

Ressourcen Orientiertes Protokoll (ROP)

Die 3 Kriterien der ressourcenorientierten Vorgehensweise:

1. Ressourcenzugang ist zu jeder Zeit möglich
2. Distanzierungstechniken sind eingeübt (z.B. Bildschirm- oder Beobachertechnik)
3. Kontrolle über das eigene Stresslevel gelingt

Einweben der Distanzierungstechnik als Filter bei hohem Stresslevel.

Als Möglichkeit auch: mit einem Ressourcenbild in die Verarbeitung gehen

Bearbeitung mit Standardprotokoll

Ganz bewusst mit dem „Erwachsenen-Ich“ in die Bearbeitung der Situation gehen.

Am Ende gezielt mit dem Erwachsenen die bearbeitete Situation verlassen.

Ziel: Das jüngere Ich / Kind ist in Sicherheit, u.U. in sicheren Ort bringen.

- A) Ausgangssymptom oder Erinnerung an belastende Situation
- B) eine entsprechende Ressource zu A ist eingeübt
- C) Stelle im Raum auswählen, wo sich die Ressource befinden soll
- D) Oder: 3. Stuhl, Ressourcenstuhl
- E) Stressmerkmale festlegen, z. B. Herzschlag, kalte Hände, Druck im Kopf o. ä.
- F) Klient gibt selbstständig Stopp-Zeichen, wenn Stresslevel zu hoch
- G) Wechsel in die Ressource, bzw. auf den Ressourcenstuhl
- H) nach Beruhigung zurück zur Traumaverarbeitung
- I) Einweben von Distanzierungstechnik (als Filter) jederzeit bei Bedarf

Vorbereitung

