

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
1.1	Grundannahmen ressourcenorientierter Ansätze	3
1.2	Definition und Kategorisierung von Ressourcen	3
1.3	Das Verhältnis von Problemen und Ressourcen	6
2	Zur Indikation eines ressourcenorientierten Vorgehens in der Psychotherapie	7
3	Theoretische Vorstellungen zur Funktion von Ressourcen	10
3.1	Psychische Störungen und Handlungskontrolle – die motivationspsychologische Perspektive	10
3.1.1	Wünschen und Wollen – die prädeziionale Motivationsphase	11
3.1.2	Planung und Umsetzung – die Volitionsphasen	13
3.1.3	Wie ist es eigentlich gelaufen? Die postaktionale Motivationsphase	15
3.2	Die Bedeutung der Affekte	17
3.3	Ressourcenaktivierung unter neuropsychologischer Perspektive	18
3.4	Ressourcenaktivierung und die therapeutische Beziehung ..	19
4	Diagnostik von Ressourcen	21
4.1	Interviewverfahren zur Erhebung von Ressourcen	22
4.1.1	Die „Ressourcenzwiebel“ – ein Leitfaden zur Diagnose von Ressourcen	22
4.1.2	Das Ressourceninterview von Schiepek und Cremers	26
4.1.3	Fazit	27
4.2	Fragebögen zur Diagnostik von Ressourcen	28
4.2.1	Bochumer Ressourcenfragebogen (RESO-B)	28
4.2.2	Berner Ressourceninventar zur Erfassung von Patientenressourcen aus der Fremdbeurteilungsperspektive (REF) ...	28
4.2.3	Fragebögen zur Erfassung einzelner personaler Ressourcen .	29
4.3	Fazit	32
5	Behandlungsstrategien und -methoden	33
5.1	Ressourcenorientierte Beziehungs- und Prozessgestaltung ..	35
5.2	Strategien der inhaltlichen Ressourcennutzung	37

5.3	Ressourcenorientierte Basisinterventionen.	39
5.3.1	Herausarbeitung des Auftrags und Zielklärung	40
5.3.2	Skalierungsfragen.	45
5.3.3	Ressourcenaktivierung zum Therapiebeginn	46
5.3.4	Exploration von Ausnahmen (Rahmen der Ausnahmen)	47
5.3.4.1	Aktivierung von Ausnahmen	48
5.3.4.2	Klärung von Ausnahmen	49
5.3.4.3	Nutzung identifizierter Ressourcen aus der Ausnahmenarbeit	52
5.3.5	Externalisierung von Problemen	52
5.3.6	Wie könnte es vielleicht jenseits der Probleme aussehen? Die Exploration hypothetischer Lösungen	55
5.3.7	Umgang mit Fortschritten.	58
5.3.8	Rückfallprophylaxe	60
5.4	Ressourcenorientiert-interpretierte KVT-Methoden.	61
5.4.1	Ressourcenorientierte Psychoedukation.	62
5.4.2	Ressourcenorientierte Selbstbeobachtung: Positiv-Tagebücher	63
5.4.3.	Ressourcenorientierte Gestaltung von Expositionen	64
5.4.4	Strategien ressourcenorientierter kognitiver Umstrukturierung	67
5.4.5	Persönliches Resilienzmodell.	70
6	Forschungsergebnisse zur Ressourcenaktivierung in der Psychotherapie	72
6.1	Differenzielle Psychotherapieforschung.	72
6.2	Prozessforschungsergebnisse	73
6.3	Interventionsstudien	75
7	Ausblick	78
8	Weiterführende Literatur	78
9	Literatur	79
10	Anhang	89
	Bochumer Ressourcenfragebogen (RESO-B)	89
	Anleitung zur Auswertung des RESO-B	95

Karte:

Leitfaden zur Ressourcendiagnostik – Mögliche Suchbereiche