



## Checkliste Care Leaver

Care Leaver sind junge Menschen, die einen Teil ihres Lebens in stationären Hilfeinrichtungen, Pflegefamilien oder sonstigen betreuten Wohnformen verbracht haben und nun in ein selbstständiges Leben starten sollen. Diese jungen Menschen sind vielfach gegenüber Gleichaltrigen benachteiligt. Um ihnen einen guten Start in die Selbstständigkeit zu ermöglichen, wurde diese Checkliste erstellt. Sie kann als begleitendes Instrument im Hilfeplanverfahren für Jugendliche und junge Erwachsene im Alter zwischen 16 und 21 Jahren eingesetzt werden, die stationär untergebracht sind und dort auf die Selbstständigkeit vorbereitet werden.

Nachfolgend werden Themenbereiche dargestellt, die in der Vorbereitung auf die Selbstständigkeit in den Hilfeplangesprächen thematisiert und bearbeitet werden sollten. Sie sind abgeleitet aus aktuellen Forschungsergebnissen zu den Übergängen in die Selbstständigkeit und aus den Entwicklungsaufgaben, die junge Menschen in dieser Lebensphase bewältigen müssen.

Name: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Selbsteinschätzung = O

Fremdeinschätzung = X

### Finanzen/Umgang mit Geld

Einschätzung zwischen 1 (sehr gut) und 6 (ungenügend)	1	2	3	4	5	6
Kann ich mein Geld einteilen? wöchentlich/ monatlich						
preisbewusst / gezielt einkaufen						
Haushaltsbuch/ -kasse führen						
Konto eröffnen und damit umgehen können						
Fähigkeit zum Sparen allgemein /für spezielle Dinge						
Umgang mit Schulden						
Geld überweisen, Daueraufträge einrichten, Kontoführung						
Verträge überdenken und abschließen können						
Kenntnisse über Versicherungen						

### Zuverlässigkeit

Pünktlichkeit						
Ehrlichkeit/ Vertrauenswürdigkeit						
Einhalten von Absprachen und Terminvereinbarungen						
Zuverlässigkeit in schulischen Belangen/ in der Ausbildung						

Hausaufgaben alleine erledigen können						
Morgens pünktlich alleine aufstehen						
Struktur (Tag, Woche, Monat, Jahr)						
Schul- und Arbeitsmaterialien rechtzeitig beschaffen und in Ordnung halten können						

### Hauswirtschaftlicher Bereich

Kochen / gesunde Ernährung						
Regelmäßig und preisgünstig einkaufen						
Vernünftiger Umgang mit Lebensmitteln						
Zimmer in Ordnung halten						
Sauberkeit						
Wäsche waschen und pflegen						
„Selbsthilfetechniken“ (Knopf annähen, Loch bohren, Anfertigen von Materiallisten)						

### Eigenverantwortlichkeit Gesundheit/Körper

<b>Einschätzung zwischen 1 (sehr gut) und 6 (ungenügend)</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Achte ich auf meinen Körper ...						
... wenn ich krank bin / Schmerzen habe						
... in Bezug auf Körperhygiene						
... wenn ich müde bin						
Achte ich auf Verhütung?						
Regelmäßige notwendige Arztbesuche (selbständig ausmachen und wahrnehmen)						
Regelmäßige Zahnarztbesuche						
Umgang mit Medikamenten						
Umgang mit Genussmitteln						
Suchtproblematik (Essstörung, Spielsucht)						
Therapien (eingeleitet, abgebrochen) oder Therapiewunsch						

### Persönliches

Sich selber Hilfe holen können (z.B. Notruf absetzen können)						
Sich selbst und anderen Grenzen setzen können						
Zukunftsperspektive entwickeln (z.B. schulische und berufliche Ziele)						
Persönliche Themen und Probleme besprechen können						
Verhalten in Anforderungssituationen / Stresssituationen						
Eigene Zufriedenheit						

Ich bin zufrieden, wenn ...						
Allein sein können						
Kompetenzen für Wohnungssuche (s. Extrablatt)						
Straffälligkeit						
Unterlagen/Papiere ordnen						

### Soziale Kontakte

<b>Einschätzung zwischen 1 (sehr gut) und 6 (ungenügend)</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Umgang mit Konflikten, in Streitsituationen						
Umgang mit Kritik						
Versucht, unerwünschtes Verhalten zu ändern						
Angemessener Umgang mit Lehrern und Ausbildern						
Angemessener Umgang mit Mitschülern und Kollegen						
Angemessener Umgang mit Nachbarn						
Freunde und Kontakte gewinnen und pflegen können						
Rücksichtnahme gegenüber Mitmenschen / Mitbewohnern						
Hilfsbereitschaft						
Kontakte zu Eltern, Geschwistern und Verwandten						
Partnerschaft						
Nicht von anderen beeinflussen lassen						

### Freizeitgestaltung

Sinnvolle Freizeitbeschäftigung						
Mir selbst eine Pause gönnen und etwas Gutes tun						
Angemessene Einteilung von Arbeit und Vergnügen/ Termine koordinieren						
Guter Umgang mit dem Internet						

### Umgang mit Behörden

Halte ich meine Verpflichtungen im Alltag ein?						
Schriftliches: Anträge, Formulare ausfüllen						
Auf Briefe und E-Mails reagieren (können)						
Selbstständig Termine vereinbaren und verwalten						
Telefonate selbstständig führen						
Informationen einholen können (wo, was, wie?)						
Bewerbungen verfassen und versenden						
Überblick über Ämter und Behörden, Kenntnisse über bürokratische Vorgänge (z.B. Wo bekomme ich welche Gelder?)						

## Wohnen

<b>Einschätzung zwischen 1 (sehr gut) und 6 (ungenügend)</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Ortsüblichen Mietspiegel kennen						
Wissen wo man nach einer Wohnung suchen kann						
Wohnungssuche durchführen						
Wohnung anmieten(Mietvertrag abschließen, inhaltlich verstehen)						
Pflichten aus Mietverhältnis kennen						
Nebenkosten kennen und verstehen						

## UMA-spezifisch

<b>Einschätzung zwischen 1 (sehr gut) und 6 (ungenügend)</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
Integration in Deutschland						
Sprachkompetenz (Zertifikat?)						
Kenntnisse über die Kultur und das politische System						
Umgang mit Nahverkehr, Fahrpläne lesen						
Umgang mit andersartigen Rollenbildern						

## Sonstiges