



Ressourcenblume





Kap. 2.2.8: Pommes gegen Langeweile? Schokoriegel gegen Frust?

Lernziel: Raus aus dem Teufelskreis!

Themenbereich: Stimmungen, Gefühle, psychosoziale Einflussfaktoren

Abb. 2.2.8e: Ressourcenblume

Zielgruppe: Kinder ab der Grundschule, Jugendliche.

Ziel: Die Kinder bzw. Jugendlichen sollen ihre eigenen Fähigkeiten, Stärken, Wünsche formulieren bzw. bildlich darstellen und ihr Selbstkonzept zum Ausdruck bringen. Indem sie rückblickend und aktuell Aussagen über sich treffen, können Veränderungen im zeitlichen Verlauf benannt und Ressourcen für die Verwirklichung der Veränderungswünsche herausgearbeitet werden. Unrealistische Wünsche können identifiziert und umgewandelt werden. Auch Eltern können dieses Blatt bearbeiten und die Entwicklung ihres Kindes reflektieren.

Beschreibung/Durchführung/Nachbesprechung: Das Arbeitsblatt kann im Dialog mit dem Adipositas-Therapeuten bearbeitet oder als Hausaufgabe mitgegeben werden. Die Kinder und Jugendlichen bekommen die Aufgabe, eine Blume zu malen und in den Blütenblättern darzustellen, wie sie sich gerade fühlen, wie dies vor einem Jahr war und wie sie gerne sein möchten bzw. gar nicht sein möchten. Jugendliche können die Fragen bzw. Bereiche der Ressourcenblume, wenn sie nicht malen oder zeichnen wollen, auch ohne Bild niederschreiben oder eine Tabelle anfertigen etc. In der Nachbesprechung werden die Ansatzpunkte für die weitere Behandlung herausgearbeitet: Wie ist das Identitätsgefühl des Kindes bzw. des Jugendlichen, wie ist seine Motivations- und Stimmungslage, welche Haltungsziele lassen sich entwickeln und an welche Ressourcen kann angeknüpft werden?



BABELUGA