

Fragebogen zur Erfassung der aktuellen Ressourcenrealisierung (RES)

Dieser Fragebogen enthält Aussagen zu verschiedenen Bereichen, die allgemein in einem engen Zusammenhang stehen zu dem Wohlbefinden und der Lebenszufriedenheit von Menschen. All diese Aussagen beinhalten Verhaltensweisen oder Situationen, die Sie von *nie* über *zeitweise* bis hin zu *sehr häufig* erleben können.

Um anzugeben, wie häufig Sie dies jeweils erleben, kreuzen Sie bitte jeweils rechts **eine** der vorgegebenen Antwortmöglichkeiten an. Für jeden Bereich ist durch "___" gekennzeichnet, wo die Häufigkeitsangabe ausgelassen worden ist. Bitte vervollständigen Sie an dieser Stelle in Gedanken die Aussage durch eine der Häufigkeitsaussagen.

Hier ist ein Beispiel für den Bereich "Wohlbefinden":

Beispiel: Während der letzten 4 Wochen habe ich mich zeitweise (3) wohl gefühlt, weil ich bei jemandem Geborgenheit und Sicherheit gefunden habe.

| | <i>nie</i> | | <i>zeitweise</i> | | | <i>sehr häufig</i> | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <u>Während der letzten 4 Wochen habe ich mich ___ wohl gefühlt, weil ... ich bei jemandem Geborgenheit und Sicherheit gefunden habe.</u> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | X | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Grundsätzlich gibt es hierbei keine "guten" oder "richtigen" Aussagen. Wichtig ist vielmehr, welche persönlichen Erfahrungen Sie in der letzten Zeit gemacht haben. Bitte überlegen Sie daher auch nicht, welche Antwort den "besten" Eindruck machen könnte. ***Sie können sich darauf verlassen, daß alle Ihre Antworten vertraulich behandelt werden.***

Bitte überlegen Sie bei der Beantwortung der Fragen nicht zu lange. Im Zweifelsfall entscheiden Sie sich einfach für eine der Antwortmöglichkeiten. Vielleicht haben Sie zwischendurch den Eindruck, eine der Fragen in diesem oder in einem anderen Zusammenhang schon einmal beantwortet zu haben. Bitte beantworten Sie dennoch der Reihe nach alle Fragen und lassen Sie keine aus.

Vielen Dank!

