

Merkblatt / Vorgehensweise

AERES, Selbstevaluation der Ressourcen

Heute sehen wir uns, um Ihre aktuellen Ressourcen und Kompetenzen auszuwerten/ zu beurteilen. Ich schlage vor, dass Sie mehrere Kartenziehungen machen, um herauszufinden, welche Ihre aktuellen Stärken sind, inwiefern diese Ihnen dabei helfen, sich in schwierigen Situationen besser zu fühlen und welche die neuen Ressourcen sind, die sie entwickeln möchten.

Der Vorteil dieser Auswertung/Beurteilung besteht darin, dass wir dadurch die Möglichkeit haben, ein umfassendes Bild Ihrer gesamten Ressourcen zu entwickeln. Was mich hier interessiert, ist Ihre persönliche Wahrnehmung und ihre eigene Sichtweise. Ich schlage vor, dass Sie eine erste Kartenziehung machen und wir uns anschliessend die Zeit nehmen, um diese gemeinsam zu besprechen.

Wir fangen mit der ersten Kategorie an, welche eine Reihe von Persönlichkeitseigenschaften darstellen.

Wir fangen mit der Austeilung der ersten Kategorie, d.h. der Persönlichkeitseigenschaften an. Der Patient macht dabei drei Kartenziehungen. Es folgt die Diskussion/das Gespräch mit dem Kliniker. Anschliessend wird das gleiche Verfahren mit den zwei anderen Kategorien, d.h. der Freizeitbeschäftigungen und Leidenschaften und der externen Ressourcen gemacht.

Erste Ziehung / Auswahl:

Hier haben sie eine Reihe an verschiedenen Persönlichkeitseigenschaften. Suchen sie sich diejenigen Karten aus, welche sie beschreiben oder auf sie zutreffen.

Haben Sie die Karten?

Machen Sie jetzt zwei Stapel. Die Persönlichkeitseigenschaften, die sie beschreiben, fügen sie zu einem Ja-Stapel zusammen und die Karten, die nicht auf sie zutreffen, fügen sie zu einem Nein-Stapel zusammen.

JA – NEIN

Zweite Ziehung / Auswahl :

Der Forscher nimmt den Stapel mit den Ressourcen, die auf den Patienten zutreffen (den Ja-Stapel)

Wir werden Ihre vorhandenen Ressourcen näher betrachten. Können sie mir sagen, inwiefern diese Ressourcen zu ihrem Wohlbefinden/ ihrer Genesung beitragen. Inwiefern helfen Ihnen diese Ressourcen, sich besser zu fühlen, wenn es gerade schlecht läuft.

Sie haben 4 mögliche Antworten:

Gar nicht – ein wenig/in geringem Masse – moderat/in moderatem Masse – viel/in hohem Masse

Sobald die Ziehung beendet ist, fangen sie mit dem Diskussionsteil an.

DISKUSSIONSTEIL

Ziel: Identifizierung und Erkundung der vorhandenen Ressourcen des Patienten. Auf welche Weise tragen die jeweiligen Ressourcen zur Genesung des Patienten bei? Jede einzelne Karte nehmen, um diese gemeinsam zu erkunden und mit dem Patienten zu besprechen.

- Inwiefern trägt die Ressource zu Ihrer Genesung bei (je nachdem, was der Patient ausgewählt hat)?
Gar nicht / ein wenig (in geringem Masse)/ moderat (in moderatem Masse) oder viel (in hohem Masse)
- Wie wenden sie diese Ressourcen in Ihrem Alltag an? In welcher konkreten Situation? Haben sie ein Beispiel?

HALTUNG

Aktives Zuhören. Den Patienten dazu anregen/animieren, seine Ausführungen zu vertiefen und zu veranschaulichen. Die Ausführungen des Patienten zusammenfassend formulieren. Den Patienten ohne zu zögern dazu auffordern, seine Beschreibungen zu ergänzen, ohne dass daraus ein Verhör wird.

Die Diskussion kann kurz oder lang sein, je nach dem Bedürfnis des Patienten und/oder des Klinikers. Es ist nicht erforderlich jeden einzelnen Bereich systematisch zu vertiefen.

Dritte Ziehung / Auswahl :

Alle Karten aufnehmen (den Ja-Stapel und den Nein-Stapel). Gibt es unter all diesen Dimensionen einige, die sie entwickeln oder stärken möchten?

JA – NEIN

DISKUSSIONSTEIL

Alle ausgewählten Karten nehmen (Ja-Stapel)

- Inwiefern können Ihnen diese Ressourcen nützlich sein? Inwiefern können sie zu Ihrem Wohlbefinden beitragen? Wie könnten sie diese neue Ressource entwickeln? Wer könnte Ihnen dabei helfen?

Die Prozedur / Vorgehensweise in der gleichen Weise mit den anderen Kategorien wiederholen: Freizeitbeschäftigungen und externe Ressourcen

Achtung: der Patient kann eine Karte nur einem **JA** zuordnen, wenn es sich um eine **Ressource aus seinem Leben** handelt.

Zum Beispiel: Wenn er eine Familie hat, diese jedoch dysfunktional ist oder der Patient diese nicht als Unterstützung oder Ressource betrachtet, dann wird die Karte einem NEIN zugeordnet.