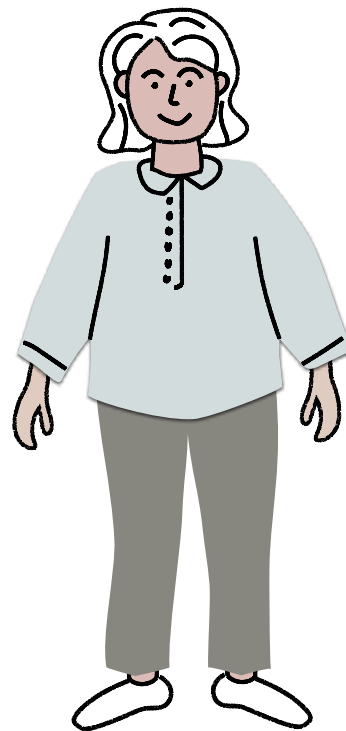
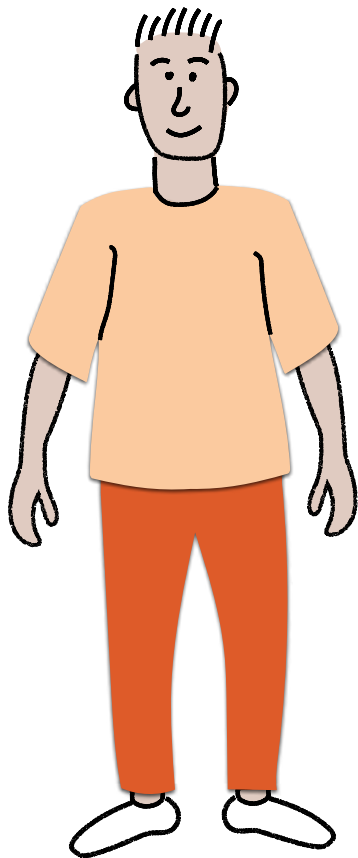




Bedarfsermittlung mit IHP

Persönliche Sicht



Hilfen zum Ausfüllen der «Persönlichen Sicht»

Das IHP-Gespräch steht bevor. In dem Gespräch geht es um Ihre Wünsche, Ziele und Bedarfe und die Frage, wie Sie heute Leben und in Zukunft leben möchten.

Damit Sie es leichter haben, sind hier die wichtigsten Fragen für das Gespräch übersichtlich zusammengefasst.

Der Bogen «Persönliche Sicht» besteht aus verschiedenen Teilen

- Ihre Angaben
- Ihre persönlichen Ziele für die Zukunft
- Betrachtung ihrer aktuellen Lebenssituation
- Betrachtung zu Themen wie zum Beispiel

Lernen oder Kommunikation

Sie bestimmen die Reihenfolge, in der Sie die «Persönliche Sicht» bearbeiten.

Sie können die «Persönliche Sicht» selber ausfüllen.

Sie können sich von anderen Menschen dabei helfen lassen.

1. Ihre Angaben

Name

Geburtsdatum

Adresse

2.

Ihre persönlichen Ziele für die Zukunft

Hier geht es um Ihre eigenen Vorstellungen zu Ihrem Leben.

Sie äussern dabei Ihre eigenen Wünsche und Ziele.

Sie, oder die Person, die Ihnen hilft,
schreibt Ihre Wünsche und Ziele so auf,
wie Sie diese sagen.

Die Person, die Ihnen hilft,
schreibt ihre eigene Meinung dazu nicht auf.

Wenn Sie keine eigenen Angaben machen können oder wollen,
kann die Person, die Ihnen hilft,
stellvertretende Äusserungen aufschreiben.



Wie und wo ich wohnen will

Hier geht es um alle Fragen des Wohnens, also, wo und wie Sie wohnen möchten. Möchten Sie alleine oder mit anderen zusammenwohnen, wenn ja, mit wem?



Was ich über den Tag tun oder arbeiten will

Hier geht es um Beschäftigungen, die Sie ausüben möchten. Es muss sich nicht um eine Arbeit handeln, es kann sich aber um eine Arbeit handeln, für die Sie Geld bekommen?



Wie ich meine Beziehungen zu anderen Menschen leben will

Hier beschreiben Sie Ihre Beziehungen zu den Eltern, zu Geschwistern, zur Partnerin oder zum Partner, zu eigenen Kindern, zu Freunden und Bekannten oder auch anderen Menschen aus Ihrem Leben.



Was ich in meiner Freizeit machen will

Freizeit ist die Zeit, die Sie zu Ihrer freien Verwendung haben. Wie möchten Sie diese verbringen, mit was möchten Sie sich in dieser Zeit beschäftigen?



Wie ich auf meine Gesundheit und mein Wohlbefinden achten will

Hier können Sie beschreiben, wie Sie auf Ihre Gesundheit achten zum Beispiel Ernährung und Bewegung. Es geht auch darum ob Sie sich zum Beispiel dem Wetter entsprechend anziehen können oder genügend schlafen.

3.

Ihre aktuelle Lebenssituation

Hier geht es darum, wie Sie im Moment leben.

Ob Sie alleine oder mit anderen wohnen.

Was Sie arbeiten und wie Ihre Beziehungen zu anderen Menschen sind.

Es wird auch gefragt, wie Sie ihre Freizeit verbringen und auf Ihre Gesundheit achten.



Wie und wo ich jetzt wohne



Was ich jetzt über den Tag tue und arbeite

Empty rectangular box for writing.



Wie jetzt meine Beziehungen zu anderen Menschen sind

Empty rectangular box for writing.



Was ich jetzt in meiner Freizeit mache



Wie ich jetzt auf meine Gesundheit und mein Wohlbefinden achte



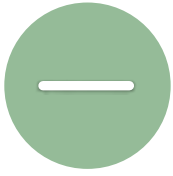
Was mir sonst gut gelingt

Hier können Sie sagen, was Ihnen im Moment alles gelingt. Sie können jedes Thema aus dem Alltag verwenden.



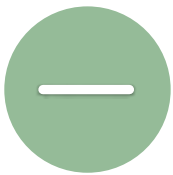
Wer oder was mir jetzt schon hilft, so zu leben wie ich will

Hier können Sie sagen welche Unterstützung Sie heute bereits bekommen, zum Beispiel durch andere Menschen oder Hilfsmittel. Sie können auch sonst alles beschreiben was Ihnen hilft.



Was mir sonst nicht so gut gelingt

Hier können Sie sagen, was Ihnen im Moment nicht gelingt. Sie können jedes Thema aus dem Alltag verwenden.



Was fehlt oder hindert mich, so zu leben, wie ich will

Hier können Sie sagen, welche Unterstützung heute fehlt z. B. durch andere Menschen oder Hilfsmittel. Sie können auch bestehende Hindernisse beschreiben. Es geht hier nicht um die Beschreibung Ihrer Behinderung.



Was weiter wichtig ist, um mich und meine Situation zu verstehen

Hier können Sie alles aufschreiben, was für Sie noch wichtig ist. Was für Aussenstehende wichtig ist zu wissen und bis jetzt noch nicht aufgeschrieben wurde.



Wie ich meine Teilhabe erlebe

Hier können Sie sagen, welche Situationen für Sie besonders wichtig sind. Welche Bedeutung bestimmte Situationen oder Probleme für Sie haben.

4.

Lebensbereiche 1 bis 4

Hier geht es darum, wie sie im Moment leben.

Ob sie alleine oder mit anderen wohnen.

Was sie arbeiten und wie Ihre Beziehungen zu anderen Menschen sind.

Es wird auch gefragt, wie Sie ihre Freizeit verbringen und auf Ihre Gesundheit achten.



Wie ich etwas lerne

Hier geht es darum, wie Sie etwas neues Lernen und wie Sie Gelerntes anwenden. Es geht zum Beispiel ums Zuschauen und Zuhören, ums Lesen und Rechnen, um Aufmerksamkeit und Denken und darum, wie gut Sie alleine Probleme lösen und Entscheidungen treffen können.



Wie ich mit Aufgaben, Anforderungen und Stress umgehe

Hier geht es vor allem ums Aufgaben übernehmen, wie Sie mit den täglichen Routinen zurechtkommen, wofür Sie Verantwortung übernehmen können und wie Sie mit Stress und Krisen umgehen.



Wie ich spreche und mich mitteile

Hier geht es vor allem darum, wie gut Sie andere verstehen können, wie gut Sie mit anderen Menschen sprechen und sich unterhalten können. Es geht auch darum, ob Sie telefonieren oder einen Computer benutzen können, um mit anderen zu kommunizieren.



Wie ich mich bewege

Hier geht es vor allem darum, wie gut Sie ohne Hilfe aufstehen, sich hinlegen oder hinsetzen können. Weiter geht es darum, wie gut Sie Sachen greifen, aufheben, tragen und wieder hinstellen können. Außerdem geht es darum, ob und wie lange Sie zu Fuss gehen können, und ob Sie klettern, rennen, springen oder schwimmen können. Auch geht es darum, ob Sie Bus und Bahn oder Fahrrad oder Auto fahren können.

Wenn Sie die persönliche Sicht ausgefüllt haben, laden Sie das Dokument bitte in der Webapplikation AssistMe unter Ihrem persönlichen Profil und dann unter der entsprechenden Bedarfsermittlung hoch.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!