



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Unsere Frage am Anfang war:

Was gehört zur Selbstbestimmung?

Wie – wo – wann – wie oft wünsche ich etwas?

Wer und was hilft mir dabei?



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Wie viel Freiheit habe ich?

Wer kann mir etwas verbieten?

Wer kann mir etwas aufdrängen?

**Gute Unterstützung macht den Weg frei und
unterstützt ohne Zwang**



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

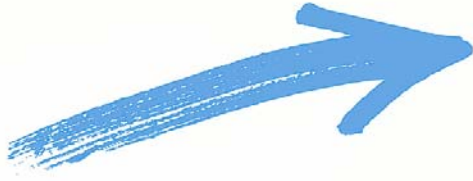
Wer sagt Bescheid?

Wo informiere ich mich?

Wen kann ich fragen?

Der Ton macht die Musik!

**Gute Unterstützung erklärt und informiert,
aber belehrt nicht!**



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Manchmal weiß ich nicht, was ich will.

Manchmal fehlt mir der Mut.

Manchmal fehlen mir die Worte.

**Gute Unterstützung ist aufmerksam und
geduldig!**

Sie lässt mich meinen Weg finden!



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Ich muss nicht immer nachgeben.

Ich kann immer Neues lernen.

Ich kann meine Wünsche verfolgen.

Erfolg macht stärker!

Selbstbestimmung kann man üben.



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Ich will eine Wahl haben.

Ich will meine Möglichkeiten kennen lernen.

Ich will mich einmischen und mitbestimmen.

**Gute Unterstützung hört auf mich und bietet die
Gelegenheit für Entscheidungen!**



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Es gibt Rechte beim Wohnen und Arbeiten.

Die Rechte vertritt der Heimbeirat und der Werkstattrat.

Keiner darf ausgelacht oder benachteiligt werden!

**Gute Unterstützung achtet meine Rechte und
hilft mir, sie zu nutzen!**



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Was wir lernen wollen:

- Geduld miteinander
- Respekt voreinander
- Sich informieren
- Nicht aufgeben

Rechte sind wie Werkzeuge,
es ist gut, wenn man sie nutzen kann!



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Was wir uns merken wollen:

**Jetzt kommen Ergebnisse aus der Gruppe
am 1. Tag...**

Wer seine Gruppe erkennt, darf winken...



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Das wollen wir uns merken:

**Wichtig ist, miteinander zu leben und eigene
Entscheidungen zu treffen!**

„Hellgrüne Gruppe“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Das wollen wir uns merken:

**Jeder kann und sollte selbst darüber bestimmen und mitbestimmen, was in seinem Leben geschieht!
Jeder sollte genug Zeit haben, um sich entscheiden zu können!**

„Dunkelblaue Gruppe“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Das wollen wir uns merken:

Wichtig ist, einander zu verstehen,
den anderen ernst zu nehmen,
sich füreinander Zeit zu nehmen,
zu versuchen, sich zu einigen!

Wir wollen Entscheidungen treffen, durchsetzen
und hinnehmen lernen!

„Dunkelgrüne Gruppe“



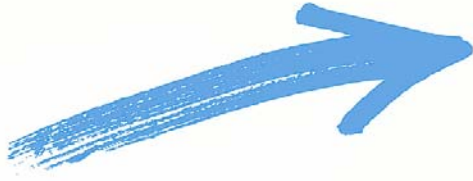
Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Das wollen wir uns merken:

Wichtig ist,
dass die Rechte und Pflichten des Heimbeirats
genauer festgelegt werden, genau wie für die
Werkstatträte!

„Weiße Gruppe“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Das wollen wir uns merken:

Selbstbestimmung gilt für alle, unabhängig davon, was man kann und wo man Unterstützung braucht.

Was gut ist: Erfolg macht stärker und macht es leichter, auch mal um Hilfe zu bitten.

„Hellblaue Gruppe“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Das wollen wir uns merken:

Selbstbestimmung heißt, Verantwortung für sich
und andere zu tragen.

Selbstbestimmung heißt, Mut zu haben.

Bei der Selbstbestimmung können Fehler
passieren, das gehört dazu!

„Hellgelbe Gruppe“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Das wollen wir uns merken:

Selbstbestimmung heißt nicht,
auf Hilfe zu verzichten.

„Gelbe Gruppe“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung

Das wollen wir uns merken:

Wir wollen zwischen vielen Wohnangeboten
wählen können und dürfen.

Jeder hat das Recht zu wählen.

Wir wollen selbst entscheiden,
was für uns gut ist.

„Dunkelgelbe Gruppe“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Ergebnisse vom 2. Tag:



Botschaften aus den Arbeitsgruppen: Wohnen

- „Hier wohne ich!“ (AG 1)

„Information ist wichtig, die Meinung muss gefragt sein und wenn es um wichtige Dinge geht auch die Zustimmung. Jeder braucht seine Form der Selbstbestimmung. Das kann man lernen.“

- Stress im Wohnheim? Der Heimbeirat kann helfen (AG 12)

„Es ist wichtig, über die Heimbeiratsarbeit zu informieren.“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Botschaften aus den Arbeitsgruppen: Arbeiten

- Arbeit ist das halbe Leben (AG 3)

„Wahlmöglichkeiten bieten ist eine Grundhaltung: Man muss informieren, miteinander sprechen, zutrauen und Lösungen suchen!“

- Mitbestimmung nur ein Wort? Aktiv im Werkstattrat (AG 5)

„Wir fordern eine bessere Zusammenarbeit zwischen Werkstattleitung und Werkstattrat!“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Botschaften aus den Arbeitsgruppen: Sich Begegnen

- Nur die Liebe zählt. Sexualität und Partnerschaft (AG 2)

„Für Menschen mit Behinderung ist ein Sexleben sehr wichtig und wir haben ein Recht darauf!“

- Wie sag ich`s meiner Assistentin? (AG 10)

???

Die Lösung, auf die sich alle einigen können, ist noch nicht gefunden!



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Botschaften aus den Arbeitsgruppen: Stark werden

- Mit mir nicht! Wie komme ich zu meinem Recht? (AG 4)

„Nur nicht aufgeben! Selbsthilfe und Selbstsicherheit stärken!“

- Wer vertritt uns, wenn nicht wir selbst? (AG 6)

„Selbsthilfegruppen sind ganz wichtig! Unterstützung und Vorschläge sind erwünscht, einmischen ist verboten!“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Botschaften aus den Arbeitsgruppen: Stark werden

- Wer zahlt, bestimmt! (AG 9)

„Das Persönliche Budget ist eine gute Idee für Selbstbestimmung, aber leider sehr schwierig.“

- Spür die Kraft, die in dir steckt (AG 15)

„Durch Bewegung, Begegnung und Freude, Kraft und Mut zur Selbstbestimmung“



Botschaften aus den Arbeitsgruppen: Erfahrungen sammeln

- Durchsetzen statt durchhängen! (AG 7)
...wurde in der Darstellung versucht...
- So seh' ich das! (AG 8)
„Viele Begegnungen, viel Neues, viele Blickwinkel, viele Augen!“
- Spielräume entdecken – das Leben lernen (AG 14)
„Lebenslange Bildung ist so wichtig wie lebenslang Nahrung!“
- „... das Weite suchen“ (AG 16)
„Gib uns genug Zeit, neue Wege auszuprobieren...“



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Botschaften aus den Arbeitsgruppen: Sich durchsetzen

- Hilfe, die Eltern kommen! (AG 11)
*„Ich muss meinen eigenen Weg selbst finden,
mit oder ohne die Familie.“*
- Wir erteilen die Aufträge! (AG 13)
*„Behindertenbeauftragte sollen Lotsen sein und
zur Selbstvertretung ermuntern!“*



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Es blieben auch Fragen offen...



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Offene Fragen, wenn ich selbst bestimme: Auf sich achten und sich entwickeln!

- Wer achtet auf meine Gesundheit?
- Wer achtet auf meine Sicherheit?
- Wer achtet darauf, dass es mir gut geht?
- Wer achtet darauf, dass ich dazulernen kann?



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Offene Fragen, wenn ich selbst bestimme: Die passende Unterstützung sichern und prüfen!

- Wer bestimmt, was gut ist?
- Wer sorgt dafür, dass mir das Geld nicht ausgeht?
- Wer sorgt dafür, dass ich die richtige Unterstützung bekomme?
- Wer hilft, wenn ich Fehler mache?



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Offene Fragen, wenn ich selbst bestimme: Miteinander reden!

- Wie kann ich mich verständlich machen?
- Wie finde ich offene Ohren?
- Wer informiert mich?
- Wer spricht über meine Anliegen?



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

**Wo wollen wir hin?
Wie geht es weiter?**



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung ist geben und nehmen

Lernen Aufgaben zu
übernehmen eigene Kraft
stärken

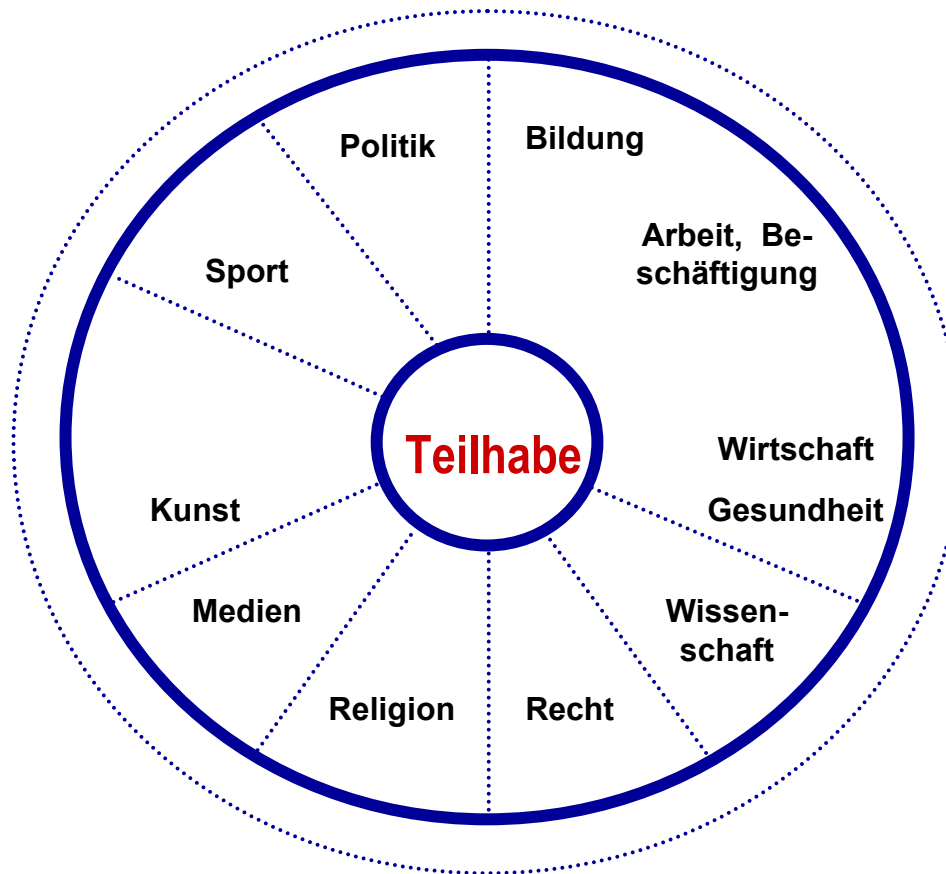


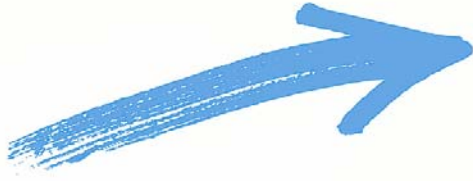
Mehr zutrauen und freigeben
Helfen es selbst zu tun



Einmischen - Mitmischen - Selbstmachen

Es gibt viele Aufgaben, an denen alle teilhaben.





Was gibt mir die Kraft für die Selbstbestimmung?

Wenn ich stark und mutig
bin

Wenn mir andere helfen
und mir etwas zutrauen

Wenn mein Umfeld mich
nicht behindert

Wenn ich Geld und Wissen
habe

Das alles lässt sich lernen und aufbauen!



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Mit der Selbstbestimmung ist es wie beim Fussball:

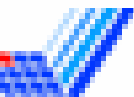
- Jeder einzelne auf dem Feld ist wichtig! Jeder kann etwas anderes besonders gut.
- Das Team ist wichtig, ohne Zusammenspiel geht nichts! Und es gibt viele verschiedene Aufgaben: verteidigen, stürmen, auf die Regeln achten, das Spiel machen!
- Es kommt auch auf das Umfeld an: den Rasen, die Zuschauer, das Wetter, die Trainingschancen, die Aufgaben, die der Gegner stellt und die Regeln!



„To be where the action is“



„To be where the action will be“





Einmischen - Mitmischen - Selbstmachen

Was zu Selbstbestimmung gehört:

Person

Ein guter Spieler sein

- zuhören
- sich selbst vertrauen
- sich äußern
- trainieren, sich entwickeln
- auf sich achten
- mutig sein

Zusammenleben

Ein gutes Team sein

- Zutrauen geben
- offen sein
- zusammenspielen
- sich austauschen
- Stärken und Schwächen kennen
- andere ins Spiel bringen

Umfeld

Die richtige Unterstützung haben

- passend wohnen und arbeiten
- Regeln kennen und nutzen
- Wahlmöglichkeiten haben
- respektiert werden
- Technik und Bildung nutzen
- barrierefrei leben



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbst bestimmen heißt, wünschen zu lernen



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung heißt, sich informieren



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung heißt, sich zu entscheiden



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

**Selbstbestimmung heißt, Rechte und Pflichten
zu haben**



Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

Selbstbestimmung heißt, zu bewerten was gut ist





Einmischen - **Mit**mischen - **Selbst**machen

***„Und wenn der Weg nicht gleich geht,
muss man eben einen Umweg
gehen...“***

Danke!