

Ich stehe im Mittelpunkt!

Unterstützungskreise für Menschen mit Behinderung

Die Idee der Unterstützungskreise stammt ursprünglich aus Nordamerika, wo Mitte der 1970 Jahre der erste Unterstützungskreis für eine Frau mit Behinderung eingerichtet wurde. Seither hat sich dieser Ansatz in verschiedenen Ländern verbreitet und wird seit Anfang dieses Jahrtausends auch in Deutschland zunehmend bekannt. Sandra Fietkau stellt die Kernelemente vor.

Svenja¹ sitzt in der Pizzeria an einem Tisch mit sechs anderen Personen und unterhält sich angeregt. Gerade eben erzählt sie von ihrem gestrigen Arbeitstag als Auszubildende zur Theaterassistentin. Außerdem diskutiert sie mit den Leuten, was sie denn in ihrer Freizeit machen könnte. Nachdem das mit der Ausbildung geklappt hat und sie dadurch viel unterwegs ist, wird es ihr nämlich langweilig, wenn sie abends und am Wochenende zu Hause sitzt. Außerdem möchte sie ihre Freizeit auch nicht mehr so oft mit ihren Eltern verbringen. Die anderen am Tisch haben interessante Ideen und überlegen, wer mit Svenja welche Freizeitaktivität ausprobieren könnte. Es wird gemeinsam nachgedacht, geplant und dabei auch viel gelacht.

Pizza-Party und Pläne schmieden

Svenja ist eine lebenslustige junge Frau mit Down-Syndrom und die Leute an ihrem Tisch sind ihr Unterstützungskreis. Alle vier bis sechs Wochen treffen sie sich, entweder in ihrer Stamm-Pizzeria zu einer sogenannten Pizza-Party oder bei Svenja zu Hause. Sie überlegen, was es aktuell zu besprechen gibt, was sie planen müssen und wobei sie Svenja unterstützen können, damit sie ein gutes, selbstbestimmtes Leben hat. Ganz oft feiern sie aber auch zusammen, wenn mal wieder ein gemeinsam geschmiedeter Plan geklappt hat.

¹ Alle Namen geändert.

² Mein Hausarzt, die Friseurin, genauso wie meine Betreuerin aus der Wohngruppe, der Gruppenleiter aus der Werkstatt – je nachdem, welche bezahlten Unterstützer_innen ich in meinem Leben habe und welche dieser Personen in meinem Unterstützungskreis mitarbeiten sollen.

Unterstützungskreise können ganz unterschiedlich aussehen – sie können groß sein mit vielen verschiedenen Mitgliedern, oder eher kleiner mit zwei bis drei Mitgliedern. Sie können sich oft treffen, weil es eben aktuell viel zu planen und zu besprechen gibt, oder auch nur ein bis zwei Mal pro Jahr, wenn nichts Wichtiges anliegt. Auch die Aufgaben und Inhalte eines solchen Kreises sind immer verschieden – je nachdem, welche Anliegen, Ideen und Wünsche da sind.

Die Hauptperson lädt ein

Immer ist ein Unterstützungskreis aber ein Kreis aus verschiedenen Personen, die gemeinsam Ideen, Anliegen oder Wünsche umsetzen. Diese Inhalte für den Unterstützungskreis kommen von der- oder demjenigen, der den Kreis einberufen hat, der sogenannten Hauptperson. Diese kann dabei ganz unterschiedliche Gründe haben, so einen Kreis einzuberufen. Meist sind es Anliegen, Wünsche oder Fragestellungen, bei denen sie alleine nicht weiterkommt und deswegen die Unterstützung anderer Menschen haben möchte. Das können große Herausforderungen wie z.B. eine schwere Krankheit, eine Trennung, oder ein selbstbestimmtes Leben trotz bzw. gerade mit einer Behinderung, große Fragestellungen wie z.B. der Wunsch nach einer beruflichen Veränderung oder auch große Aufgaben, wie z.B. die Planung eines runden Geburtstages sein.

Ganz egal was der Anlass ist, wenn es sich lohnt, die Frage mit anderen Leuten zu besprechen und wenn die Hauptperson Lust dazu hat und sich

darauf einlassen möchte, mit anderen Menschen zu planen, dann kann ein Unterstützungskreis einberufen werden.

Jeder Unterstützerkreis ist individuell

Dabei überlegt sich die Hauptperson, ggf. gemeinsam mit jemandem der sich mit Unterstützungskreisen auskennt, wer im Unterstützungskreis mitarbeiten soll, z.B. die/der Partner_in, Familie, Freund_innen, Bekannte, Nachbar_innen, Arbeitskolleg_innen oder bezahlte Unterstützer_innen².

Dabei gibt es keine Mindest- oder Höchstanzahl von Personen, um einen Unterstützungskreis zu starten, jeder Unterstützungskreis ist individuell:

- Je nachdem, wie groß das persönliche Netzwerk der Hauptperson ist, gibt es unter Umständen gar nicht so viele Personen, die zu einem Unterstützungskreis eingeladen werden können. Gerade bei Personen, die über längere Zeit in einem »institutionellen Setting« leben und wenig Kontakte ins Gemeinwesen haben, ist das soziale Netzwerk meist klein (vgl. Windisch und Kniel 1993). Wenn das Netzwerk einer Bewohnerin/eines Bewohners aktuell nur aus zwei bezahlten Mitarbeiter_innen der Wohnstätte besteht, kann es eine gute erste Aufgabe für diese beiden Unterstützer_innen sein, gemeinsam mit der Hauptperson Kontakte ins Gemeinwesen herzustellen.

Wie Unterstützungskreise, speziell für Menschen mit Behinderung, in Kanada, den USA, England und Deutschland aussehen, untersucht die Autorin aktuell in ihrer Dissertation. Sie befragt verschiedene Personen aus den vier Ländern, stellt die jeweiligen politischen, sozialen und kulturellen Rahmenbedingungen für Unterstützungskreise gegenüber und sammelt Beispiele und Geschichten für Unterstützungskreise für Menschen mit Behinderung. Die Arbeit wird voraussichtlich 2015 veröffentlicht.

- Bei manchen Fragestellungen macht es vielleicht auch Sinn, eine/n Expert_in dazu zu holen, die/der sich zu diesem Thema besonders gut auskennt. Wenn im Unterstützungskreis z.B. die Frage der beruflichen Zukunft besprochen werden soll, kann ein/e Vertreter_in der Agentur für Arbeit wertvolle Inputs liefern.
- Personen, die z.B. aufgrund der Schwere ihrer Behinderung nicht gut für sich selbst sprechen können, brauchen für den Start eines Unterstützungskreises jemanden aus ihrem Umfeld, der sie dabei unterstützt und gemeinsam mit ihm/ihr die Entscheidung für so einen Kreis trifft. Gerade für solche Menschen kann ein Unterstützungskreis aber wirklich ein tolles Gremium sein, das die Person darin bestärkt, Wünsche und Ideen gemeinsam zu entwickeln, zu erarbeiten und sie dann mit der Unterstützung aller Mitglieder des Kreises zusammen umsetzt.
- Im Laufe der Zeit kann sich ein Unterstützungskreis verändern – Mitglieder verlassen den Kreis, neue kommen hinzu. Dabei ist es eine wichtige Aufgabe des Unterstützungskreises, darauf zu achten, für neue Mitglieder offen zu sein und rechtzeitig nach Ersatz für ausscheidende Mitglieder zu suchen.
- Manche Unterstützungskreise haben eine/n oder sogar mehrere professionelle/n Moderator_innen. Das kommt immer darauf an, was der Unterstützungskreis erreichen soll, welche Mittel zur Verfügung stehen und mit welchen Methoden im Kreis gearbeitet wird. Es gibt auch Unterstützungskreise, deren Hauptperson die Treffen selbst leiten kann und die ohne Moderator_in auskommen. Oder es kann sein, dass ein Mitglied des Unterstützungskreises die Moderationsrolle übernimmt und dafür sorgt, dass alle Mitglieder zu Wort kommen und die Treffen geordnet ablaufen.

Gelebte Personenzentrierung

Generell ist es, neben der grundsätzlichen Entscheidung für oder gegen einen Unterstützungskreis, Sache der Hauptperson, Personen einzuladen und die Mitglieder des Unterstützungskreises festzulegen. Eben-

falls entscheidet die Hauptperson, was im Unterstützungskreis besprochen, geplant und erledigt werden soll. Dabei können die Mitglieder natürlich beratend zur Seite stehen und die Person in ihrer Entscheidung unterstützen. Aber: Die Hauptperson steht im Zentrum des Geschehens und steuert das Vorgehen – sie bestimmt (vgl. Gold 1999)!

Somit ist ein Unterstützungskreis ein gutes und hilfreiches Instrument, um Personenzentrierung wirklich umzusetzen. Bei allem, was passiert, steht die Person mit ihren Bedürfnissen, ihren Ideen und Wünschen im Mittelpunkt. Es wird individuell unterstützt und geplant.

Im Hier und Jetzt oder mit Blick in die Zukunft

Gerade bei Menschen mit Behinderung wird ein Unterstützungskreis oft im Rahmen einer Persönlichen Zukunftsplanung einberufen. Gemeinsam werden, zum Beispiel mit Hilfe einer der Methoden der Persönlichen Zukunftsplanung, Bilder für die Zukunft der Person entworfen und deren Umsetzung zusammen geplant. Ein Unterstützungskreis kann aber auch ohne eine Persönliche Zukunftsplanung gestartet werden, weil z.B. das Ziel schon feststeht und klar ist, welche Aufgaben der Unterstützungskreis übernehmen soll. Es kann auch sein, dass im Alltag so viel Unterstützung notwendig ist, dass für den Moment gar nicht in die Zukunft gedacht oder geplant werden kann. Ein Unterstützungskreis ist ein gutes Instrument, um gemeinsam mit der Hauptperson Dinge zu erreichen, Unterstützung umzusetzen und ein gutes Leben für die Person anzustreben – im Hier und Jetzt oder mit guten Plänen für die Zukunft.

»Circles of Support sind unterstützende Gemeinschaften auf der lokalen Ebene, von denen alle Akteure profitieren. Die »spirit of cooperation« (Mount 1988) bedeutet ein gemeinsames Handeln für die Vision eines Menschen.« (Knust-Potter 1998, Seite 157)

Insgesamt ist es das Ziel des Unterstützungskreises, die Wünsche und Bedürfnisse der Hauptperson ernst zu nehmen und sie umzusetzen. Dabei kommt es neben den positiven Entwicklungen für die Hauptperson auch dazu, dass die Mitglie-



**Sandra Fietkau,
Leonberg**

der im Unterstützungskreis viel für sich selbst mitnehmen können. Es kommt zu gegenseitiger Wertschätzung und Unterstützung (vgl. Knust-Potter 2006).

Ein weiteres wichtiges Ziel von Unterstützern, gerade für Menschen mit Behinderung, ist es, gemeinsam zu überlegen, wie die Person am öffentlichen Leben teilhaben und wie sie als Mit-Bürger_in ihre Fähigkeiten und Stärken gewinnbringend ins Gemeinwesen einbringen kann: »Der Unterstützergemeinschaft ist also ein Schlüsselement bei der Entwicklung von Inklusion, denn er besteht aus verschiedenen Menschen, die aus unterschiedlichen Perspektiven ihre Ideen in die Planung einbringen [...]« (Boban 2007, S. 5)

Literatur:

Boban, Ines (2007): Moderation Persönlicher Zukunftsplanung in einem Unterstützergemeinschaft. »You have to dance with the group!«. In: Zeitschrift für Inklusion 2 (1), S. 1–11. Online verfügbar unter <http://www.inklusion-online.net/index.php/inklusion/article/view/6/6>, zuletzt geprüft am 13.02.2011.

Gold, Deborah (1999): Friendship, Leisure, and Support: The Purposes of 'Circles of Friends' of Young People. In: Journal of Leisureability 26 (3), S. 1–16.

Knust-Potter, Evemarie (1998): Behinderung – Enthinderung. Die Community-Living-Bewegung gegen Ausgrenzung und Fremdbestimmung. Köln: Klaus-Novy-Inst.

Knust-Potter, Evemarie (2006): Circles of Support – Kleine Netzwerke mit großer Wirkung. Menschen mit unterschiedlichen Ressourcen entdecken Gemeinsamkeit. Fachhochschule Dortmund. Online verfügbar unter <http://www.transnational.evaluations.de/COS/pdf/5%20dortmund/dortmund%20report.pdf>, zuletzt geprüft am 05.04.2011.

Windisch, Matthias; Kniel, Adrian (1993): Lebensbedingungen behinderter Erwachsener. Eine Studie zu Hilfebedarf, sozialer Unterstützung und Integration. Weinheim: Dt. Studien-Verl.