

# GANZHEITLICHE/R LEBENSBEGLEITER\*IN: LEISTUNGSKATALOG

## EINLEITUNG

Der/ die Lebensbegleiter\*in ist der Allrounder, der das Vakuum zwischen Lebensberatung und Personenbetreuung (24-Stunden-Betreuung) ausfüllen soll. Der/die ganzheitliche Lebensbegleiter\*in hat aufgrund der Ausbildung die Kompetenz die Grundzüge in den verschiedensten Themen abzudecken.

Die in diesem Dokument dargestellten „Situationen“ sind Beispiele aus dem Tätigkeitsspektrum der/des Lebensbegleiter/in/s, die Aufzählung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

## Abgrenzung

Das Leistungsspektrum der Lebensbegleitung erstreckt sich über den ganzen Bogen menschlichen Lebens und berührt daher auch sehr viele Bereiche, für die es spezielle Ausbildungen gibt.

Im Sinne einer effizienten Betreuung wird der Lebensbegleiter daher von Fall zu Fall für seine/n Klient\*in entsprechende Spezialisten einschalten.

Der/die ganzheitliche Lebensbegleiter\*in nimmt keine analytisch, beratende Funktion gegenüber dem Klienten ein. Prävention, Begleitung, Betreuung und Förderung der Klienten stehen im Mittelpunkt des Handelns und sind Ziel der einzelnen Leistungen.

## ALLE ZIELGRUPPEN

### Situation

### Leistungen

Gegenseitiges Kennenlernen	- Austausch über Stärken und Schwächen von Menschen allgemein
	- Austausch von persönlichen Stärken und Schwächen
	- Zielsetzung (was will Klient*in erreichen)
	- Schaffung von Bewusstsein, dass Betreuungsprozess auch für Klient*innen verpflichtend ist (Comittement)
	- Vereinbarung von Messpunkten

## ZIELGRUPPE JUGENDLICHE

### Situation

### Leistungen

Schulproblem	- erhebt Situation
	- erarbeitet mit Jugendlichen Lösungsmöglichkeiten
	- sind Verhaltensänderungen notwendig? Gemeinsame Überlegung und Erarbeitung mit Jugendlichen
	- Lernmentoring (Vermittlung von Lerntechniken)
	- Motivation und Begleitung bei Umsetzung
	- „Relais“ zu Eltern, Herstellen bzw. Fördern einer konfliktfreien Situation
Problem mit den Eltern	- erhebt Situation
	- erarbeitet mit Jugendlichen Lösungsmöglichkeiten
	- erarbeitet mit Eltern Lösungsmöglichkeiten
	- Lösungsstrategien besprechen, „Checkpoints“ definieren
	- Umsetzung begleiten
	- regelmäßige Reflexion, erforderlichenfalls Nachjustierung
Suchtverhalten	- erhebt Suchtverhalten im Umfeld, Freundeskreis
	- erarbeitet mit Jugendlichen Lösungsmöglichkeiten
	- positive und negative Vorbilder? Was macht die Vorbildwirkung aus? Was kann auf eigenes Verhalten abgeleitet werden? Erarbeiten mit Klient*in
	- Alternativen zu Suchtmitteln (u.a. Freizeitgestaltung)
	- Ausstiegsszenarien diskutieren und vereinbaren
	- begleitet bei Suchtkontrolle und -bewältigung

**Situation**

**Leistungen**

Mobbing	- erhebt Situation
	- Reaktion Umfeld klären
	- Selbstreflexion
	- künftige Massnahmen und Verhalten besprechen
	- Einbindung Unterstützer (Eltern, Lehrer, Rechtshilfe etc.)
	- flankierende Begleitung
Gesundheit	- Aufklärung Gesundheit und Ernährung
	- mit Jugendlichen Lebensführung analysieren
	- Bewusstsein wecken, dass gesundes Leben und Spaß am Leben sich nicht ausschließen
	- gemeinsam Maßnahmen erstellen (Bewegungsplan, Ernährungsplan, Schlafrhythmus, Umgang mit Nikotin und Alkohol)
	- Messpunkte und Reflexion planen
	- Aktivitäten planen
	- Begleiten und Evaluieren
Alltagsbewältigung	- gemeinsame Klärung der offenen Erledigungen
	- Konkretisierung der erforderlichen Schritte
	- gemeinsame Erstellung des Umsetzungsplanes
	- Begleitung und Unterstützung bei der Umsetzung

## ZIELGRUPPE ERWACHSENE

### Situation

### Leistungen

Existenzangst	- sachliche Gründe eruieren (Mangel an Ressourcen, akute Bedrohungen, problematische Beziehungen zu anderen Menschen etc.?)
	- in der Person liegende Gründe eruieren
	- SWOT-Analyse
	- Selbstwert stärken
	- positive, aktive Lebenseinstellung erarbeiten
	- gemeinsam mit Klient*in Lösungsmöglichkeiten für die Gründe der Angst erarbeiten
	- Ziele und Zwischenziele gemeinsam definieren
	- Unterstützung bei der Umsetzung
- regelmäßige Selbstreflexion	
Mobbing	- erhebt Situation
	- Reaktion Umfeld klären
	- Selbstreflexion
	- künftige Massnahmen und Verhalten besprechen
	- Einbindung Unterstützer (Freunde, Verwandte, Rechtshilfe etc.)
	- flankierende Begleitung
Umsetzungsschwäche	- gemeinsam mögliche Ursachen suchen
	- SWOT-Analyse mit Umsetzungsstrategie
	- gemeinsam Stärken ausarbeiten
	- erforderlichenfalls Verhaltensänderungen initiieren
	- Umsetzungsplan erstellen
	- Ziele und Zwischenziele festlegen
	- Mentoring
- regelmäßige Selbstreflexion	

**Situation**

**Leistungen**

Selbstzweifel	- Biografiearbeit
	- Selbstreflexion
	- Ursache besprechen
	- Motivieren
	- gemeinsam Lernprogramm ermitteln
	- Mentoring
	- regelmäßige Selbstreflexion
Gesellschaftlich Inklusion	- Interesse, Kontakte und Vorlieben abklären
	- Erheben der Ursachen und persönlichen Gründe, die bisher einer Teilnahme am öffentlichen und gesellschaftlichen Leben entgegenstehen
	- gemeinsame Auswahl der Kultur-/ Gesellschafts-/ Begegnungsveranstaltungen (Feierlichkeiten)
	- gemeinsame Evaluierung möglicher Teilnahme an Vereinen, Interessengruppen etc.
	- Begleitung und Unterstützung bei der Umsetzung

**Situation**

**Leistungen**

Seniorenbetreuung	- persönliches Umfeld erheben (gibt es Verwandte, Freunde? Gibt es Unterstützer?)
	- Interessen und Lebensgestaltung erheben
	- Agilität erheben, gibt es krankheitsbedingte oder mental bedingte Einschränkungen
	- Mobilität erheben, gibt es beispielsweise bauliche Hindernisse, die Wohnung zu verlassen
	- gemeinsam die gewünschten und möglichen Aktivitäten zusammenstellen, regelmäßig aktualisieren
	- Unterstützung bei der Zeitplanung
	- Unterstützung bei den Aktivitäten
	- Hilfe bei Mobilität
	- Gedächtnistraining
	- Selbstreflexion
	- regelmäßige Reviews
- Entlastung betreuende Angehörige	
Mentoring	- Klärung der Interessensgebiete
	- gemeinsame Auswahl der Informations-/ Lern- / Wissensmöglichkeiten
	- gemeinsames Evaluieren von Bildungsträgern, Vereinen, Interessensgruppen, von denen die nachgefragten Wissens- oder Fähigkeitsgebiete angeboten werden
	- Begleitung und Unterstützung bei der Umsetzung

**Situation**

**Leistungen**

Alltagsbewältigung	- gemeinsame Klärung der offenen Erledigungen
	- Konkretisierung der erforderlichen Schritte
	- gemeinsame Erstellung des Umsetzungsplanes
	- Begleitung und Unterstützung bei der Umsetzung
	- Entlastung betreuende Angehörige

Gruppenbetreuung	- Ziele und Zwischenziele mit der Gruppe erarbeiten
	- Regeln der Kommunikation besprechen
	- Rollenverhalten
	- Teamverhalten
	- Gender
	- Verständnisprobleme klären
	- Umsetzungsplan erstellen
	- Moderation der Gruppe
	- Mentoring
	- Gruppen- und Einzelreflexionen