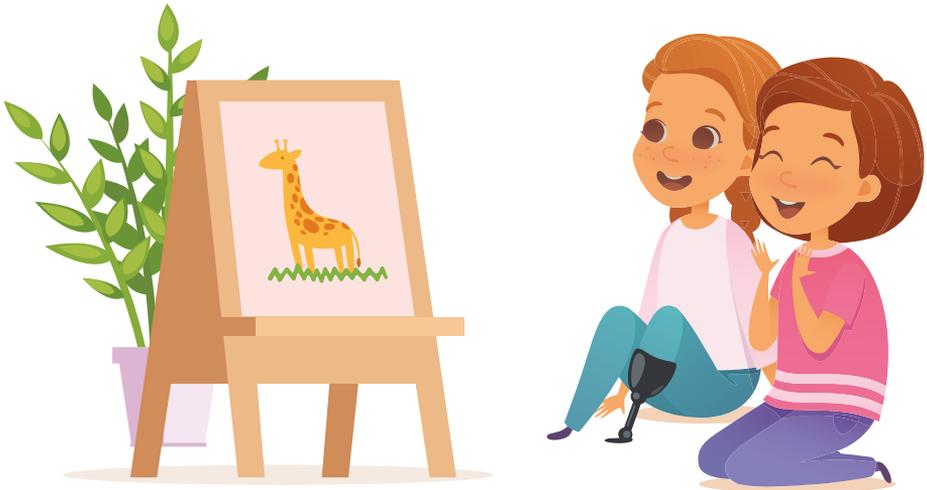
Wir wählen gemeinsam das Essen aus dem Speiseplan aus.



## B. Bildung und Kommunikation als Teil von Selbstbestimmung

*Der Zugang zu barrierefreien Informationen ist wichtig, um von verschiedenen Möglichkeiten zu erfahren, eine Situation abschätzen oder verstehen zu können und daraufhin eine Wahl oder Entscheidung treffen zu können.*

*Leichte Sprache oder Unterstützte Kommunikation können helfen, die Umgebung oder Neues besser zu verstehen und eine Ausdrucksmöglichkeit zu finden.*



## B.1 Leichte Sprache



### Was ist Leichte Sprache?

Leichte Sprache ist leicht zu verstehen.

Leichte Sprache ist auf dem Sprachniveau A1 bis A2.

Leichte Sprache kann man schreiben und sprechen.

Bilder helfen den Text zu verstehen.

Leichte Sprache ist ein Sprachkonzept mit festen Regeln. Zum Beispiel:

- » Einfache Worte
- » Kurze Sätze
- » Große Schrift

### Warum ist Leichte Sprache wichtig?

Durch Leichte Sprache kriegen viele Menschen Informationen.

Viele Menschen können Leichte Sprache besser verstehen.

Leichte Sprache hilft:

- » selbst zu entscheiden
- » und selbst zu bestimmen.

Darum ist Leichte Sprache wichtig.

### Für wen ist Leichte Sprache?

Für Menschen:

- » mit geistiger Behinderung.
- » mit Lernbehinderung.
- » die nicht gut lesen können.
- » die nicht gut schreiben können.
- » die nicht so gut Deutsch können.
- » die nicht gut sehen können.
- » die Leichte Sprache lernen möchten.

Die Inklusive Schreibwerkstatt - Büro für Leichte Sprache der Lebenshilfe Hannover unterstützt Sie gerne!



# Inklusive Schreibwerkstatt

## Büro für Leichte Sprache

### **Unsere Angebote:**

- » Wir übertragen Texte in Leichte Sprache.
- » Wir prüfen Texte in Leichter Sprache.
- » Wir erklären die Regeln der Leichten Sprache.
- » Wir machen Kurse und Schulungen zum Thema Leichte Sprache.
- » Wir machen Lesungen in Leichter Sprache.
- » Wir machen einmal im Monat eine offene Lese-Gruppe.

### **Die Expert\*innen-Prüfung:**

- » Unsere Texte werden auf Verständlichkeit geprüft.
- » Erst wenn die Prüferinnen und Prüfer ihr Okay geben, ist der Text in Leichter Sprache.
- » Unsere Prüferinnen und Prüfer sind Menschen
- » mit geistiger Behinderung.

## **B.2 Unterstützte Kommunikation (UK)**

Im Durchschnitt spricht jeder Menschen 16.000 Wörter pro Tag. Beispielsweise fragen wir nach der Marmelade auf dem Tisch oder erkundigen uns nach den Fußballergebnissen. Weiter tauschen wir uns mit anderen Menschen über die Erlebnisse des letzten Wochenendes aus oder beschweren uns über den Mitbewohner, der zu laut Musik hört. Wenn wir Schmerzen haben oder uns etwas freut, äußern wir es.

## **Auch wer nicht sprechen kann, hat viel zu sagen!**

Einige Menschen können dieses Grundbedürfnis nach Kommunikation durch Lautsprache nicht befriedigen. Die Zielgruppe von UK sind Menschen, die nicht sprechen, kaum sprechen oder sehr schwer verständlich sprechen. Die Hilfsmittel sollen aber nicht die Lautsprache ersetzen. Im Gegenteil helfen sie sogar den Spracherwerb zu unterstützen, da sie einen weiteren Zugang zur Sprache bieten.

Dafür können verschiedene Arten von Kommunikationsmitteln genutzt werden. In der Regel wird eine individuelle Kombination aus den Formen ausgewählt.

## **Durch Unterstützte Kommunikation können Menschen, die nicht oder nur wenig lautsprachlich kommunizieren...**

- » verstehen was mit ihnen passiert (Tagebuch, Abläufe).
- » die Umwelt beeinflussen.
- » Aufmerksamkeit bekommen.
- » erleben, dass sie verstanden werden.
- » etwas auswählen, etwas selber bestimmen.
- » Mitspielen und auch einmal „Spiel-Bestimmer“ sein.
- » Bedürfnisse und Gefühle ausdrücken.
- » von Erlebnissen berichten.
- » Fragen stellen und Antworten bekommen.
- » sich im Alltag zurechtfinden.
- » Beziehungen gestalten.
- » mit Fremden Kontakt aufnehmen.

## Körpereigene Kommunikationsformen



Körpereigene Kommunikationsformen sind z.B. Gebärden nach den „Kestner Gebärden“, „Schau doch meine Hände an“ oder „Sprechen lernen mit GUK“, die als eigenständige Sprache oder als Unterstützung zum Sprechen verwendet werden können.

Zu den körpereigenen Kommunikationsformen zählen auch Gestik, Mimik und vegetative Veränderungen.

## Hilfsmittelgestützte Kommunikationsformen Nicht elektronische Kommunikationsformen



Nicht elektronische Kommunikationsmittel sind z.B. reale Gegenstände, Fotos, Piktogramme oder Bilder die als Darstellungsformen direkt, z.B. durch Zeigen oder Übergabe, zur Kommunikation genutzt werden.

Beispielsweise können sie in einer Kommunikationsmappe, an einem Schlüsselring befestigt oder in einem Talker genutzt werden. Mögliche Piktogrammarten sind METACOM, Picto-Selector oder Bilder der Lebenshilfe Bremen. Diese stehen den Mitarbeitenden der Lebenshilfe Hannover zur Verfügung.

## Elektronische Kommunikationsformen



### Powerlink und Tasten

Dabei handelt es sich um eine Möglichkeit elektronische Geräte zu steuern. Dies sind sowohl speziell dafür entwickelte Geräte (z.B. tanzendes Spielzeug) sowie Alltagsgeräte (z.B. Mixer).



## Taster



Dabei handelt es sich um kleine Geräte, die auf Knopfdruck gespeicherte Nachrichten abspielen. Abhängig von der Ausführung enthalten sie eine oder mehrere Nachrichten und können selber besprochen werden.



## Talker mit Sprachausgabe



Die Felder des Talkers können einzeln ausgewählt werden und sind ein- oder mehrdimensional aufgebaut.

Die Anzahl der Felder ist meist individuell auf der\*die Nutzer\*innen anpassbar. Die Steuerung erfolgt, abhängig von den Fähigkeiten, mit dem Finger oder anderen Körperteilen wie Augen- oder Kniebewegung.



Gerne berät die UK Fachberatung der Lebenshilfe Hannover und stellt viele Kommunikationshilfen zum Ausprobieren zur Verfügung.

Es lohnt sich auch die Kolleg\*innen zu fragen, da sich oft viel Material schon vor Ort befindet.

Ansprechpartnerinnen:

Juliane Tegtmeyer

Tanja Simanowski

Fachberatung Unterstützte Kommunikation (UK)

Charlottenstr. 1

30449 Hannover

Tel. (0511) 89 70 79 89

[unterstuetzte-kommunikation@lebenshilfe-hannover.de](mailto:unterstuetzte-kommunikation@lebenshilfe-hannover.de)

## Nützliche Apps

Die Apps können auf ein iPad installiert werden. Für Android gibt es eine kleinere Auswahl an Apps. Eine ausführlichere Liste finden Sie im Gruppenordner „Leichte Sprache und UK“.



### App GoTalkNow Plus DE

Symbolisierte Kommunikationsapp



### App MetaTalkDe

Symbolisierte Kommunikationsapp



### Let me Talk

Symbolisierte Kommunikationsapp



### App METATWIST

Memory mit METACOM Symbolen



### Tipp mal

Diagnostikapp zum Sprachverständnis



### Quizmaker

Multiple Choice Quiz mit METACOM-Symbolen.



### Book Creator for iPad

Erstellen und angucken von E-Books



### Gebärdensprache Wörterbuch

DGS-Gebärden mit Gebärdenvideos.



### EiS - Eine inklusive Sprachlern-App

DGS-Gebärden mit METACOM Symbolen und Schrift.

## B.3 Alle Menschen können lernen: Bildung für alle!

Alle Menschen können lernen und sich entwickeln:

- » unabhängig davon, ob sie eine Beeinträchtigung haben,
- » unabhängig davon, wie stark ihre Beeinträchtigung ist,
- » unabhängig von ihrem Lebensalter.

Unsere Aufgabe als Mitarbeiter\*innen der Lebenshilfe Hannover ist es, einen möglichst guten Rahmen dafür zu schaffen, dass alle Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen mit Behinderung die Möglichkeiten haben, sich zu entwickeln.

Diese positive Entwicklung kann durch die Beseitigung vielfältiger Barrieren, durch Training, durch Anregung, durch Kommunikation, durch Begleitung und Assistenz oder auch durch technische Hilfsmittel unterstützt werden.



Artikel 24 der UN-BRK Bildung beschreibt „das Recht von Menschen mit Behinderungen auf Bildung

*[...] [Dazu zählt] lebenslanges Lernen mit dem Ziel, a) die menschlichen Möglichkeiten sowie das Bewusstsein der Würde und das Selbstwertgefühl des Menschen voll zur Entfaltung zu bringen und die*

*Achtung vor den Menschenrechten, den Grundfreiheiten und der menschlichen Vielfalt zu stärken; b) Menschen mit Behinderungen ihre Persönlichkeit, ihre Begabungen und ihre Kreativität sowie ihre geistigen und körperlichen Fähigkeiten voll zur Entfaltung bringen zu lassen; c) Menschen mit Behinderungen zur wirklichen Teilhabe an einer freien Gesellschaft zu befähigen“.*

**Wichtig ist dabei, dem Gegenüber neue Möglichkeiten, Interessen und Erfahrungen generell zuzutrauen und dann auch zu ermöglichen.**

Beispiele für Möglichkeiten zu Lernen, Neues zu entdecken, Interesse an etwas zu entwickeln, die eigene Meinung zu vertreten:



» Schaukasten im Bün tepark:  
„Das Thema des Monats“

» Taster mit Sprachausgabe erläutert dazu  
„Das Thema oder Wort des Monats“:  
Ein wichtiges Wort wird gemeinsam  
gesucht, beschrieben, auf allen Sinnes-  
ebenen ausgedrückt



» Teilnahme an Seminaren, z.B. zum Thema  
Biografiearbeit, Ich-Buch- oder  
Lebensbuch-Arbeit; Bewohner\*innen-  
vertretung, sexuelle Selbstbestimmung



» „10-Minuten-Lebenshilfe“:  
Kurzvorträge im NiL

» Ehrenamtsarbeit im NiL



**FORTBILDUNGS  
PROGRAMM**  
für alle Beschäftigten der  
Lebenshilfe Hannover

» Teilnahme an inklusiven Seminaren in  
Kooperation mit der Leibniz Universität:  
Gemeinsam Lernen zu politischen Themen

» Inklusive Seminarangebote im Inhouse-  
Fortbildungsprogramm, z.B. Thema  
gesunde Ernährung



## B.4 Information und Bildung als Unterstützung von Wahl- und Entscheidungsmöglichkeiten

Selbstbestimmung oder auch Autonomie bedeutet dabei vor allem, sich die individuelle Freiheit durch die eigenen Handlungen erschließen zu können.

Darum geht es in professioneller Arbeit:

**Menschen auf ihrem ganz eigenen Lebensweg, bei ihren eigenen Entscheidungen, bei Herausforderungen zu unterstützen.**

Wichtig ist:

- » dass die von uns begleiteten Menschen sich ihre selbstgewählte Freiheit erschließen können
- » dass sie Abenteuer und neue Erfahrungen erleben
- » dass sie Freund\*innen treffen und Hobbys haben, ganz nach ihren Möglichkeiten, ihrem Eigensinn und mit der notwendigen respektvollen Unterstützung und Begleitung.

Ein wichtiger Schritt dazu sind passende Informationen, um sich Wahlmöglichkeiten erschließen zu können.

Gerade bei Menschen mit hohem Unterstützungsbedarf scheint die Verantwortung der begleitenden Menschen besonders groß. Wo liegen die Möglichkeiten, mehr über deren Selbstbestimmungswünsche und -kompetenzen zu erfahren?

Viele Gelegenheiten für Wahl- und Entscheidungsmöglichkeiten müssen geschaffen, arrangiert, assistiert oder stellvertretend einführend ausgeführt werden, damit Selbstbestimmung wachsen kann und erfahrbar gemacht wird.

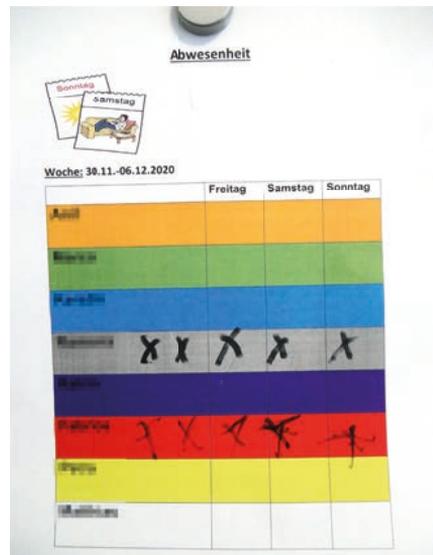
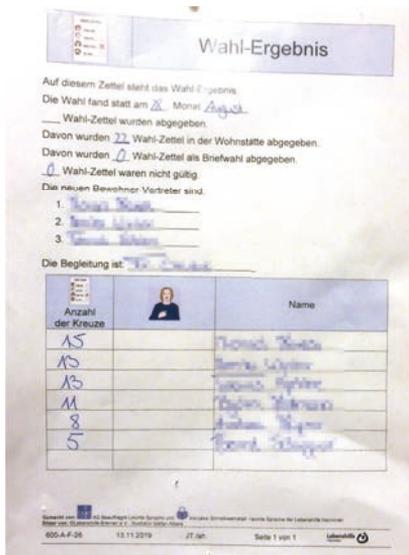
Es ist wichtig, über individuelle Möglichkeiten von Austausch und Kommunikation nachzudenken und kreativ und mutig Interaktion gemeinsam zu entdecken.

Tages-, Wochen-, Essens- oder individuelle Hygienepläne mit Bildern oder Piktogrammen sind eine gute Grundlage, zu wissen was wann passiert, sich zu informieren, eine Wahl zu haben und dann Entscheidungen für oder gegen etwas zu treffen.



Ein Speiseplan in der Wohnstätte Büntepark mit Piktogrammen und sprechenden Tastern.

Übersichtspläne aus den Weberhäusern: Wahlergebnis der Bewohner\*innenvertretung und Abwesenheitsliste



## Ein Arbeitsplan der Tagesförderstätte Büttnerstraße



## Ein individueller Wochenplan aus der Wohnstätte Villa Beindorff

 Mein Wochenplan						
 Mein Name ist: ██████████ ██████████						
Mo Montag	Di Dienstag	Mi Mittwoch	Do Donnerstag	Fr Freitag	Sa Samstag	So Sonntag
 Arbeiten	 Arbeiten	 Arbeiten	 Arbeiten	 Arbeiten	 DVD gucken	 DVD gucken
 Wäsche in den Schrank	 duschen	 Mit dem Tablet ins Internet	 Computer spielen	 Talker üben	 Computer spielen	 Geschirrspüler ausräumen
 Nachrichten gucken	 Nachrichten gucken	 Nachrichten gucken	 Nachrichten gucken	 duschen	 Geschirrspüler ausräumen	 duschen
 Fernsehen gucken	 Fernsehen gucken	 Fernsehen gucken	 Fernsehen gucken	 Mit dem Tablet ins Internet	 Fernsehen gucken	 Fernsehen gucken
 Kelloggs essen				 Kelloggs essen		

# C. Reflexion von Handlungen und Strukturen

*In der Begleitung von Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderungen sind auch wir Mitarbeiter\*innen gefordert, unser Denken und Handeln neu zu definieren, in Frage zu stellen und gegebenenfalls zu verändern. Wichtig ist dabei eine grundsätzlich zutrauende Haltung und ein positives Mitgehen der individuellen Lebensgestaltung.*

## C.1 Von der Fürsorge zur Selbstbestimmung

In der Vergangenheit wurde eher in fürsorglicher Pflicht gegenüber den Menschen mit Behinderung gehandelt: In gut gemeinter Absicht wurde möglichst viel abgenommen, stellvertretend entschieden oder ausgeführt. Heute sind die Begleitpersonen in kooperativer und assistierender Funktion tätig. Sie sind dafür da, Chancen, Möglichkeiten und die Entwicklung eigener Entscheidungsfähigkeit zu begleiten und zu unterstützen. Das kann auch bedeuten, andere Sichtweisen und Entscheidungen anzunehmen und aushalten zu können, wenn sich jemand ganz anders entscheidet, als man selbst für die Person gut gefunden hätte.

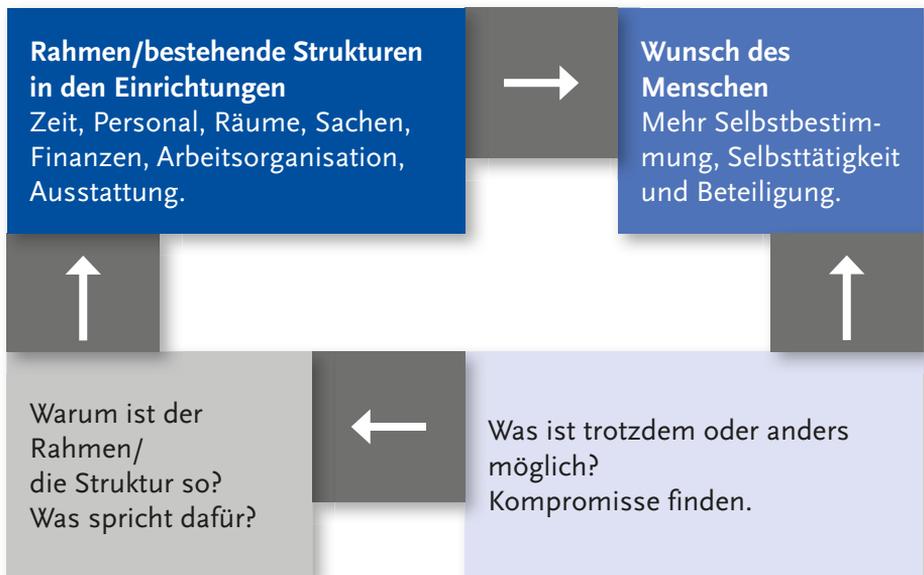


Diese Veränderung ist nicht nur für Menschen mit Behinderung neu. Auch wir als Mitarbeiter\*innen müssen uns aus alten und häufig starren Strukturen befreien und unser Denken und Handeln in Bezug auf unsere Arbeit und das Miteinander neu ausloten. Hierbei sind Empathie, Menschenkenntnis und ein umfassendes

Fachwissen, aber auch Mut erforderlich. Wir müssen die einzelne Person als Individuum sehen, uns auf jede Person neu einstellen, ihre Bedürfnisse und Wünsche aber auch die Überwindung von Grenzen, die durch die Behinderung entstehen, im Blick haben.

## C.2 Rahmenbedingungen und Strukturen

**Alte Strukturen ..... neu gedacht !**



**Frage:**  
**Was ist höher zu bewerten ?**

Der berechtigte Wunsch selbst zu bestimmen oder die Einhaltung der teils eingefahrenen Arbeitsabläufe in den Einrichtungen?

Müssen sich Menschen mit Behinderungen dem institutionellen Rahmen anpassen oder wird der Rahmen flexibel an die Bedarfe der Menschen angepasst?

# Alte Strukturen ..... neu gedacht !

Einige Beispiele:

## Wunsch:

*Ich möchte gleich nach dem Essen in den Rollstuhl gesetzt werden, um dann mit anderen in einem anderen Raum zusammen zu sein.*



Das ist nicht möglich weil...

## Rahmen / Struktur

*Arbeitsorganisation, zeitliche Abläufe.*

*Nach den Mahlzeiten wird das Geschirr in die Küche gebracht, alle hauswirtschaftlichen Arbeiten werden sofort erledigt.*



## Was spricht für die bestehende Struktur ?

*Flüssige Arbeitsabläufe, Arbeitszeiten, die eingehalten werden müssen.*



## Mögliche Reaktion der Begleitung :

*Das geht jetzt nicht, ich muss jetzt erst das ganze Geschirr von allen in die Küche bringen, ich kann mich jetzt nicht um Sie kümmern.*

## Der Kompromiss :

- » *Umstrukturierung der Arbeitsabläufe.  
z. B. Die Hauswirtschaftskraft holt das Geschirr.*
- » *Wir räumen später gemeinsam ab.*

## Wunsch:

*Gesprächswunsch*



Das ist nicht möglich weil...

## Rahmen / Struktur

*In vielen Fällen keine 1 zu 1 Betreuung, festgelegte Arbeitszeiten, Mehrarbeit durch Vertretungsdienste.*



### Was spricht für die bestehende Struktur ?

*Keine Unterbrechung im Arbeitsablauf.*



### Mögliche Reaktion der Begleitung :

*Ich habe keine Zeit, kläre das mit deinem Bezugsbetreuer, das machen wir nachher, ich bin dafür nicht zuständig.*

### Der Kompromiss :

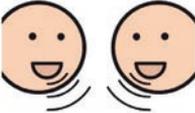
- » *Den Gesprächswunsch ernst nehmen, sich die Zeit nehmen um herauszufinden, ob das Gespräch sofort geführt werden muss.*
- » *Signalisieren, dass das Gespräch geführt wird, aber nicht jetzt.*
- » *Verbindliche Vereinbarungen treffen:*
- » *Gesprächstermine vereinbaren (ich werde gehört, ich habe Bedeutung).*
- » *Dokument „Ich bitte um ein Gespräch“ benutzen (siehe nächste Seite).*

Beispiel aus der Lebenshilfe:

## Der Gesprächsbogen „Ich bitte um ein Gespräch“

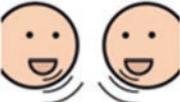
Respekt bedeutet nicht, dass alles sofort möglich ist. Aber dass wir zuhören und eine klare Rückmeldung geben, wann etwas bearbeitet wird und wann es eine Rückmeldung gibt.

Als Beispiel dafür ein in der Wohnstätte Villa Beindorff entwickelter Gesprächsbogen: „Ich bitte um ein Gespräch“.

	<p><b>Anleitung: Ich bitte um ein Gespräch</b></p> <p><b>Wann wird der Zettel ausgefüllt:</b> Bei Fragen Bei Problemen Bei Wünschen Bei Beschwerden</p>
	<p><b>Was passiert mit dem ausgefüllten Zettel:</b> Der Zettel wird bei einem Mitarbeiter abgegeben. Der Mitarbeiter unterschreibt als Empfänger mit Datum. Der Empfänger gibt den Zettel an die Person weiter, die um ein Gespräch gebeten wird.</p>
	<p><b>Was macht die Person, die den Zettel vom Empfänger erhalten hat:</b> Die Person, die um ein Gespräch gebeten wurde, nimmt Kontakt mit dem Schreiber auf.</p>
	<p><b>Wann ist der Zettel abgearbeitet:</b> Wenn das Gespräch geführt wurde unterschreibt die Person, die zum Gespräch gebeten wurde.</p>



## Ich bitte um ein Gespräch

	Mein Name ist: _____	
	Wen möchte ich sprechen? _____	
	Was möchte ich besprechen? _____	
	Empfänger: _____	
	Erledigt: _____	



## C.3 Selbstbestimmung vs. Gesetzliche Betreuung

Viele Personen mit geistiger oder komplexer Behinderung haben für einige oder auch alle Bereiche ihres Lebens eine gesetzliche Betreuung. Die Bereiche können die Vermögenssorge, Gesundheitsvorsorge, das Aufenthaltsbestimmungsrecht, Angelegenheiten von Post, Wohnung, Umgang mit Behörden betreffen. Eine gesetzliche Betreuung soll eine Unterstützung bei eigenen Entscheidungen und eine Hilfe in der alltäglichen Lebensgestaltung sein. Dennoch werden anhand der gesetzlichen Betreuung Möglichkeiten und Grenzen von Selbstbestimmung deutlich.

In der Broschüre „Betreuung - was ist das? Informationen in Leichter Sprache“ (2018, 8) werden die Aufgaben einer gesetzlichen Betreuung so beschrieben:

„Auch wenn Sie einen gesetzlichen Betreuer haben, [...] bestimmen Sie über Ihr Leben. Das gilt für große Entscheidungen. Zum Beispiel:  
Wann gehe ich in Rente? Will ich noch im Wohnheim leben? Heirate ich meinen Freund oder meine Freundin?  
Lasse ich mich operieren?

Und das gilt auch für kleine Entscheidungen. Zum Beispiel: Welche Jacke kaufe ich mir? Wohin fahre ich in den Urlaub? Mit wem gehe ich ein Eis essen? Wann gehe ich schlafen?

**Das schwere Wort dafür heißt: Selbst-Bestimmung.**

Der gesetzliche Betreuer hilft Ihnen beim Gestalten Ihres Lebens. Ihre Wünsche stehen an erster Stelle. Ihre Wünsche dürfen Ihnen aber nicht schaden. Erst dann darf der gesetzliche Betreuer gegen ihren Willen entscheiden“ (ebd.)

## C.4 Empowerment zur sexuellen Selbstbestimmung

Der Begriff „Empowerment“ kann am besten mit Befähigung oder Stärkung der Selbstkompetenz von bisher benachteiligten Menschen beschrieben werden. Empowerment setzt an den Stärken und Ressourcen der Menschen an. Das Ziel ist, benachteiligte Menschen in die Lage zu versetzen:

- » ihre Rechte zu kennen,
- » die Durchsetzung ihrer Rechte selbst in die Hand zu nehmen
- » und über ihr Leben selbst zu entscheiden.

**Unterstützung von Selbstbestimmung bezieht sich auch auf die Anerkennung des grundlegenden Menschenrechts auf freie Ausübung der individuellen Sexualität.**

„Sexualität ist ein ursprünglicher, natürlicher, positiver und wertvoller Aspekt des Lebens. Sie ist ein notwendiger und grundlegender Teil des Menschseins. Alle Menschen haben das Recht, über ihr sexuelles und reproduktives Leben selbst zu entscheiden. Die Autonomie des Menschen ist Ausdruck seiner Würde, welche nach dem Grundgesetz unantastbar ist. Es gilt sie zu respektieren, zu schützen und zu fördern, ungeachtet dessen, ob eine Person von ihrer Handlungsfreiheit Gebrauch machen möchte oder dazu in der Lage ist“

*(Leitfaden des Runden Tisches „Sexualität und Behinderung“ für Dienste und Organisationen für Menschen mit Behinderungen 2020, 6)*

**Selbstbestimmung und Sexualität bedeutet, dass Möglichkeiten und Rückzugsräume zur Entdeckung der eigenen Sexualität geschaffen werden und gleichzeitig ein Schutz vor sexualisierter Gewalt und sexuellen Übergriffen sichergestellt wird.**

## Praxistipps aus der Lebenshilfe Hannover:

### Respekt vor der Privatsphäre

- » *Vor Betreten des Zimmers anklopfen und auf eine Antwort warten*
- » *Kein Bewohner\*innenzimmer betreten, wenn Bewohner\*in nicht da ist*
- » *Absprachen, wann und wie Bad/WC betreten werden dürfen*

„Rechtliche Betreuer\*innen müssen zum Wohl der Betreuten handeln und sie aufgrund ihrer Wünsche vertreten. Bei sehr persönlichen Lebensentscheidungen, die u.a. die sexuelle Selbstbestimmung betreffen, haben Betreuer\*innen kein Mitspracherecht. Dies bedeutet, dass auch Menschen mit Behinderungen mit einer gesetzlichen Betreuung in den folgenden Bereichen selbst entscheiden dürfen:

- » Partnerschaft
- » Freund\*innen
- » hetero- oder homosexueller Lebensform
- » Eheschließung
- » Familienplanung
- » Sexualität
- » Ausgehen

Die sexuellen Rechte sind unabhängig von der Geschäftsfähigkeit eines Menschen und können nicht durch andere Personen entschieden werden“.

*(Leitfaden des Runden Tisches „Sexualität und Behinderung“ für Dienste und Organisationen für Menschen mit Behinderungen 2020, 7)*

## **Praxistipps aus der Lebenshilfe Hannover:**

Im Wohnstätten-Verbund Linden wurden gute Erfahrungen durch folgende Angebote für Bewohner\*innen gemacht:

- » *Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen (Wendokurs)*
- » *Besuch von Beratungsstellen (Pro Familia) und Kontakt zum Frauen-Notruf*
- » *Kontakt zum Männerbüro „Mannigfaltig“*
- » *Kurse: „Mein Körper gehört mir!“*
- » *Paarbegleitung - Paarberatung*
- » *Gespräch über sexuelle Gewalt*
- » *Informationen über Beratungsstellen und Angebote zur Hilfe in Leichter Sprache*
- » *„Ja und Nein und lass das sein“ Theaterpädagogische Angebote zum Thema Sexualität und Selbstbestimmung der Theaterwerkstatt Osnabrück*



## C.5 Selbstbestimmung bei Menschen mit komplexer Behinderung

Für Menschen mit geistigen und komplexen Behinderungen sind die Möglichkeiten, Entscheidungen treffen oder auch nur mitteilen zu können, oft sehr eingeschränkt. Dies kann an einem traditionell geprägten Fürsorgebild liegen oder auch eine Wirkung institutioneller Rahmenbedingungen und vermeintlich festgeschriebener Vorgaben sein.

Menschen können zu mehr Selbstbestimmung befähigt werden, unabhängig von der Art oder Komplexität der Behinderung und vom Lebensalter.

Wertschätzung und eine respektvolle Wahrnehmung des Gegenüber haben nichts mit Fehlen von Zeit und anderen Ressourcen zu tun.

- » Wir machen Selbstbestimmung möglich, wenn Entscheidungen mit und nicht für Menschen getroffen werden.
- » Rahmenbedingungen können sich verändern, wenn wir bestehende Strukturen hinterfragen und Abläufe überprüfen.
- » Neues kann entstehen und gemeinsam möglich gemacht werden, wenn wir unsere eigene Haltung und Sichtweise von Strukturen hinterfragen.

### **Praxistipps aus der Lebenshilfe Hannover:**

Vielfältige Praxistipps für die Begleitung von Menschen mit komplexer Behinderung gibt es z.B. über die Stiftung Leben pur ([www.stiftung-leben-pur.de](http://www.stiftung-leben-pur.de)), bspw. zu den Themen Kommunikation, Gesundheit, Aktivität und Kreativität, Altern, Bildung, Arbeit, Freizeit, Schmerzen, Spielen, Sexualität, Sterben, Tod und Trauer.

## **Beispiel: Förderung von Selbstbestimmung und Erfahren von Selbstwirksamkeit bei Menschen mit komplexen Beeinträchtigungen.**

*(vgl. Hahn 1994, 90)*

### **Autonomieprinzip: Entscheidungen begleiten, Fragen stellen:**

#### **Die Begleitpersonen fragen...**

...welche Mütze aufgesetzt werden soll.

...welcher Apfel, welcher Bonbon gewünscht ist.

...ob der Scheitel beim Kämmen so oder so sein soll.

...mit welchem Ärmel beim Anziehen begonnen werden soll

...welche Hand zuerst gewaschen werden soll.

...wohin das Kissen im Rollstuhl soll.

...wohin der Mensch im Rollstuhl will.

### **Prinzip Fremdbestimmung, wo Selbstbestimmung möglich wäre.**

#### **Die Begleitpersonen...**

...setzen die Mütze auf.

...geben einen Apfel, einen Bonbon.

...entscheiden über den Scheitel.

...bestimmt über die Abfolge beim Anziehen.

...wäscht eine Hand ohne zu fragen.

...bestimmen über den Platz des Kissens im Rollstuhl.

...bestimmen über den Platz auf den der Mensch im Rollstuhl kommt.

## C.6 Haltung: Das, was uns bewegt - Von der Haltung zur Handlung

### **Von Macht und Einschränkung von Selbstbestimmung:**

- » Vorenthalten von Wahlmöglichkeiten
- » Übergreifende Fürsorge
- » das Androhen negativer Konsequenzen bei „unerwünschtem“ Verhalten (z.B. das Streichen von Süßigkeiten oder Nachtisch, das Vorenthalten von Telefonaten, das Nicht-Herausgeben der Fernbedienung für den Fernseher).

### **Praxistipps aus der Lebenshilfe Hannover:**

Was hilft, Haltungen im Team zu hinterfragen und Selbstbestimmung zu unterstützen?

- » *Vernetzung mit anderen Einrichtungen und Gruppen: Neuer Blick auf alte Muster*
- » *Empathie, gelebte Selbsterfahrung (z.B. Rollstuhltraining) und Mut zur Veränderung*
- » *Eigene und fremde Ideen, Sichtweisen, Grenzen anerkennen*
- » *Eigene Arbeitsweise spiegeln*
- » *Die andere Person mit ihrer individuellen Lebensgeschichte im eigenen „So-Sein“ annehmen und akzeptieren*
- » *Machtstrukturen erkennen und hinterfragen*
- » *Unterschiede in Sichtweisen, Wünschen, Wahrnehmungen, Reaktionen aushalten können*
- » *Erfahrungsaustausch mit anderen: Kollegiale Beratung*

## C.6.1 Machtstrukturen: Was verhindert Selbstbestimmung?

### Was verhindert Selbstbestimmung?

- » *Unsinnige, bzw. nicht nachvollziehbare Handlungen.*
- » *Bewusstes Nichtreagieren in Situationen, die einer Reaktion bedürfen, soziale Isolation, Ignorieren.*
- » *Das Gegenüber für die eigenen Reaktionen verantwortlich machen.*
- » *Verbale Verletzung und Beleidigung, Ironie, lächerlich machen, Sarkasmus, Abwertung des Themas oder der Person.*
- » *Bewusste Unterschätzung oder Überforderung der Person.*
- » *Willkürliche Regelungen, strafende Konsequenzen, nicht nach-vollziehbare Vereinbarungen.*
- » *Missachtung der Privatsphäre. Nicht respektieren von Grenzen.*
- » *Unbedachte, übergriffige oder überzogene Machtausübung.*

*Auszug in Anlehnung aus: Anthropoi Bundesverband (Hrsg.) (2019): Kompendium Gewaltprävention.*



## C.6.2 Fragensammlung zum Thema Selbstbestimmung

### Mehr Selbstbestimmung ist möglich!

- » Wo kann der Mensch mit Behinderung bei der Teilhabe am Leben in unserer Einrichtung selbstbestimmt handeln?
- » Wo und wie möchte und kann er sich einbringen? Stärkenanalyse: Welche Stärken und Ressourcen bringt die Person mit?
- » Welche konkreten Wünsche und Vorstellungen der Person mit Behinderung gibt es?
- » Gibt es Unterstützer\*innen?
- » Welche Barrieren oder Herausforderungen bestehen?
- » Resultat der Diskussion / Zielsetzung / nächste Schritte / wer macht was?



#### Mitbestimmen! Fragensammlung zur Partizipation

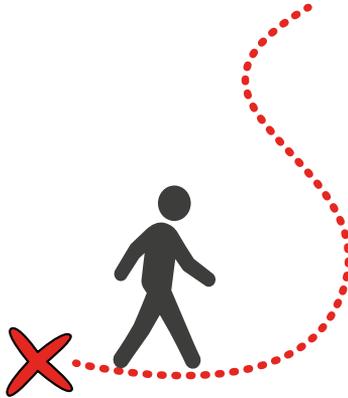


#### Mit-Bestimmen! Fragen-Sammlung in Leichter Sprache



Weitere Anregungen für die Diskussion im Team und zum Nachdenken für sich selbst finden sich bspw. in der Fragensammlung zur Partizipation - die Fragensammlung ist in Schwerer und Leichter Sprache kostenlos im Download erhältlich. Die Internetseite bietet viele interessante Möglichkeiten, mit wenigen Klicks sich eine eigene Fragensammlung zusammenzustellen. Im Fortbildungsprogramm der Lebenshilfe Hannover finden Sie (inklusive) Bildungsangebote zum Umgang mit der Fragensammlung!

**„Die grundlegende Haltung im Miteinander: Anerkennung des unveräußerlichen Menschenrechts auf Mit- und Selbstbestimmung! So wichtig, dass es hier erneut genannt wird“**



In der Gestaltung dieses Leitfadens orientierten wir uns an einer Perspektive der Menschenrechte. Menschen mit Behinderungen verfügen unabhängig vom Ausmaß ihrer Beeinträchtigung über ein unveräußerliches Mitgestaltungs-, Beteiligungs- und Wahlrecht im Hinblick auf ihr Leben, Lernen, Arbeiten und Wohnen.

*Nur weil keine Wünsche geäußert werden, heißt es nicht, dass keine Wünsche vorhanden sind. Entscheidungskompetenz muss gelernt, geübt und grundsätzlich ermöglicht werden, um Selbstbestimmung passieren zu lassen.*

*Das ist die Grundlage unserer Arbeit in der Lebenshilfe Hannover: Die grundlegenden Strukturen und individuelle Möglichkeiten für Menschen mit geistigen und komplexen Behinderungen zu schaffen, respektvoll, auf Augenhöhe und in der Anerkennung ihrer Würde und ihrer Individualität begleitet zu werden.*

## Quellen

**Aktionsplan Inklusion und Teilhabe** - der Lebenshilfe Hannover zur Umsetzung der UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen 2013 bis 2018 Oktober 2013 , Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung gGmbH [http://www.lebenshilfe-hannover.de/dokumente/upload/ec133\\_lhi\\_ap-a4.pdf](http://www.lebenshilfe-hannover.de/dokumente/upload/ec133_lhi_ap-a4.pdf)

**Anthropoi Bundesverband (Hrsg.) (2019)**: Kompendium Gewaltprävention. Unter: [https://anthropoi.de/fileadmin/Inhalt/Angebote/Gewaltpraevention/20191125\\_Kompendium\\_Gewaltpra\\_\\_vention\\_2019.pdf](https://anthropoi.de/fileadmin/Inhalt/Angebote/Gewaltpraevention/20191125_Kompendium_Gewaltpra__vention_2019.pdf) [22.12.2020]

**Apel, M., Kleine Schaars, W. (2008)**: Anleitung zur Selbstständigkeit. 4. Auflage. Weinheim, München: Juventus.

**Beauftragter der Bundesregierung für die Belange von Menschen mit Behinderung (2019)**: Die UN-Behindertenrechtskonvention in Leichter Sprache. Unter: [https://www.behindertenbeauftragter.de/SharedDocs/Publikationen/UN-Konvention\\_leichteSprache.html?nn=1859452](https://www.behindertenbeauftragter.de/SharedDocs/Publikationen/UN-Konvention_leichteSprache.html?nn=1859452) [22.12.2020]

**Beauftragter der Thüringer Landesregierung für Menschen mit Behinderung (2018)**: Betreuung—was ist das? Informationen in Leichter Sprache. Unter: [https://www.thueringen.de/mam/th10/bb/broschure\\_betreuung\\_-\\_was\\_ist\\_das\\_-\\_barrierefrei\\_stand\\_juni\\_2018.pdf](https://www.thueringen.de/mam/th10/bb/broschure_betreuung_-_was_ist_das_-_barrierefrei_stand_juni_2018.pdf)

**Bundesverband evangelische Behindertenhilfe e.V. (Hrsg.) (2019)**: Mitbestimmen! Fragensammlung zur Partizipation. In Schwerer und Leichter Sprache erhältlich. Unter: <https://beb-ev.de/inhalt/mitbestimmen-fragensammlung-zur-partizipation-und-mit-bestimmen-fragen-sammlung-in-leichter-sprache/> [22.12.2020]

**Doose, S. (o.J.):** Zukunftsplanung: Personenzentriertes Denken und Persönliche Zukunftsplanung - Grundlagen und Grundgedanken; In Online Handbuch Inklusion als Menschenrecht: <http://www.inklusion-als-menschenrecht.de/gegenwart/materialien/persoenliche-zukunftsplanung-inklusion-als-menschenrecht/zukunftsplanung-personenzentriertes-denken-und-persoenliche-zukunftsplanung/> [22.12.2020]

**Doose, S. (2011):** „I want my dream!“ Persönliche Zukunftsplanung. Neue Perspektiven und Methoden einer personenzentrierten Planung mit Menschen mit Behinderungen. Broschüre mit Materialenteil. 9. überarbeitete Auflage. Kassel: Mensch zuerst.

**Hahn, M. (1994):** Selbstbestimmung im Leben auch von Menschen mit einer geistigen Behinderung. In: Geistige Behinderung 33/2; 81-94

**Hähner, U., Niehoff, U., Sack, R. & Walter, H. (2005):** Kompetent begleiten: Selbstbestimmung ermöglichen, Ausgrenzungen verhindern! Die Weiterentwicklung des Konzepts »Vom Betreuer zum Begleiter«. Marburg: Lebenshilfe-Verlag.

**Heiden, H.-G.(2014):** „Nichts über uns ohne uns“ Von der Alibi Beteiligung zur Mitentscheidung! Eine Handreichung zur Umsetzung des Gebotes der „Partizipation“ der UN-Behindertenrechtskonvention. In: Netzwerkartikel 3E (Hrsg.), Verein für Gleichstellung und Menschenrechte e.V. Berlin. Unter: <http://www.nw3.de/attachments/article/115/Nichts%20%C3%BCber%20uns%20ohne%20uns%20-%20Von%20oder%20Alibi-Beteiligung%20zur%20Mitentscheidung!.pdf> [22.12.2020]

**Osbahr, S. (2003):** Selbstbestimmtes Leben von Menschen mit einer Behinderung. 2.Auflage. Luzern: SZH/CSPS.

**Weingärtner, C. (2006):** Schwer geistig behindert und selbstbestimmt. Eine Orientierung für die Praxis. Freiburg: Lambertus.

Piktogrammsammlungen:

- » Picto-Selector - M.C. van der Kooij
- » METACOM Symbole © Annette Kitzinger
- » © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013

## Notizen



## Notizen



## **Impressum**

Herausgeber:  
Lebenshilfe für Menschen mit  
geistiger Behinderung gGmbH  
Büttnerstraße 8  
30165 Hannover

Telefon: (0511) 9 35 90-0  
E-Mail: [info@lebenshilfe-  
hannover.de](mailto:info@lebenshilfe-hannover.de)

Geschäftsführerin:  
Christine Lenssen

Fotos: Lebenshilfe Hannover  
Layout: pritti wummen®