AB 6.2 Profil sozio-emotionaler Kompetenzen

Treffen einige dieser Aussagen auf Sie zu? Was meinen Personen, die Sie gut kennen und was sagt ihre Therapeutin oder Therapeut? Zustimmungen deuten auf Probleme in sozio-emotionalen Kompetenzen hin.

Eigene Gefühle verstehen und soziale Signale ausdrücken	**Ich**	_____	**Therapeut**
Manchmal bin ich aufgeregt, wenn ich mit Anderen zusammen bin, kann aber nicht genau sagen, was ich eigentlich fühle.	☐	☐	☐
Ich kann schwer unterscheiden, ob ich z.B. ängstlich oder traurig bin.	☐	☐	☐
Mein Blickkontakt ist reduziert oder anders als der von NTs.	☐	☐	☐
Meine Gesichtsausdrücke sind reduziert oder ungewöhnlich.	☐	☐	☐
Meine Art zu sprechen (Tempo, Lautstärke) ist ungewöhnlich.	☐	☐	☐

Soziale Signale Anderer erkennen	**Ich**	_____	**Therapeut**
Manche Leute können anscheinend mit den Augen jemand anderem etwas andeuten. Ich weiß nicht, wie das gehen sollte.	☐	☐	☐
Ich habe Probleme zu erkennen, ob jemand gelangweilt oder interessiert ist, wenn ich etwas erzähle.	☐	☐	☐
Manchmal frage ich mich, ob Leute ehrlich lachen oder nicht.	☐	☐	☐

Gefühlen und Gedanken Anderer verstehen (Theory of Mind)	**Ich**	_____	**Therapeut**
Ich weiß häufig nicht, was Leute eigentlich von mir wollen.	☐	☐	☐
In Gruppen kann es passieren, dass alle lachen und nur ich nicht verstehe, was lustig gewesen sein soll.	☐	☐	☐
Es fällt mir schwer zu beurteilen, was Andere denken oder vorhaben.	☐	☐	☐
Ich finde es schwer, Ironie, Redewendungen oder „blumige“ Sprache zu verstehen.	☐	☐	☐
Anscheinend machen die Leute Komplimente, obwohl sie es eigentlich nicht so meinen. Das kann ich nicht nachvollziehen.	☐	☐	☐

© 2019 W. Kohlhammer, Stuttgart

Kenntnis von sozialen Regeln	Ich	_____	Therapeut
Ich bin schon häufig in „Fettnäpfchen“ getreten (d.h., ich tat Dinge, die nach der Reaktion der Leute zu urteilen wohl unangemessen waren).	☐	☐	☐
Irgendwie scheinen Alle bestimmten Regeln zu folgen, obwohl die nirgends geschrieben stehen. Ich dagegen kenne diese Regeln nicht.	☐	☐	☐
Ich weiß häufig nicht genau, was ich wann sagen soll, z.B. am Telefon oder in Small Talk-Situationen.	☐	☐	☐
Ich weiß nicht genau, wie ich am angemessensten um etwas bitte oder mich beschwere.	☐	☐	☐

Empathie	Ich	_____	Therapeut
Mir ist es oft egal, was andere fühlen.	☐	☐	☐
Wenn jemand, den ich mag, traurig ist, tut er mir nicht automatisch leid.	☐	☐	☐
Es fällt mir schwer, mich mit anderen zu freuen.	☐	☐	☐

© 2019 W. Kohlhammer, Stuttgart