

VDS38b Fähigkeiten und Umweltressourcen

Checkliste, die vom Leiter oder der Therapeutin ausgefüllt wird, um die persönlichen Ressourcen eines Menschen einzuschätzen. Dies setzt umfangreiche Kenntnisse voraus. Die Beurteilungen sollten nicht intuitiv sein, sondern aufgrund von objektivierbaren Sachverhalten oder Ereignissen bzw. eigenen Beobachtungen entstehen.

a) Fähigkeiten

Funktionalität der Emotionsregulation (ein Gefühl wahrnehmen, benennen, seine Ursache erkennen, seine Situationsadäquatheit prüfen, die Gefühlsintensität modulieren können, aus dem Gefühl heraus verhandeln oder handeln können, ein Gefühl da sein lassen können, ohne gleich handeln zu müssen)

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Fähigkeit zur Selbstwahrnehmung

(Introspektion = innere Prozesse wie Gefühle und Intentionen wahrnehmen können,
 Selbstreflexion = innere Prozesse gedanklich betrachten und beurteilen können,
 Identität = sich als zeitlich konstant bleibendes Wesen kennen)

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Fähigkeit zur Selbststeuerung

(Impulssteuerung, Antizipation der Wirkung von Impulsen, Selbstwertregulation, verlieren können, Ambivalenzfähigkeit, Ausdauer, Flexibilität)

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Fähigkeit zur sozialen Wahrnehmung

(Gefühle des anderen wahrnehmen, empathisch sein können, Nähe und Distanz angemessen einhalten können)

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Fähigkeit zur Kommunikation

(Wahrnehmungen, Gefühle und Bedürfnisse mitteilen können)

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Fähigkeit zur Abgrenzung

(den Anderen als Person mit eigenen Wünschen und Zielen (an-)erkennen und sich vor Übergriffen wirksam schützen können, streiten können)

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Fähigkeit zur Bindung

(sich emotional in einer dauerhaften Beziehung binden können, auch in Abwesenheit die innere Bindung aufrecht erhalten können (Objektkonstanz))

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Fähigkeit zum Umgang mit Beziehungen

(als abgegrenztes Individuum einen Ausgleich zwischen eigenen und anderen Interessen herstellen können, z. B. durch Vereinbarungen und Regeln)

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Fähigkeit, sich aus einer zu Ende gegangenen Bindung lösen zu können

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Fähigkeit zur Utilisierung von Ressourcen (Begabungen, Kenntnisse, Kreativität, soziales Umfeld)

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Fähigkeit zur Bewältigung krisenhafter Situationen

(wirksame Bewältigungsstrategien, neue Bewältigungsstrategien erfinden können)

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Leidenskapazität

(Unvermeidbar Schmerzliches ertragen können, Unabänderliches akzeptieren können)

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

b) Umweltressourcen

Eingebundensein in ein stabiles berufliches Umfeld

(sicherer Arbeitsplatz, gutes Klima, angemessenes Einkommen, die Arbeit macht Spaß, gibt ein Gefühl von Selbsteffizienz)

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Eingebundensein in ein stabiles privates Umfeld

(tatsächlich vorhandene Beziehungen (Art, Qualität und Zahl), intakte Partnerschaft, stützende Familie, gute Freunde, die Freud und Leid mit tragen, befriedigende Freizeitgestaltung, zufriedenstellende Wohnverhältnisse)

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Reale Chancen zur Reduktion pathogener Umweltfaktoren

(aus dem negativ beeinflussenden Umfeld heraus können (z.B. Drogen- oder Alkoholszene), wieder einen Arbeitsplatz finden, sich die benötigte Wohnung leisten können, Partner ist bzw. Eltern sind durch neue angemessene Verhaltensweisen beeinflussbar, eine bisher unversöhnliche Feindschaft ist überwindbar)

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

Reale Chancen zur Entwicklung einer positiven Lebensperspektive

(eine Partnerschaft ist vorstellbar, ein Freundeskreis kann geschaffen werden, Familiengründung ist realisierbar, berufliches Vorankommen ist möglich)

.....

.....

0 absolut dysfunktional	1 überwiegend dysfunktional	2 teils/teils	3 überwiegend funktional	4 fast immer funktional
-------------------------	-----------------------------	---------------	--------------------------	-------------------------

c) Zusammenfassung

Persönliche Fähigkeiten als Ressourcen	Punkte
1. Emotionsregulation	
2. Fähigkeit zur Selbstwahrnehmung	
3. Fähigkeit zur Selbststeuerung	
4. Fähigkeit zur sozialen Wahrnehmung	
5. Fähigkeit zur Kommunikation	
6. Fähigkeit zur Abgrenzung	
7. Fähigkeit zur Bindung	
8. Fähigkeit zum Umgang mit Beziehungen	
9. Fähigkeit, sich aus einer Bindung lösen zu können	
10. Fähigkeit zur Utilisierung von Ressourcen	
11. Fähigkeit zur Bewältigung krisenhafter Situationen	
12. Leidenskapazität	
RDR Ressourcen persönliche Fähigkeiten Summe	
Umweltressourcen	Punkte
1. Eingebundensein in ein stabiles berufliches Umfeld	
2. Eingebundensein in ein stabiles privates Umfeld	
3. reale Chancen zur Reduktion pathog. Umweltfaktoren	
4. reale Chancen zur positiven Lebensperspektive	
RDR Ressourcen soziale Umweltressourcen Summe	
RDR Ressourcen gesamt Summe	

Maximal mögliche Punkte:

Je Fähigkeit bzw. einzelner Umweltressource sind 4 Punkte möglich.

Bei Persönliche Fähigkeiten sind 12 mal 4, also 48 Punkte möglich.

Bei Umweltressourcen sind 4 mal 4, also 16 Punkte möglich.

Insgesamt sind maximal 64 Punkte möglich.