

## ABC-Liste zur Ressourcenorientierung

<b>A</b>	
<b>B</b>	
<b>C</b>	
<b>D</b>	
<b>E</b>	
<b>F</b>	
<b>G</b>	
<b>H</b>	
<b>I</b>	
<b>J</b>	
<b>K</b>	
<b>L</b>	
<b>M</b>	
<b>N</b>	
<b>O</b>	
<b>P</b>	
<b>Q</b>	
<b>R</b>	
<b>S</b>	
<b>T</b>	
<b>U</b>	
<b>V</b>	
<b>W</b>	
<b>X</b>	
<b>Y</b>	
<b>Z</b>	

## **ABC-Liste zur Ressourcenorientierung**

Die ABC-Liste kann sowohl dazu dienen, sich der eigenen Stärken und Ressourcen bewusster zu werden, als auch die der Kinder in den Blick zu nehmen.

### **Eigene Stärken und Ressourcen**

Schreiben Sie zu jedem Buchstaben ein Stichwort mit dem jeweiligen Anfangsbuchstaben, das Ihnen zur Beantwortung der Fragen „Was kann ich gut?“ und „Welche Ressourcen habe ich?“ einfällt. Nehmen Sie sich für die Aufgabe höchstens drei Minuten Zeit. Verharren Sie nicht zu lange bei einem Buchstaben sondern hören Sie auf Ihre erste Intuition! Sie werden erstaunt sein!

Nachdem Sie die Liste ausgefüllt haben, überlegen Sie doch einmal, welche Stärken ganz besonders auf Sie zutreffen und wie Sie diese Stärken einsetzen können. Bedenken Sie: Auch auf den ersten Blick negativ erscheinende Begriffe können in bestimmten Situationen positiv sein (Zum Beispiel: Ungeduld. Das klingt vielleicht zunächst eher negativ. Genau diese Ungeduld hilft aber, Dinge voran zu treiben und Fortschritte zu machen.)

### **Stärken und Ressourcen von Kindern**

Nehmen Sie mit Hilfe der ABC-Liste auf die gleiche Weise die Ressourcen der Kinder in den Blick – Denken Sie an ein Kind und füllen Sie die Liste aus – allein oder gemeinsam mit KollegInnen.