

VDS26 Auswertung Ressourcenanalyse

Addieren Sie für jeden der Punkte A bis S alle angekreuzten Werte. Teilen Sie diese Summen durch die jeweils maximal mögliche Summe (Zahl der Aussagen je Punkt x 5) und multiplizieren Sie das Ergebnis mit 100. Sie erhalten R(..) %, das ist die Angabe wieviel Prozent des möglichen Ressourcenausmaßes der Themenbereich (..) enthält:

	Ressourcen-Thema	Formel	%
A	Lebensbereich-Analyse	$R(A) \% = (\text{Summe}/80) \times 100 \%$	
B	Analyse der Ziele, Pläne, Wünsche, Träume	$R(B) \% = (\text{Summe}/20) \times 100 \%$	
C	Analyse der Phantasien	$R(C) \% = (\text{Summe}/5) \times 100 \%$	
D	Analyse meines Erinnerungsschatzes	$R(D) \% = (\text{Summe}/5) \times 100 \%$	
E	Analyse der Beziehungen zu wichtigen Menschen	$R(E) \% = (\text{Summe}/12) \times 100 \%$	
F	Analyse der Werte in meinem Leben	$R(F) \% = (\text{Summe}/25) \times 100 \%$	
G	Analyse der Spiritualität	$R(G) \% = (\text{Summe}/10) \times 100 \%$	
H	Genuß-Lust-Analyse	$R(H) \% = (\text{Summe}/25) \times 100 \%$	
I	Spaß-Aktivitäten-Analyse	$R(I) \% = (\text{Summe}/15) \times 100 \%$	
J	Interessen-Analyse	$R(J) \% = (\text{Summe}/15) \times 100 \%$	
K	Körper-Analyse	$R(K) \% = (\text{Summe}/15) \times 100 \%$	
L	Liebenswürdigkeits-Analyse	$R(L) \% = (\text{Summe}/15) \times 100 \%$	
M	Persönlichkeit (Vorlieben, Neigungen, Fähigkeiten)	$R(M) \% = (\text{Summe}/60) \times 100 \%$	
N	Errungenschaften (im Leben bisher erreicht)	$R(N) \% = (\text{Summe}/15) \times 100 \%$	
O	Bedürfnis-Analyse	$R(O) \% = (\text{Summe}/30) \times 100 \%$	
P	Analyse gemeisterter Belastungen	$R(P) \% = (\text{Summe}/15) \times 100 \%$	
Q	Emotions-Analyse	$R(Q) \% = (\text{Summe}/40) \times 100 \%$	
R	Kognitionen (Überzeugungen/Erwartungen)	$R(R) \% = (\text{Summe}/30) \times 100 \%$	
S	Motivations-Analyse (wie sehr ich bereit bin, wichtiges zu erreichen, ein Problem zu lösen)	$R(S) \% = (\text{Summe}/30) \times 100 \%$	

Diagramm: Machen Sie entsprechend der resultierenden Prozentzahl ein Kreuz in folgendem Diagramm

A	Lebensbereich-Analyse	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
B	Analyse der Ziele, Pläne, Wünsche, Träume	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
C	Analyse der Phantasien	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
D	Analyse meines Erinnerungsschatzes	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
E	Analyse der Beziehungen zu wichtigen Menschen	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
F	Analyse der Werte in meinem Leben	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
G	Analyse der Spiritualität	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
H	Genuß-Lust-Analyse	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
I	Spaß-Aktivitäten-Analyse	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
J	Interessen-Analyse	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
K	Körper-Analyse	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
L	Liebenswürdigkeits-Analyse	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
M	Persönlichkeit (Vorlieben, Neigungen, Fähigkeiten)	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
N	Errungenschaften (im Leben bisher erreicht)	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
O	Bedürfnis-Analyse	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
P	Analyse gemeisterter Belastungen	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
Q	Emotions-Analyse	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
R	Kognitionen (Überzeugungen/Erwartungen)	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %
S	Motivations-Analyse (wie sehr ich bereit bin, wichtiges zu erreichen, ein Problem zu lösen)	0--10--20--30--40--50--60--70---80--90—100 %

Zusammenfassung. Meine 10 wichtigsten Ressourcen/Kraftquellen und Stärken

Bitte tragen Sie die 10 wichtigsten Ressourcen in nachfolgende Tabelle ein und bestimmen Sie deren Einsatzmöglichkeiten (bei welchen Problemen, in welchen Situationen, welchen Personen gegenüber, auf welche Weise, und woran erkenne ich, daß ihr Einsatz erfolgreich war?

Ressource (Einzelaussagen in den Themen A bis S)	Einsatzmöglichkeit
1. Am meisten gibt mir: (aus Thema ...)	
2. Am zweitmeisten gibt mir: (aus Thema ...)	
3. Am drittmeisten gibt mir: (aus Thema ...)	
4. Am viertmeisten gibt mir: (aus Thema ...)	
5. Am fünftmeisten gibt mir: (aus Thema ...)	
6. Am sechstmeisten gibt mir: (aus Thema ...)	
7. Am siebtmeisten gibt mir: (aus Thema ...)	
8. Am achtmeisten gibt mir: (aus Thema ...)	
9. Am neuntmeisten gibt mir: (aus Thema ...)	
10. Am zehntmeisten gibt mir: (aus Thema ...)	

Weitere Auswertung für den klinischen Bereich zur Therapieplanung:

Heute: **Was sind die drei häufigsten Reaktionen Ihrer wichtigen Bezugspersonen?**

Nr. ... Wer?

Nr. ... Wer?

Nr. ... Wer?

In Ihrer Kindheit: Was waren die beiden häufigsten Reaktionen **Ihrer Mutter?**

Nr. ...

Nr. ...

In Ihrer Kindheit: Was waren die beiden häufigsten Reaktionen **Ihres Vaters?**

Nr. ...

Nr. ...

Und so reagierte ich wiederum auf deren Reaktion bzw. **so ging die betreffende Situation dann aus:**

.....

Auswertung:

Wichtigste Ressourcen	Mein Umgang damit:	Reaktion anderer darauf:	So ging die Situation aus:
1.			
2.			

Problem bzw. konflikthaft ist:

.....

Ziel ist eine Veränderung in folgendem Sinne:

.....

Hierfür wird der Einsatz folgender Interventionen geplant:

.....

Ressourcen sind:

.....
.....

Diese werden für die Therapie gezielt so eingesetzt:

.....
.....

In der **Therapiebeziehung** / therapeut. Interaktion wird darauf geachtet, daß der Patient oft korrigierende Erfahrungen im Umgang mit Ressourcen macht, indem der Therapeut folgendes sagt/macht:

.....
.....

Die praktische Therapiearbeit kann z.B. mit dem Praxismanual zur Veränderung des Erlebens und Verhaltens (S. Sulz, CIP-Medien 2009) durchgeführt werden.