

## Selbst-Bestimmung und Teilhabe - Miteinander für ein gutes Leben



*Jeder Mensch ist gleich viel wert.*

*Jeder ist einzigartig.*

*Jeder wird wertgeschätzt und ernst genommen.*

*Jeder will ein gutes Leben.*

*Wir unterstützen das – individuell und auf Augenhöhe*

### Worum geht es in diesem Text?

- **Selbst-Bestimmung:** Ich will versuchen nach meinen Möglichkeiten über mein Leben selbst zu bestimmen.
- **Teilhabe:** Nicht nur dabei sein sondern richtig dazugehören.
- Alle Bewohnerinnen und Bewohner im Wohnbereich sollen **ein gutes Leben** haben.
- Was Bewohnerinnen, Bewohner und Mitarbeiter dafür tun können.

Die Gesetze für Menschen mit Behinderung sind jetzt besser geworden.  
Unterstützung für Menschen mit Behinderung soll auch besser werden.  
Wir haben aufgeschrieben, wie wir das gemeinsam schaffen können.

### **Früher** sagte man:

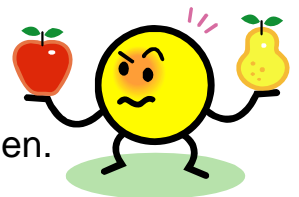
- „Wer geistig behindert ist, kann nicht selber entscheiden“.

Viele Menschen mit Behinderung mussten im Heim wohnen.  
Sie durften nicht selber entscheiden.  
Für jeden gab es das Gleiche.  
Zum Beispiel: Gleich viel zu Essen für jeden.  
Das war gerecht.  
Aber für viele war es nicht richtig.  
Zum Beispiel: Wenn jemand viel oder wenig Hunger hat.



### **Jetzt** sagt man:

- „Wer geistig behindert ist, kann selber entscheiden“.
- wenn ich etwas weiß und verstehe, kann ich mich entscheiden.  
Zum Beispiel:  
Wenn ich einen Vertrag verstehe:  
Dann kann ich das mit meinem Betreuer besprechen und entscheiden, ob ich den Vertrag unterschreibe.
- Menschen mit Behinderung gehören dazu.
- Alle Erwachsenen können leben, wo sie wollen.  
Und sie können so leben, wie sie wollen, wenn es ihnen dabei gut geht.
- Alle Menschen haben die gleichen Rechte.  
Und sie haben die gleichen Pflichten.
- Unterstützung ist gut, wenn sie stark macht.  
Ein schweres Wort dafür ist „Empowerment“.  
Zum Beispiel: Ich verstehe etwas nicht.  
Ich lasse es mir erklären.  
Wenn ich es verstanden habe, kann ich selber entscheiden.



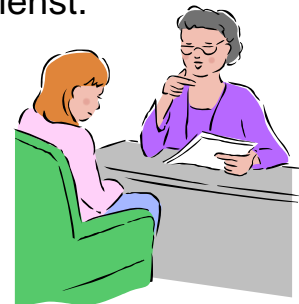
## Wir sagen:

- Gott hat die Menschen gemacht.  
Darum sind alle Menschen gleich gut.
- Niemandem soll etwas Schlimmes passieren.  
Zum Beispiel soll niemand einen Unfall haben.  
Darauf passen wir auf.
- Fehler sind nicht schlimm.  
Aus Fehlern kann man lernen.  
Wer aus Fehlern lernt, übt Selbst-Bestimmung.
- Wir wollen so reden und schreiben, dass alle Leute es verstehen können.  
Darum benutzen wir leichte Sprache.  
Und wir benutzen eine Sprache, die niemanden verletzt.  
Zum Beispiel sagen wir nicht einfach „Du“.

## ● Was tun wir für Ihre Selbst-Bestimmung?

### ● Sie finden heraus, wie Sie selbst- bestimmt leben können:

Dabei helfen Ihnen Ihre Bezugsperson und der Sozialdienst.  
Der Mitarbeiter hat Zeit für Ihre Fragen und Ideen.  
Die Entscheidungen treffen Sie selber.  
Diese Art von Unterstützung nennen wir Beratung.



- Sie überlegen: Was ist **ein gutes Leben** für mich?
- Und: Was will ich schaffen?  
Das schreiben Sie oder ein Mitarbeiter für Sie auf.
- Sie lernen Ihre Rechte und Pflichten kennen.

### ● Wir unterstützen Sie im Alltag:

Wenn Sie etwas nicht selber können, helfen wir Ihnen.  
Zum Beispiel beim Einkauf. Oder beim Kochen.  
Damit nichts vergessen wird, schreiben wir alles  
auf eine Liste.  
Darin stehen Sachen, die für ein gutes Leben wichtig sind.  
Diese Liste nennen wir BEST.



Das heißt **Beratung – Empowerment – Selbst-Bestimmung – Teilhabe.**

- **Wir planen gemeinsam:**

Es wird ein Orientierungsgespräch für Sie gemacht.  
Orientierung bedeutet, dass Sie sagen, was Sie  
in Ihrem Leben erreichen wollen.  
Das ist ein Treffen.



Dabei geht es um Ihre Ideen,- um Ihr Leben.  
Sie laden Leute ein, die Ihnen wichtig sind.  
Bezugsperson und gesetzlicher Betreuer/Betreuerinnen sind auch dabei.

Sie sind die Haupt-Person.

Sie erzählen, was Sie schaffen wollen.  
Und Sie erzählen, was ein gutes Leben für Sie bedeutet.  
Die anderen hören zu.

Jetzt haben alle gelernt, was Ihre Ziele sind.

Ihre Ziele und Ihr Hilfe-Bedarf bestimmen

- wobei Sie Hilfe bekommen
- wie die Hilfe sein soll
- wer Ihnen helfen soll
- was Sie selber können oder selber machen wollen
- was Sie selber für Ihre Ziele tun müssen

Jemand aus dem Sozialdienst leitet das Orientierungsgespräch  
und schreibt die Ergebnisse auf.

Das alles ist der **Auftrag**.  
Man kann auch sagen: Hilfeplan.

Das Treffen soll mindestens alle 2 Jahre sein sein.

- Da können Sie prüfen:
- Sind die Ziele erreicht?
  - Ist die Hilfe richtig?

---

Wenn Sie nicht lesen können dann macht das gar nichts.  
Lassen Sie sich den Text vorlesen.  
Wenn Sie etwas in diesem Text nicht verstanden haben, fragen Sie!  
Wenn Sie mit etwas nicht einverstanden sind, sagen Sie es!  
Jeder Mitarbeiter oder Ihr Heimbeirat hört Ihnen zu.

