

## Arbeitsblatt 7

### Anleitung zum Ressourcen-Genogramm

Bitte zeichnen Sie einen Familienstammbaum mit den Symbolen im Beispiel. Dann können Sie positive Eigenschaften Ihrer Angehörigen oder Dinge, die Sie von ihnen gelernt haben, eintragen. Die Fragen sollen Sie darin unterstützen:

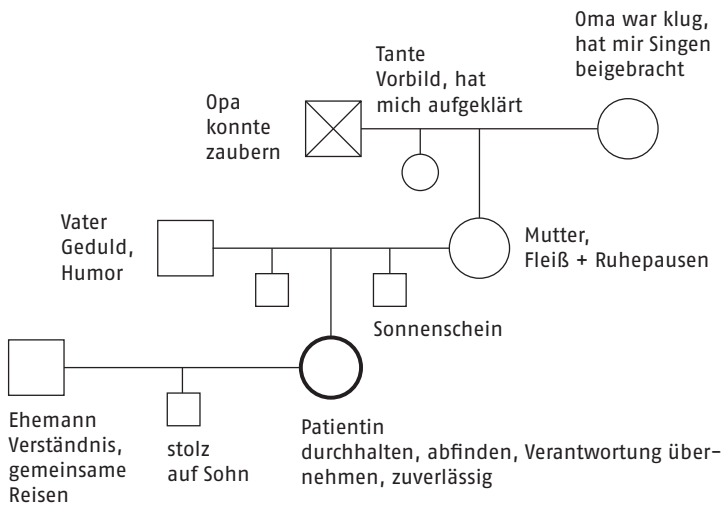


Abb. 3 Ressourcen-Genogramm

- Wen mochten Sie als Kind besonders gerne?
- Welche Fähigkeiten der älteren Geschwister, Eltern oder Großeltern schätzen Sie besonders?
- Was haben Sie Positives von Vater/Mutter bzw. den Großeltern gelernt?
- Wie hat es die Familie geschafft, mit schwerer Krankheit, Krisen, Verlusten etc. umzugehen?
- Welche Menschen in der engeren oder erweiterten Familie waren für Sie besonders wichtig?
- Wie wurden in Ihrer Familie Feste gefeiert, welche Spiele wurden gespielt?

- Haben Sie Vorbilder, denen Sie sich innerlich verbunden fühlen?
- Welche Fähigkeiten haben Sie als Rüstzeug für Ihr Leben aus der Familie mitbekommen?
- Welche Ressourcen hatten Ihre Verwandten?
- Welche positiven Mythen oder Geschichten existieren über Ihre Familie? Lebt die Familie nach einem Familienmotto?
- Gibt es einen Familienschatz, den es zu bewahren oder zu schützen gilt?
- Welche positiven Erfahrungen aus Ihrer Herkunftsfamilie sollen Bestand haben und in Ihren Kindern weiterleben?
- Welche Grundüberzeugungen hinsichtlich Gesundheit und Krankheit sind in Ihrer Familie vorherrschend?
- Welche Bedeutung hat Spiritualität in Ihrer Familie?