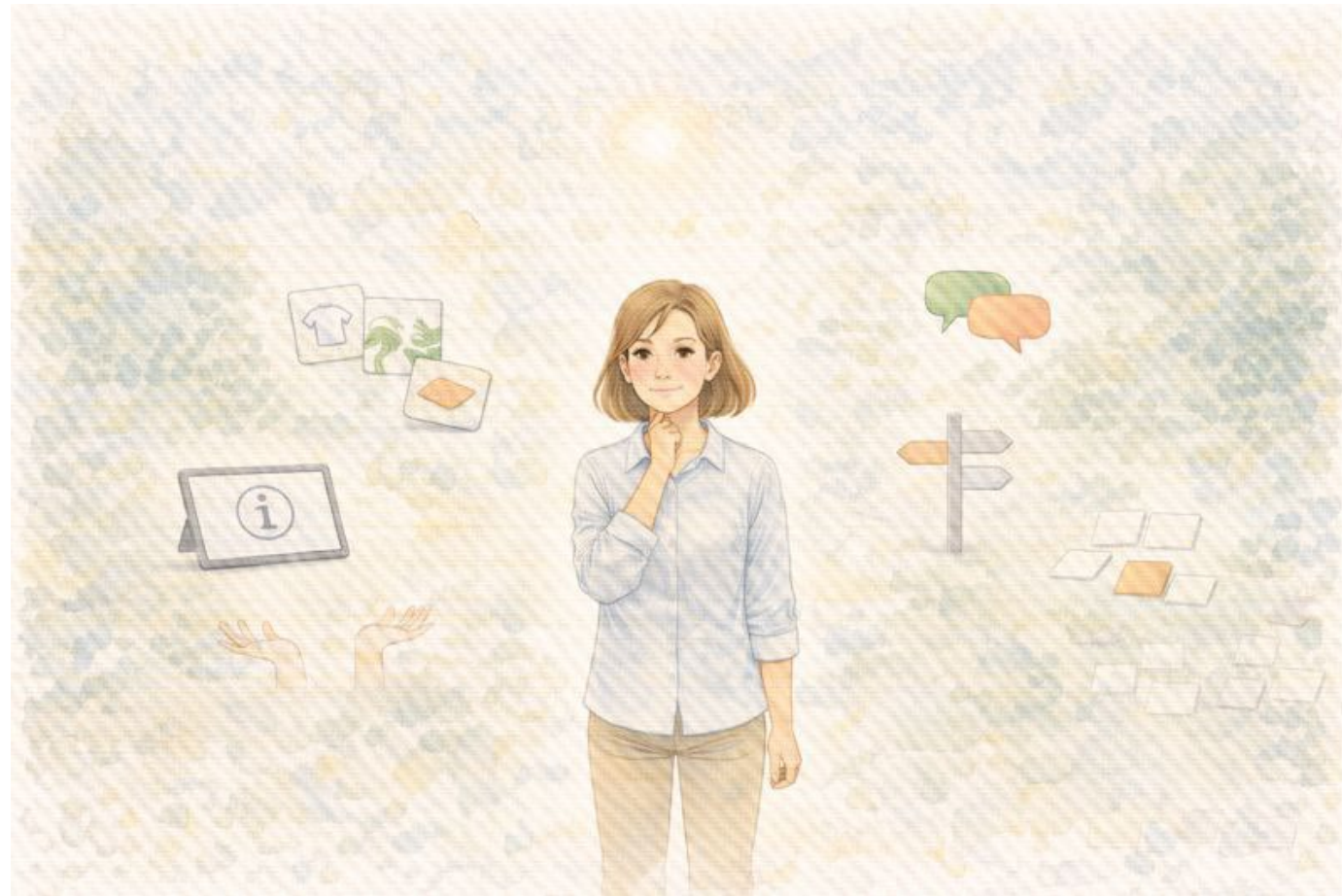


Hallo und herzlich willkommen.



Unterstützte Entscheidungsfindung



Von: Nele Diercks & Lars Tiedemann

Datum: 23. Januar 2026

Entscheidungsfindung

Ein alltäglicher Prozess
Für alle Menschen
Mit und ohne Behinderung



Was ist eine Entscheidung?

Eine Entscheidung ist eine Wahl zwischen mehreren Möglichkeiten.

Ich tue etwas oder ich lasse etwas.

Eine Entscheidung findet im Kopf statt.



Entscheidungen im Alltag

Was ziehe ich an?

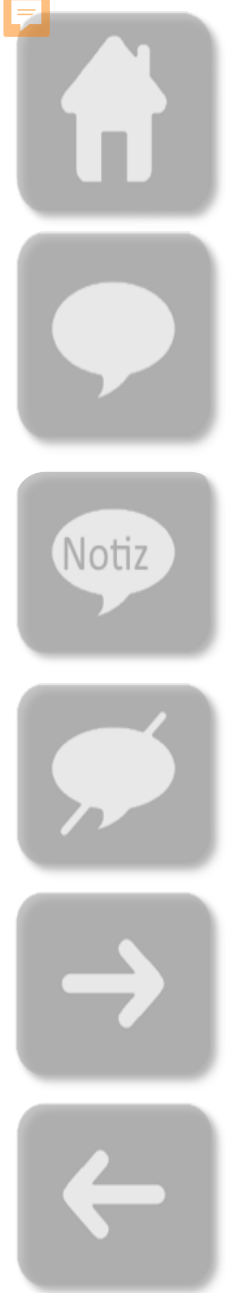
Was esse ich?

Manche Entscheidungen
sind klein.

Manche haben große
Folgen.



Was passiert beim Entscheiden?



Was passiert im Kopf?

Entscheiden ist ein Prozess.

Kein einzelner Moment.

Mehrere Schritte laufen
nacheinander ab.



Schritt 1: Worum geht es?

Was für eine Entscheidung
soll gemacht werden?

Worum geht es?



Schritt 2: Informationen sammeln

Welche Möglichkeiten gibt es?



Schritt 3: Möglichkeiten vergleichen

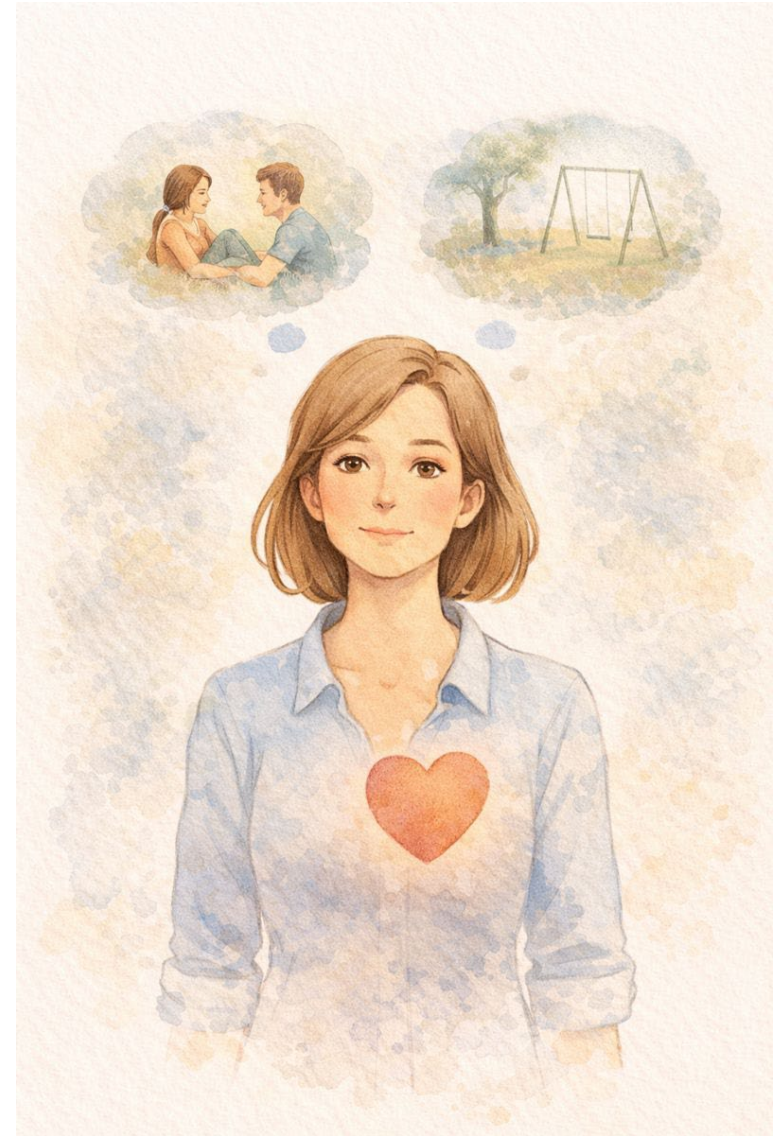
Was spricht dafür?

Was dagegen?



Schritt 4: Gefühle

Gefühle spielen eine Rolle.
Erfahrungen spielen eine Rolle.



Schritt 5: Wahl

Eine Wahl treffen.
Sich entscheiden.

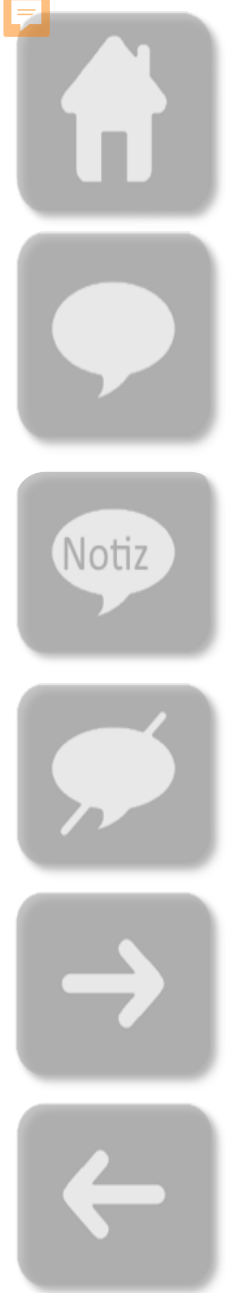


Schritt 6: Folgen

Was passiert danach?



Was braucht man für Entscheidungen?



Was braucht ein Mensch?

Information.

Vergleichsmöglichkeiten.

Zeit zum Nachdenken.

Klarheit über eigene
Wünsche.

Unterstützung wenn sie
gebraucht wird.

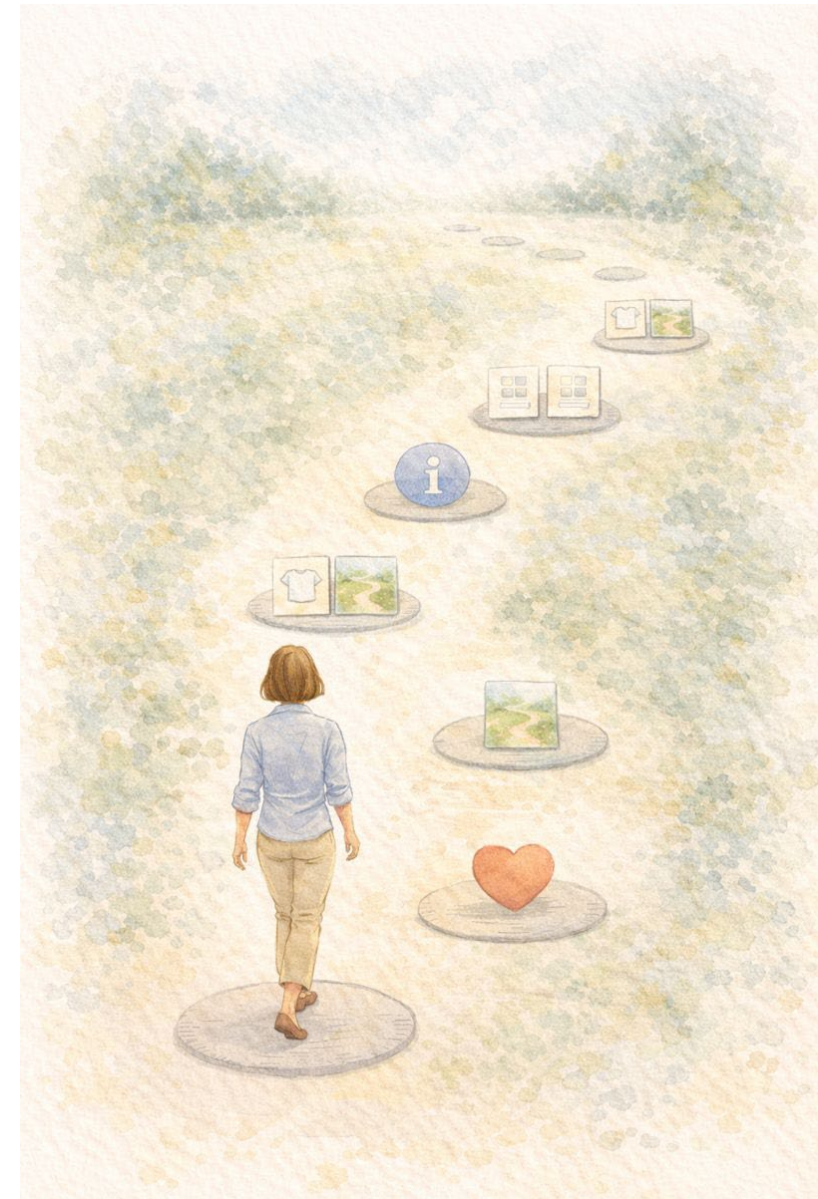


Entscheidung

Entscheidung in 6 Schritten:

- Worum geht es?
- Informationen sammeln.
- Möglichkeiten überlegen.
- Vergleichen.
- Entscheiden.
- Ergebnis anschauen.

Gilt für kleine
und große Entscheidungen



Schwierige Entscheidungen

Zu viele Möglichkeiten
können überfordern.

Auswahl wird schwer wenn
alles offen ist.

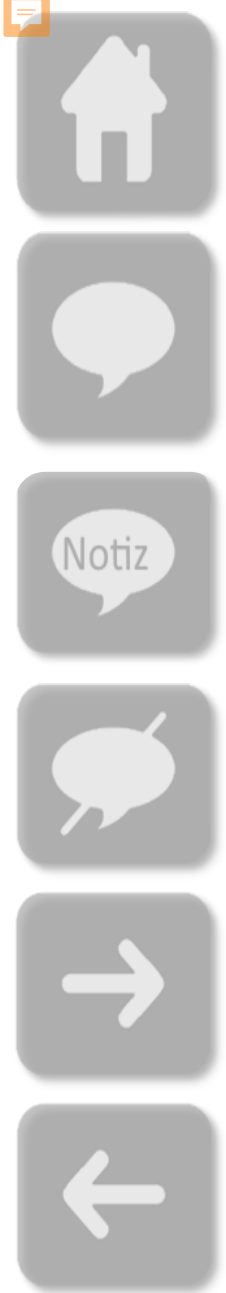




Notiz



Alltagsbeispiel Abendessen Nele Diercks



Worum geht es?

Frage der Assistenz: Was möchtest du essen?





Notiz



Informieren

Assistenz schaut in die Küche.

Was ist da?

Was ist möglich?

Ich brauche Infos um entscheiden zu können



Abwägen

Kann die Assistenz kochen?

Traue ich ihr das zu?

Kann sie mit Fleisch
umgehen?



Haltung ist entscheidend

Ich bekomme manchmal
das Essen mit den Fingern.

Manche finden das bei
Fleisch unangenehm.

Frage ist: Werde ich
bewertet?

Respekt ist Voraussetzung.

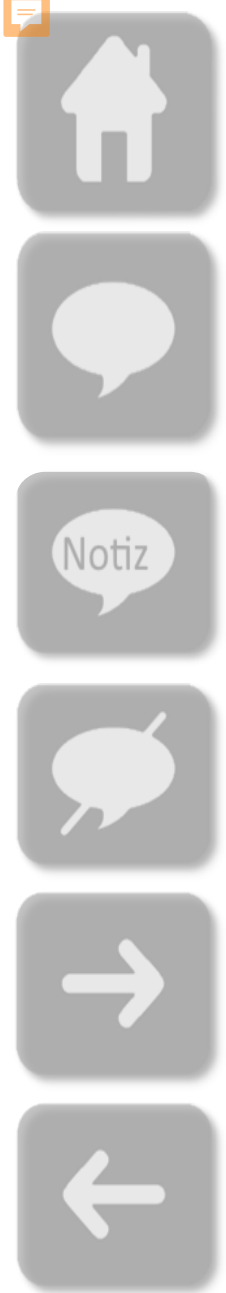




Ein Erklärvideo

<https://www.youtube.com/watch?v=H2PQtc3XVls>

Entscheidungen bei Lernen & Aufgaben



Entscheidungen bei Aufgaben

Wie entscheide ich bei neuen Aufgaben?





Notiz



Informieren

Computer.

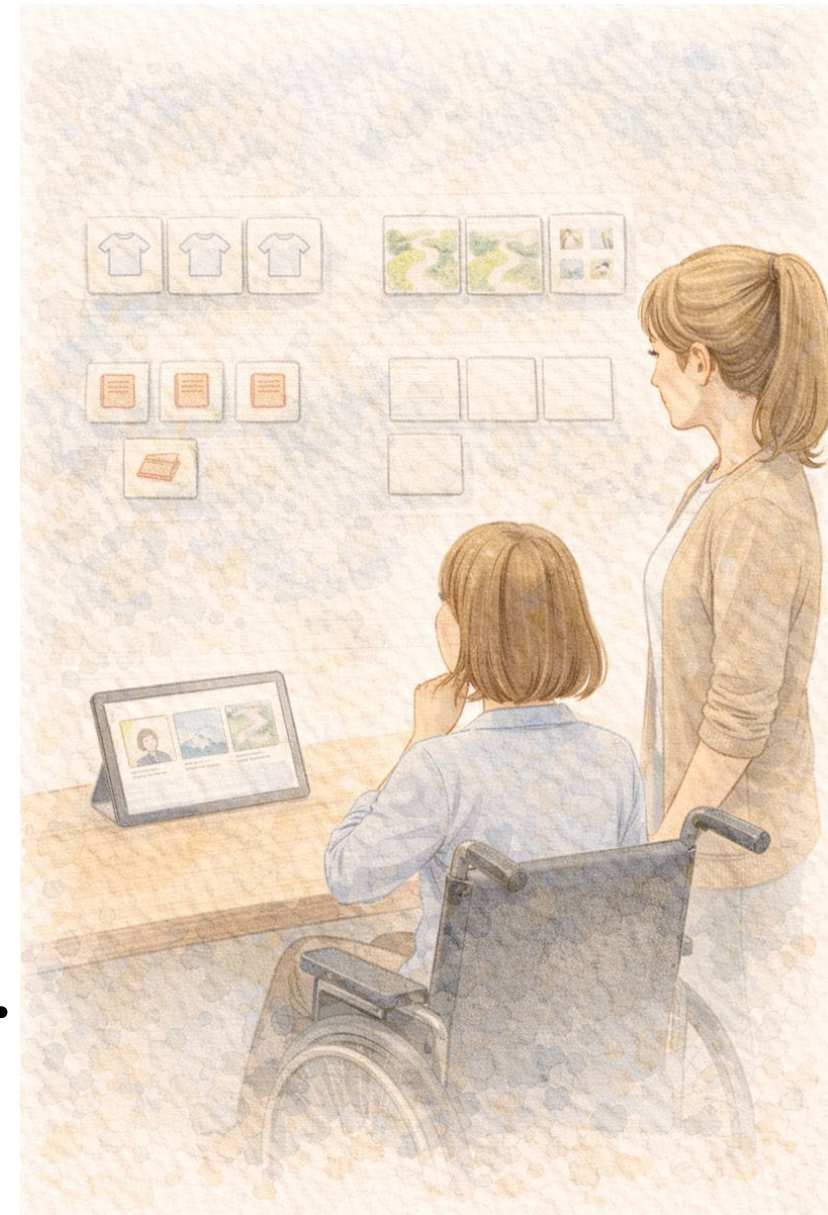
Bilder.

Videos.

Karten sammeln.

An die Wand hängen.

Ordnung hilft beim Denken.



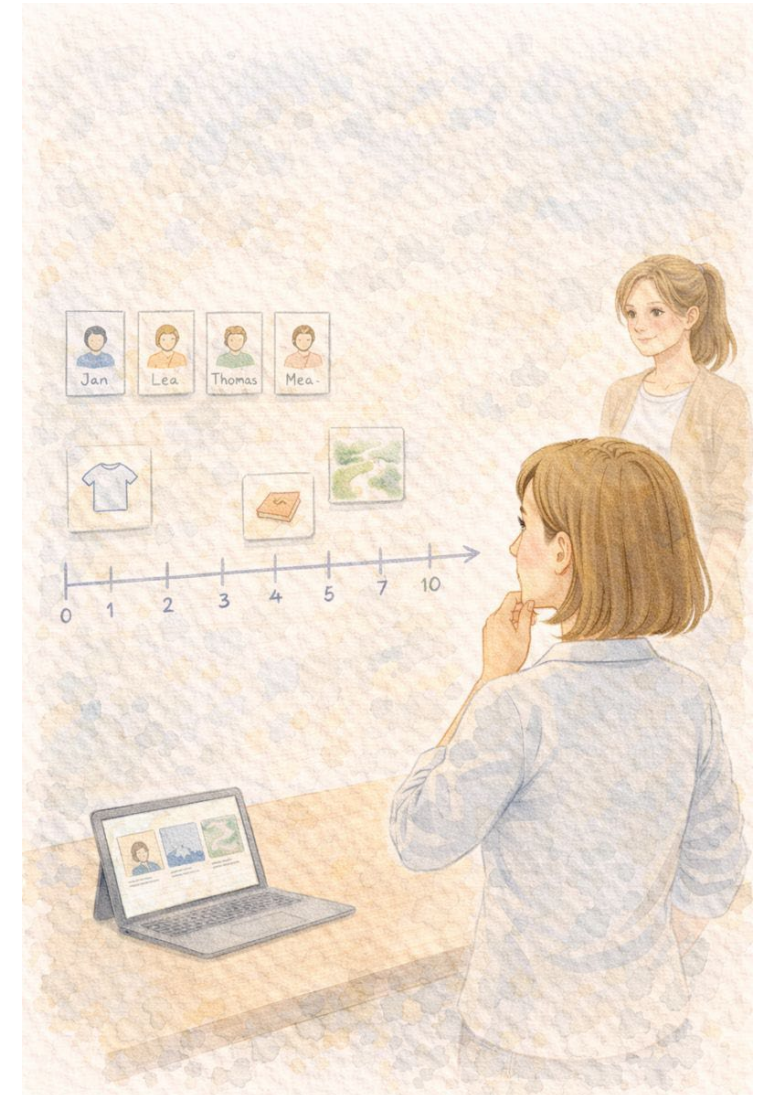
Überlegen und Planen

Wie gut kann ich das?

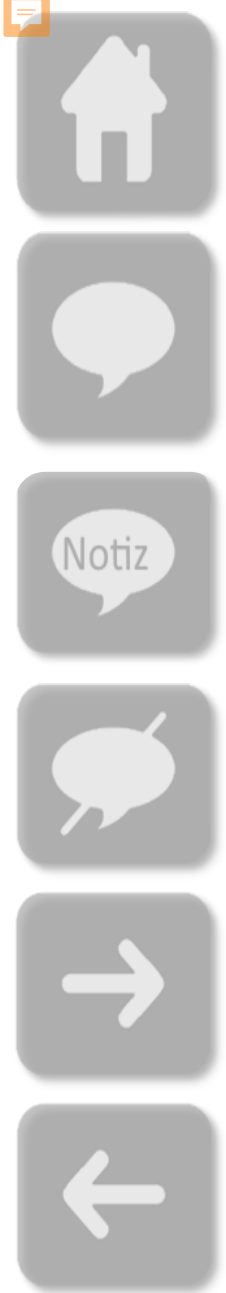
Skala 0 bis 10.

Wo brauche ich Hilfe?

Wer kann helfen?



Entscheidung & Behinderung

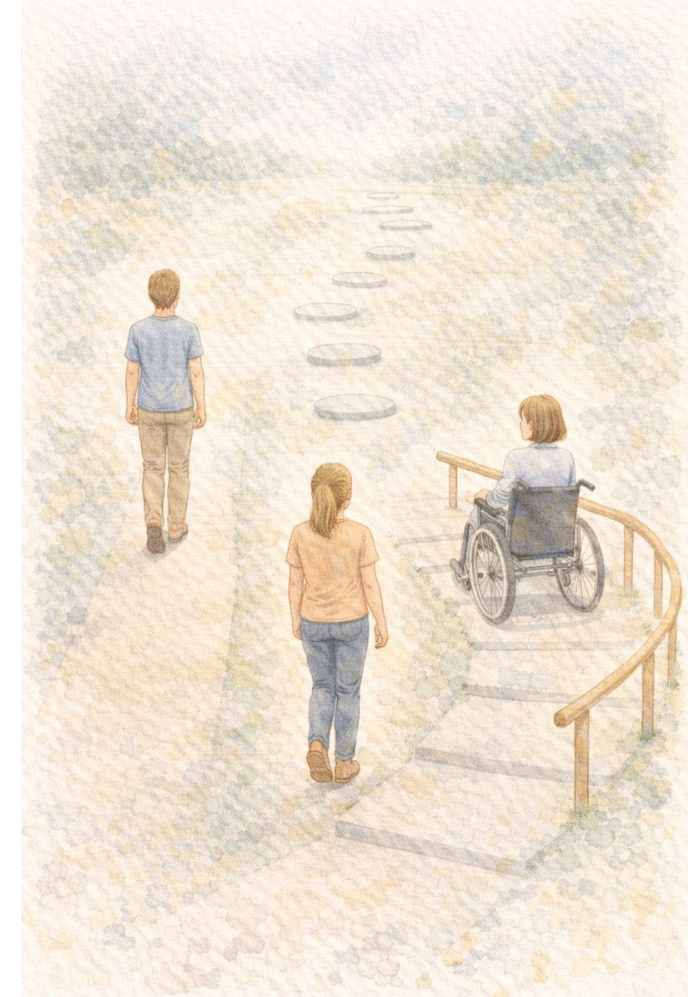


Entscheidung & Behinderung

Menschen mit
Behinderungen treffen
Entscheidungen.

Wie alle anderen.

Der Weg dorthin ist oft
anders.



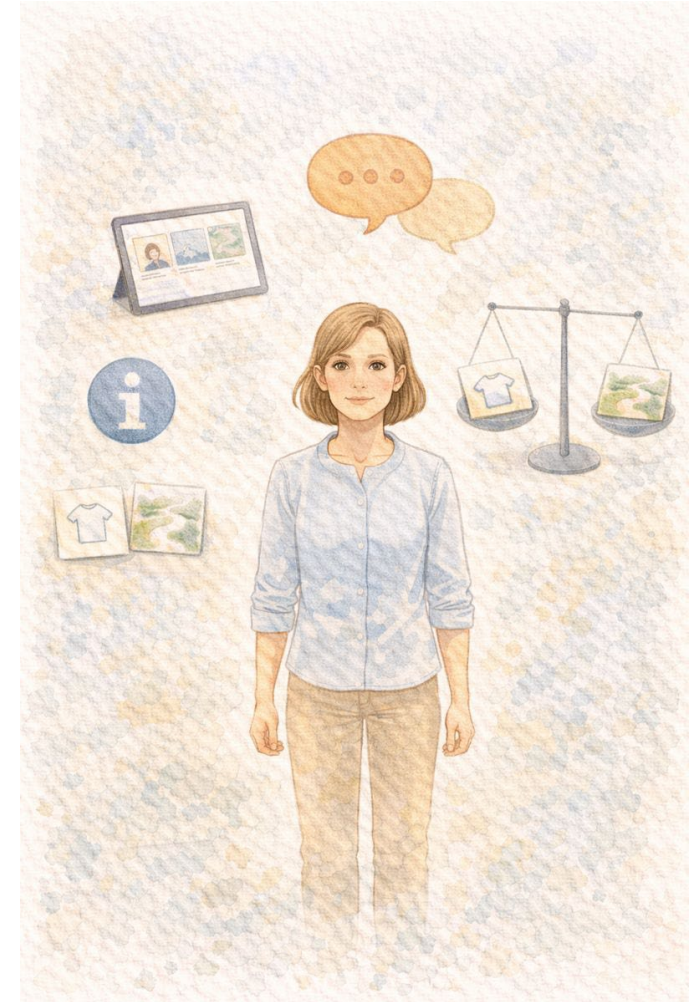
Unterstützte Entscheidungsfindung

Die Entscheidung trifft die Person selbst.

Unterstützung hilft

- beim Verstehen.
- beim Abwägen.
- beim Sprechen.

Unterstützung ersetzt keine Entscheidung



Wer unterstützt mich – entscheide ich.

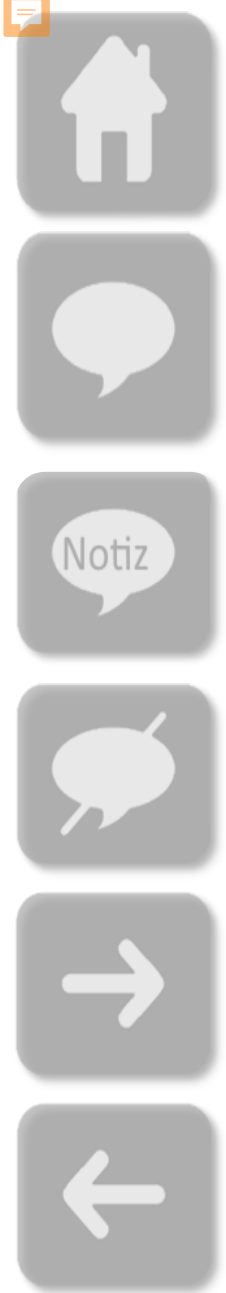
Die Person wählt:

- Wer hilft mir?
- Wobei hilft mir die Person?
- Wie soll die Unterstützung aussehen?

Unterstützung ist freiwillig.
Die Entscheidung bleibt bei mir.



Rolle der Assistenz



Beispiel Nele Diercks

Frau Diercks entscheidet.

Sie nutzt Assistenz als Hilfe zum Strukturieren.

Sie nutzt Assistenz als Hilfe zum informieren.

Sie nutzt Assistenz als Hilfe zum Sprechen.



Rolle der Assistenz

Die Assistenz entscheidet nicht.

Sie steuert nicht.

Assistenz:

- informiert.
- fragt.
- spiegelt.
- strukturiert.

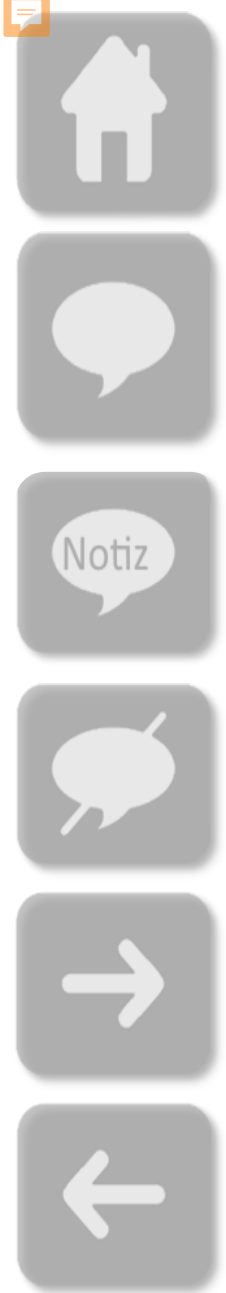




Notiz



Abschluss



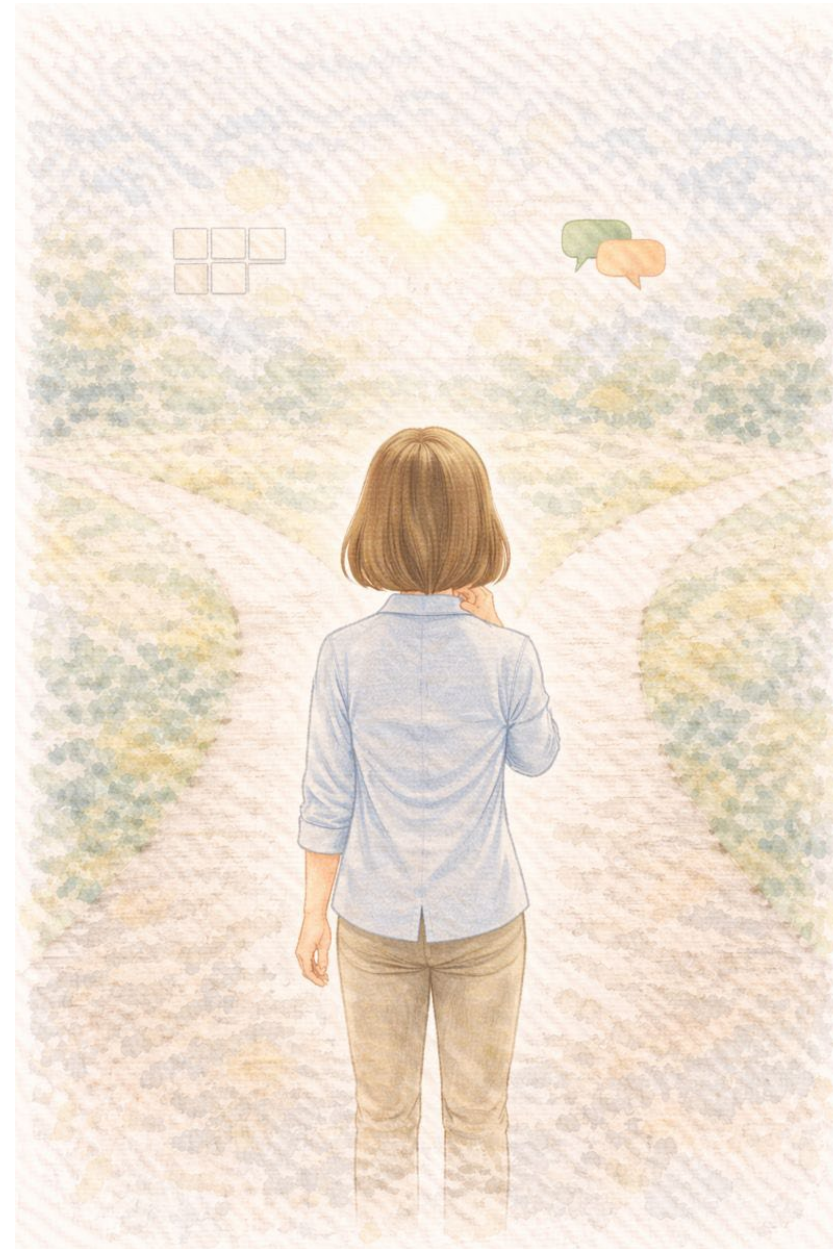
Zentrale Botschaft

- Gute Entscheidungen brauchen Zeit.
- Gute Entscheidungen brauchen Informationen.
- Die Entscheidung bleibt bei der Person



Frage an das Publikum

- Hilfe ich beim Entscheiden?
- Nehme ich Entscheidungen ab?



Wo unterstützt du beim Entscheiden?

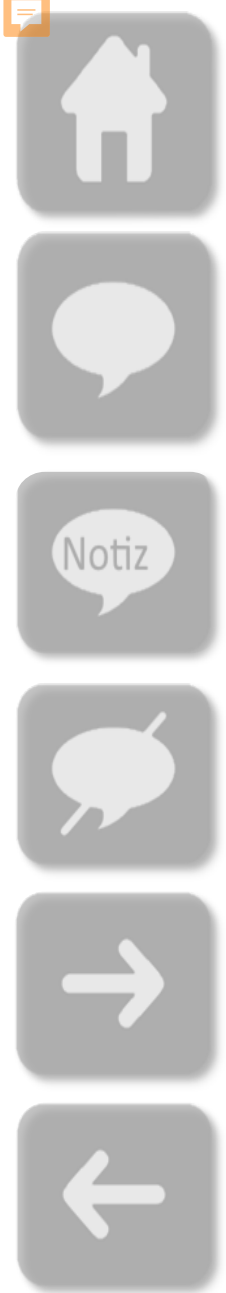
- Bei welchen Entscheidungen?
- In welchen Situationen?
- Wie genau sieht deine Unterstützung aus?



Was hilft dir bei Entscheidungen?

- Informationen
- Vergleichsmöglichkeiten
- Zeit zum Nachdenken
- Klarheit über eigene Wünsche
- Unterstützung, wenn du sie brauchst





Vielen Dank!

