

Inhalt

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|
| Geleitwort (Wolfgang Wöller) | 10 |
| Einleitung | 13 |
| 1 Begriffsklärung und klinische Bedeutung | 15 |
| 1.1 Salutogenese, Resilienz und Ressourcen | 15 |
| 1.2 Orthogonales Konzept – Sowohl als auch | 22 |
| 1.3 Funktion von Ressourcen | 23 |
| 1.4 Neurobiologische Aspekte | 24 |
| 1.5 Ressourcenaktivierung in allen Schulen | 25 |
| 1.6 Programme zur Ressourcenaktivierung | 27 |
| 1.7 Ressourcen als entscheidender Wirkfaktor in der Psychotherapie | 29 |
| 1.8 Verbesserungserwartung | 30 |
| 1.9 Interaktion zwischen Patient und Behandler | 32 |
| 2 Ressourcenfokussierung von Anfang an | 37 |
| 2.1 Akzeptanz der Patientenrolle | 37 |
| 2.2 Auftakt der Behandlung | 38 |
| 2.3 Kontakt mit der Patientengemeinschaft | 41 |
| 2.4 Exploration von Behandlungszielen | 45 |
| 3 Ressourcendiagnostik | 52 |
| 3.1 Ressourceninterview von Schiepek und Cremers | 52 |
| 3.2 Ressourcenfragebögen | 57 |
| 3.3 Ressourcen-Lebensbericht | 60 |
| 3.4 Ressourcen-Genogramm | 62 |
| 4 Therapiephase | 70 |
| 4.1 Ankommen in der Klinik | 70 |
| 4.2 Erstkontakt mit der Therapiegruppe | 71 |

| | | |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 4.3 | Ressourcenaktivierende Gesprächsführung | 74 |
| 4.4 | Variable Settings zur Ressourcenaktivierung | 81 |
| 4.4.1 | Therapeuten sprechen über Patienten in deren Beisein: Intensivvisite/Fokusgespräch | 81 |
| 4.4.2 | Therapeuten sprechen über Patienten in deren Abwesenheit: Teamkonferenz/Supervision | 85 |
| 4.4.3 | Therapeuten sprechen Patienten als Experten an: Ressourcen-Psychoedukation | 85 |
| 4.4.4 | Patienten sprechen untereinander ohne Therapeuten .. | 90 |
| 4.5 | Imaginative Ressourcenaktivierung | 95 |
| 4.6 | Achtsamkeit | 97 |
| 4.7 | Skulpturtechnik | 97 |
| 4.8 | Ressourcenaktivierung bei Ambivalenzsituationen | 103 |
| 4.9 | Vierfelderübung als Circumplexmodell | 106 |
| 4.10 | Timeline-Übung | 109 |
| 4.11 | Symbolübung | 113 |
| 4.12 | Ressourcen aus der Lebenswelt des Patienten | 115 |
| 4.13 | Ressourcenübungen mit Karten, Listen und Spielen | 119 |
| 4.14 | Grundbedürfnisse und Ressourcen | 125 |
| 4.15 | Genusstraining | 130 |
| 4.16 | Ressourcenaktivierung bei somatischen Erkrankungen | 132 |
| 4.17 | Körperassoziierte Ressourcenübungen | 135 |
| 4.18 | Störungsspezifische Ressourcentechniken | 142 |
| 4.19 | Ressourcen in der Kreativtherapie | 143 |
| 5 | Transfer- und Abschiedsphase | 146 |
| 5.1 | Zwischenbilanz | 146 |
| 5.2 | Pausenmanagement | 146 |
| 5.3 | Ressourcenaktivierung vor einer belastenden Situation | 151 |
| 5.4 | Ressourcen-Koffer zur Ersten Hilfe | 153 |
| 5.5 | Peer to Peer – Weitergaben von Ressourcen unter Betroffenen | 158 |
| 5.6 | Transfer-Arbeitsblatt | 161 |
| 5.7 | Abschluss-Bilanz (Rucksackübung) | 164 |

| | |
|--------------------------------------|---------|
| 6 Materialien | 166 |
| Verzeichnis der Arbeitsblätter | 166 |
| Ressourcen im Internet | 167 |
| Literatur | 171 |