

## AUSWERTUNG AERES

*Auswertungsblätter AERES, Instrument zur Selbstevaluation der Ressourcen*

Name, Vorname:

Persönlichkeitseigenschaften / Persönlichkeitsmerkmale	Vorhanden	Ausmass des Genesungsbeitrags	Entwicklungsbereitschaft / Entwicklungslust / Entwicklungswunsch
1. Einen Sinn für Humor haben			
2. Selbstvertrauen haben / Selbstbewusst sein			
3. Mutig sein			
4. Neugierig sein / Entdecken wollen			
5. Ausdauer haben / Durchhaltevermögen haben			
6. Enthusiastisch sein / Begeisterungsfähig sein / Geniessen können			
7. Auf seinen Körper hören und achten			
8. Überlegt handeln			
9. Optimistisch sein			
10. Dankbar sein			
11. Zuversicht haben / Hoffnung haben			
12. Einen Glauben haben / Spirituell sein			
13. Andere persönliche Eigenschaften			
<b>Total</b>			

Vorhanden : Nein = 0 / Ja = 1

Ausmass des Genesungsbeitrags: Gar nicht = 1 / Ein wenig/in geringem Masse = 2 / Moderat/ in  
moderatem Masse = 3 / Viel/in hohem Masse = 4

Entwicklungsbereitschaft/Entwicklungslust/Entwicklungswunsch : Nein = 0 / Ja = 1

Freizeitbeschäftigungen / Leidenschaften	Vorhanden	Ausmass des Genesungsbeitrags	Entwicklungsbereitschaft / Entwicklungslust / Entwicklungswunsch
1. Sport treiben			
2. Kochen			
3. Singen / Ein Instrument spielen			
4. Malen /Zeichnen / Fotografieren / Kreativ sein			
5. Zu Aufführungen gehen (Kino, Konzert, Theater, Tanz)			
6. Lesen / Schreiben			
7. Gärtnern / Basteln			
8. Musik hören / TV / Radio / Im Internet surfen			
9. Reisen / Besichtigen / Ausflüge machen			
10. Spielen / Spiele machen			
11. Andere Freizeitbeschäftigungen / Leidenschaften			
<b>Total</b>			

Vorhanden : Nein = 0 / Ja = 1

Ausmass des Genesungsbeitrags: Gar nicht = 1 / Ein wenig/in geringem Masse = 2 / Moderat/ in moderatem Masse = 3 / Viel/in hohem Masse = 4

Entwicklungsbereitschaft/Entwicklungslust/Entwicklungswunsch : Nein = 0 / Ja = 1

Externe Ressourcen	Vorhanden	Ausmass des Genesungsbeitrags	Entwicklungsbereitschaft / Entwicklungslust / Entwicklungswunsch
1. Familie			
2. Gefühlsbeziehungen / Liebesbeziehungen / romantische Beziehungen			
3. Freunde			
4. Soziales Umfeld / Nachbarn / Arbeitskollegen			
5. Beruf			
6. Lebensort			
7. (fachliche) Betreuung/Begleitung/Unterstützung durch Gesundheitsfachkräfte			
8. Haustier			
9. Natur			
10. Andere externe Ressourcen			
<b>Total</b>			

Vorhanden : Nein = 0 / Ja = 1

Ausmass des Genesungsbeitrags: Gar nicht = 1 / Ein wenig/in geringem Masse = 2 / Moderat/ in  
moderatem Masse = 3 / Viel/in hohem Masse = 4

Entwicklungsbereitschaft/Entwicklungslust/Entwicklungswunsch : Nein = 0 / Ja = 1