

Beim Planen der Zukunft braucht es Neugier

Steht ein Übertritt von der Schule in die Berufsbildung an? Oder der Schritt in die Arbeitswelt? Oder der Auszug aus dem Elternhaus? Die Persönliche Zukunftsplanung (PZP) unterstützt Menschen in Übergangssituationen. Ihre Stärken, Bedürfnisse und Träume stehen dabei im Zentrum. Damian Bright hat eine PZP gemacht und seinem Leben eine Wende gegeben.

Text: Susanne Schanda – Fotos: Vera Markus

Damian Bright sitzt an einem Pult und lässt seinen Blick aufmerksam über die Klasse schweifen: Wie verhalten sich die Schülerinnen und Schüler, was sagt der Klassenlehrer, wie ist die Atmosphäre im Raum, der Geräuschpegel, wo entsteht Unruhe, wie geht der Klassenlehrer damit um? Im Praktikum seiner Ausbildung zum Klassenassistenten ist der 27-Jährige gefordert. Nach der Doppelktion gibt es eine Besprechung mit dem Klassenlehrer Nicolas de Kinkelin, wo der Praktikant seine Beobachtungen mitteilt und sagt, wie er sich seine Rolle vorstellt: «Ich kann einzelnen Kindern in der Klasse, die Unterstützung brauchen, helfen; ich könnte auch Aufgaben oder Tests korrigieren, wenn ich die Lösungsblätter bekomme; bei den Theaterübungen kann ich meine Erfahrungen als Schauspieler einbringen.» Damian Bright hat das Down-Syndrom und schon einiges erlebt. Nach sechs Jahren in der Regelschule besuchte er eine heilpädagogische Schule und machte anschliessend eine Schauspiel-Ausbildung für Menschen mit einer geistigen Behinderung im Theater Hora. Zehn Jahre lang spielte er im Ensemble der Theatertruppe. «Ich habe den Mephisto in

Goethes ‚Faust‘ gespielt und den Glöckner von Nôtre-Dame und war oft auf Tournee», erinnert er sich. Aber dann sei es auch einmal genug gewesen mit dem Theaterleben.

«Eine Vision für mein Leben»

Er wohnte noch bei seiner Mutter in Weesen, als er nach einer Möglichkeit suchte, allein in einer eigenen Wohnung zu leben: «Ich wusste, dass meine Eltern sich nicht immer um mich kümmern können würden, und wollte selbstständiger werden.» Seine Mutter erzählte ihm von der Persönlichen Zukunftsplanung, und er entschied sich, zusammen mit einer Moderatorin und einem Unterstützerkreis seine Visionen des selbstständigen Wohnens zu definieren und nach Möglichkeiten der Umsetzung zu suchen.

Zu Damians Unterstützerkreis gehörten seine Eltern, ein Freund und zwei Kollegen seines Vaters. «Ich entwickelte eine Vision für mein Leben. Wir sprachen auch über Reisen, die ich gerne machen wollte, etwa nach Malaysia, aber das dringendste Anliegen war klar meine



In der Ausbildung zum Klassenassistenten macht Damian Bright ein Praktikum in einer Schule, bei dem er aufmerksam beobachtet, was in der Klasse läuft.

Wohnsituation. Ich wollte in einer eigenen Wohnung in Zürich wohnen», berichtet Damian Bright. Dabei ging es vor allem um seine Vorstellungen und Möglichkeiten, sich in einem eigenen Haushalt zu organisieren, also Wäsche waschen, einkaufen, kochen, den Balkon bepflanzen. Heute wohnt er allein in einer Wohnung und führt seinen Haushalt selbstständig – allerdings weiterhin in Weesen und nicht in Zürich. «Dieser Wunsch ist noch unerfüllt, ich konnte bisher keine Wohnung in Zürich finden», sagt Damian etwas enttäuscht. Dennoch habe ihn die Persönliche Zukunftsplanung im Leben weitergebracht: «Ich habe gelernt, meine Bedürfnisse besser auszudrücken, treffe mich häufiger mit Kollegen und schreibe jetzt ein Buch über mein Leben. Ich habe Mut gefasst und versuche immer wieder etwas Neues.»

Ankommen

Die Neugier und seine Feingefühligkeit im Umgang mit anderen kommt Damian Bright in seiner Ausbildung zum Klassenassistenten zugute. Vom inklusiven Studiengang *écolsiv* am Institut Unterstrass der PH Zürich erfuhr er durch eine ehemalige Klassenlehrerin. Das Projekt ermöglicht Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung eine pädagogische Ausbildung und dadurch einen professionellen Zugang zu Berufen in der Schule. Das Studium dauert drei Jahre und beinhaltet mehrere Praktika auf unterschiedlichen Schulstufen. Das Seminar Unterstrass ist der Vielfalt verpflichtet, wie der Institutsleiter Matthias Gubler ausführte: «Viele Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung bringen eindeutige Begabungen für den Umgang mit Kindern mit. Diese sollten sie auch beruflich nutzen



Damian Bright bei der Lagebesprechung mit dem Klassenlehrer.

können.» Das dient auch den Schulen: «Sie erhalten Unterstützung durch schulische Assistenten, die auch Expertinnen und Experten für Behinderung und Inklusion sind.»

Damian Bright sagt am Ende seines dreiwöchigen Praktikums: «Ich fühle mich wohl hier und könnte mir gut vorstellen, in dieser Schule zu arbeiten.» Mit seiner aufmerksamen, lebhaften und ausdrucksstarken Art findet er sowohl zu den Lehrpersonen wie zu den Schülerinnen und Schülern einen guten Zugang. Auch hier kommt ihm die Schauspielerei zugute. Und wer weiss – eines Tages findet er vielleicht seine Traumwohnung in Zürich. ●

Informationen zum Ausbildungsprojekt: www.unterstrass.edu > Projekt *écolsiv*

Tobias Zahn, Trainer und Moderator PZP

«Persönliche Zukunftsplanung ist ein ergebnisoffener Prozess mit dem Ziel, für eine Person eine passende Lebensweise zu finden. Der Moderator oder die Moderatorin stellt klare Fragen, lädt die Hauptperson ein, gross zu träumen und unterstützt dabei, deren Talente und Gaben ans Tageslicht zu bringen. Oft muss man suchen, tüfteln, experimentieren. Für die Moderation braucht es Neugierde und grenzenlose Offenheit, über das hinauszuweisen, was man bisher zu wissen geglaubt hat. Der Unterstützerkreis sollte so bunt und divers wie nur möglich sein, damit wir nicht in den üblichen Kategorien denken. Neben Angehörigen, Freunden und Fachleuten gehören dazu auch Menschen, die die Person aus anderen Lebenszusammenhängen kennt – etwa die Verkäuferin, bei der die Person jeden Tag das Brot kauft. Als unabhängiger Moderator darf ich alles sagen, was mir auffällt. Wenn jemand im Unterstützerkreis schweigt, spreche ich dieses Schweigen an und lade ihn ein, die Gedanken einzubringen. Am Schluss machen wir Aktionspläne, wir schlagen vor, wer was bis wann macht. Die Hauptperson sagt, wer sie worin unterstützt. »

Verein für Inklusion und Zukunftsplanung winklusion.ch

Thomas Z'Rotz, Botschafter und Moderator PZP

«Die Grundidee der Persönlichen Zukunftsplanung hat mich sofort angesprochen: Empowerment, Emanzipation, ressourcenorientiertes Denken und personenzentrierte Arbeit. Bei einer Zukunftsplanung, die mehr Selbstbestimmung und Inklusion zum Ziel hat, geht es oft um Loslösung, Abnabelung, das sind heikle Themen. Veränderungen können Angst auslösen. Wenn Emotionen und Verletzungen zum Vorschein kommen, können Konflikte aufbrechen. Die Eltern sind die verlässlichsten Partner in der Zukunftsplanung, aber sie können auch blockieren. Manchmal befürchten sie, dass durch den Veränderungsprozess das Gefüge der Familie auseinanderbrechen könnte. Als Moderator steht man zwischen der Hauptperson und dem Unterstützerkreis. Unsere wichtigste Aufgabe ist die Stützung und Stärkung der Hauptperson. Wenn die Eltern in der Planung merken, welche Ressourcen dies bei ihrem Sohn oder ihrer Tochter freisetzt, zeigen sich oft auch bei ihnen neue Perspektiven, und dadurch kann sich das Verhältnis zwischen der Person und ihren Eltern positiv verändern. »

www.winklusion.ch

Lebensplanung mit einem Netzwerk

«Die Persönliche Zukunftsplanung verbessert die Selbstbestimmung von Menschen mit Behinderung», sagt Judith Adler, Dozentin am Institut für Behinderung und Partizipation der interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik in Zürich.

Interview: Susanne Schanda

Was unterscheidet die Persönliche Zukunftsplanung (PZP) von einem Coaching?

Die PZP kommt aus der Integrationsbewegung und zielt immer auf ein Leben in der Gemeinschaft, auf Inklusion. Der Hauptunterschied zum Coaching ist, dass wir in der persönlichen Zukunftsplanung mit einem Netzwerk arbeiten. Die Person, die eine Planung machen will, lädt dafür Menschen aus ihrem Umfeld ein, die sie bei der Planung eines eigenen Lebensentwurfs oder der Planung der Zukunft unterstützen können.

Wer kann eine PZP machen?

Grundsätzlich können alle Menschen eine Zukunftsplanung machen, die etwas in ihrem Leben verändern möchten. Bei Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung ist die Vorbereitung besonders wichtig. Manchmal braucht es mehr Zeit, um herauszufinden, welches die eigenen Bedürfnisse sind, was jemand im Leben verändern will und welche Stärken jemand hat. Dazu kann die Vorbereitung mit den ModeratorInnen beitragen.

Welche Voraussetzungen braucht eine Person mit einer kognitiven Beeinträchtigung?

Gar keine, auch Menschen mit grossem Unterstützungsbedarf können eine Zukunftsplanung machen. Wenn sie sich verbal nicht ausdrücken können, suchen wir nach nonverbalen Möglichkeiten der Kommunikation. Das geschieht auch durch Visualisierungen. Der Unterstützerkreis ist dann besonders wichtig, damit wir wissen, was der Mensch braucht, damit er gut leben kann.



Judith Adler

In welchen Lebenssituationen ist eine Zukunftsplanung angebracht?

Meistens in Übergangssituationen, etwa beim Übertritt

in die Schule oder von der Schule in die Berufsausbildung, beim Übergang ins Erwachsenenalter und beim Übergang zum Alterwerden. Auch in Krisensituationen ist eine Zukunftsplanung angebracht. Wichtig dabei ist, dass die Person in ihrem Leben etwas verändern will. Es geht um folgende Fragen: Was ist mir wichtig? Wie kann man mich gut unterstützen? Welche Unterstützung hilft mir? Das Ziel des Prozesses ist die Teilhabe, die Inklusion in die Gesellschaft.

Was machen die ModeratorInnen?

Sie sind wichtig für die Qualität der Planung. In mehreren Vorbereitungstreffen besprechen sie mit der Person, die eine Planung machen will, wo sie steht, was ihre Bedürfnisse sind, was sie in ihrem Leben verändern will. Dabei suchen sie gezielt nach den Stärken und Wünschen der Person. Die Planungstreffen, bei denen der Unterstützerkreis eine wichtige Rolle spielt, werden jeweils von zwei Personen moderiert. Eine achtet darauf, dass das, was von der planenden Person gewünscht wird, in die Planung aufgenommen wird. Manchmal muss sie das Tempo drosseln und nachfragen, ob die Ideen und Vorschläge aus dem Unterstützerkreis für die Person auch wirklich von Bedeutung sind. Die zweite Moderatorin zeichnet den Prozess auf, macht Visualisierungen. ModeratorInnen sollten immer neutral sein.

Wer kann ModeratorIn werden?

Alle, die Interesse an Veränderungsprozessen haben, können eine einjährige Ausbildung als ModeratorIn machen. Die Ausbildung ist inklusiv angelegt, auch Menschen mit Behinderung können sie machen.

Wer gehört zum Unterstützerkreis und was ist seine Aufgabe?

Angehörige, Fachpersonen, Freunde und Bekannte aus der Umgebung; Menschen, die bei der Zukunftsplanung einer Person mitdenken, auch quer denken, Ideen einbringen. Der Unterstützerkreis ist idealerweise nicht nur an der Planungssitzung beteiligt, sondern darüber hinaus auch an der Umsetzung der einzelnen Schritte. Meistens sind Angehörige dabei, aber die Person kann auch einen Unterstützerkreis ohne Angehörige wünschen. Sie entscheidet, wer dabei ist.

Sie haben eine Studie zu PZP mit Menschen mit Beeinträchtigung durchgeführt. Was ist Ihr Fazit?

Die Befragungen von Menschen mit Beeinträchtigung haben gezeigt, dass sich ihre Lebensqualität verbessert hat. Sie lernen, ihre Wünsche und Interessen einzubringen, was sie als Stärkung erleben, die über das Planungstreffen hinaus wirkt. Alle haben in ihrem Leben Entwicklungsräume entdeckt und sehen Möglichkeiten zu weiteren Veränderungen. Die Erfahrung, selbst etwas bewirken zu können, wirkt extrem stärkend und ermutigend. Das ist gut für das Selbstvertrauen und wirkt in die Zukunft. ●

Judith Adler und die PZP

Die Persönliche Zukunftsplanung wurde in den 1980er Jahren in den USA entwickelt. Sie hat die Gestaltung einer selbstbestimmten Zukunft in der Gemeinschaft zum Ziel. Judith Adler hat ein Arbeitsbuch und einen Leitfaden zur PZP veröffentlicht (zusammen mit Monika Wicki). Seit 2019 steht das überarbeitete Kursangebot «Jetzt die Zukunft planen. Ein personenzentriertes Kursangebot zur Zukunftsplanung von erwachsenen Menschen mit intellektuellen Beeinträchtigungen und ihren Angehörigen» zur Verfügung. Arbeitsbuch und Leitfaden: www.hfh.ch > unser Service > Shop