



Ressourcen entdecken

Stärken im Alltag nutzbar machen

Gemeinsam erkunden, was bereits hilft und unter welchen Bedingungen es gelingt. Ressourcen sind Angebote und Möglichkeiten – keine Verpflichtung, alles allein zu schaffen.

Anliegen und eigene Sicht

Was soll leichter werden? Was ist der Person wichtig? Wessen Perspektive fehlt?

Gelingende Situationen

Wann gelingt etwas schon – auch teilweise? Konkrete Situation und Quelle benennen.

Stärken und hilfreiche Bedingungen

Welche Fähigkeiten, Interessen, Routinen, Orte oder Hilfsmittel waren hilfreich?

Beziehungen und Unterstützung

Wer könnte helfen? Ist diese Hilfe gewünscht, erreichbar und für die Person leistbar?

Grenzen und fehlende Ressourcen

Was fehlt? Welche Belastungen oder Zugangsbarrieren brauchen eine eigene Lösung?

Ein nächster Schritt

Was möchte die Person erproben? Wer unterstützt wie? Wann schauen wir gemeinsam zurück?

Arbeitshilfe, kein amtliches Formular. Fachliche Einschätzung und Trägerverfahren bleiben maßgeblich. Nur erforderliche Angaben verwenden. Dateien ausschließlich in der vorgesehenen, geschützten Arbeitsumgebung bearbeiten.

So kann es aussehen

Vollständig erfundenes Beispiel · Ressourcen entdecken

Anliegen und eigene Sicht

Eine junge Person möchte morgens weniger in Zeitdruck geraten. Ihr ist wichtig, selbst über den Ablauf mitzuentcheiden.

Gelingende Situationen

Sie berichtet: An zwei Tagen war die Tasche bereits abends gepackt. Morgens blieb dadurch mehr Ruhe. Die Sicht weiterer Beteiligter wurde noch nicht eingeholt.

Stärken und hilfreiche Bedingungen

Sie hat die Entlastung selbst erkannt und nutzt gern kurze Listen auf dem Handy. Am Abend war Zeit verfügbar; eine Erinnerung der Bezugsperson half beim Beginn.

Beziehungen und Unterstützung

Die junge Person wünscht vorerst eine vereinbarte Erinnerung. Die Bezugsperson möchte dies an drei Abenden übernehmen. Ob das dauerhaft passt, bleibt offen.

Grenzen und fehlende Ressourcen

An Abenden mit spätem Training ist wenig Zeit. Das Gelingen mit Erinnerung wird nicht mit selbstständiger Umsetzung gleichgesetzt. Benötigte Hilfe wird nicht zu Testzwecken entzogen.

Ein nächster Schritt

Die junge Person erstellt eine Liste mit drei Dingen und erprobt sie an drei selbst gewählten Abenden. Nach einer Woche besprechen beide, was entlastet hat und welche Unterstützung weiterhin gewünscht ist.

Für die eigene Arbeit: Das Beispiel zeigt eine mögliche Struktur, keine allgemein gültige Formulierung. Inhalt und Umfang an Situation, Auftrag und Trägerverfahren anpassen.

Kostenlos intern nutzen und anpassen; unverändert weitergeben. Eigene Änderungen kennzeichnen. Kein Weiterverkauf.