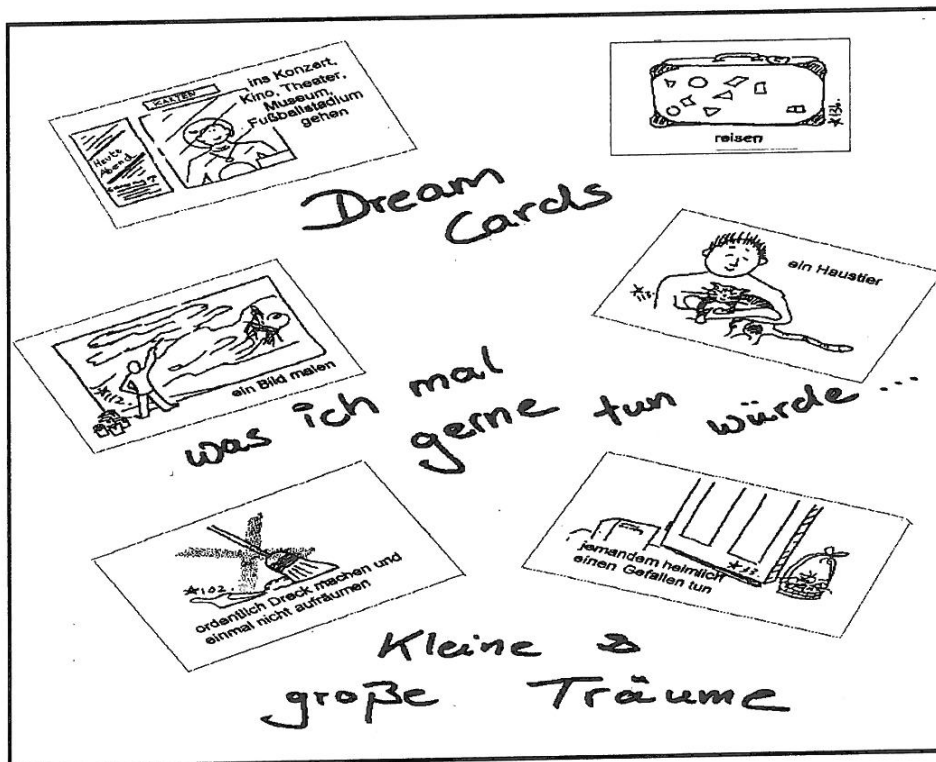


Traum-Karten

Bei den Traum-Karten⁶⁸ geht es z. B. darum Ideen zu bekommen, was ich gerne mal tun oder ausprobieren würde, um Lebensqualität und Spaß in meinen Alltag zu bringen. Würde ich beispielsweise gerne mal Frühstück im Bett bekommen, in einer Band singen, etwas über Sterne lernen oder mich selbst besser verstehen? Traum-Karten sind auch eine gute Möglichkeit, sich gegenseitig kennen zu lernen und etwas über die Wünsche der anderen Person zu erfahren und vielleicht gemeinsame Vorlieben zu entdecken. Die Karten können beispielsweise in drei Haufen sortiert werden:

- Dinge, die ich immer schon mal machen wollte
- Dinge, die ich gerne mal ausprobieren möchte
- Dinge, die mich momentan nicht interessieren

Die Traum-Karten bestehen aus über 140 Karten, man kann aber auch eigene Traum-Karten hinzuziehen. Es geht nicht darum, alle Karten auf einmal durchzusehen, sondern ein Pool von verschiedenen Ideen zu haben.



Aus den ausgewählten Karten können dann die drei oder fünf Karten ausgewählt werden, die am treffendsten die Wünsche ausdrücken. Darüber kann man dann weiter ins Gespräch kommen und die Ideen weiter ausspinnen:

- Wie würde das aussehen?
- Wer würde dabei sein?
- Wie würde sich das für dich anfühlen?

Traum-Karten sind eine Methode, Menschen auf eigene Ideen zu ihrer Freizeitgestaltung zu bringen. In Wohngruppen scheint mir manchmal die Parole „Alle machen,

was die ErzieherIn macht“ zu gelten. Reitet die ErzieherIn gerne, findet man die halbe Wohngruppe auf dem Reiterhof, ist sie ein Wassernarr, geht die ganze Gruppe baden. Ich kannte einmal einen Betreuer, dessen Hobby war es, Flugzeuge zu beobachten und die Nummern der gesichteten Flugzeuge aus einem dicken Buch zu streichen. Als sich plötzlich auch eine Gruppe von Betreuten diesem Hobby widmete, wurde ich stutzig. Ich bin nicht dagegen, dass Leute von anderen auf neue Ideen gebracht und für ein Hobby begeistert werden. Das finde ich gut, gerade weil Menschen dann über gemeinsame Interessen zusammenfinden. Problematisch wird es, wenn sich die Interessen der Betreuten an den Interessen der BetreuerInnen so zu orientieren haben, dass ihr Hobby schichtweise mit den BetreuerInnen wechselt.

Die verschiedenen Karten der vorgestellten Kartensets sind Spielkarten im besten Sinne. Man darf Spaß haben, lachen, Karten ablegen, neue Karten erfinden und Karten malen für Dinge, die einem wichtig sind oder sich auf wenige Karten beschränken. Sie sind unterschiedlich gestaltet, so dass man sie je nach persönlichen Vorlieben der planenden Person auswählen kann. Alle diese Methoden sollen dazu dienen, Ideen für Veränderungen zu kreieren. Dabei können die Veränderungen klein oder groß sein, wichtig ist aber, dass sie die Lebensqualität der unterstützten Person verbessern und ihre Wahlmöglichkeiten erweitern.

Neben den hier vorgestellten drei Kartensets gibt es noch andere Varianten dieser Idee: Die Bundesvereinigung Lebenshilfe hat in Anlehnung an die bekannten Kartensets ein Kartenset mit neuen Zeichnungen entwickelt, das Bestandteil des Instruments „Gut leben“ zur Persönlichen Zukunftsplanung mit verschiedenen Vorlagen ist⁶⁹. Eine Kartenset zum Erkennen von Stärken sind auch die SkillCards (www.skillcards.at), die in der Berufsberatung und im Coaching genutzt werden.