

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