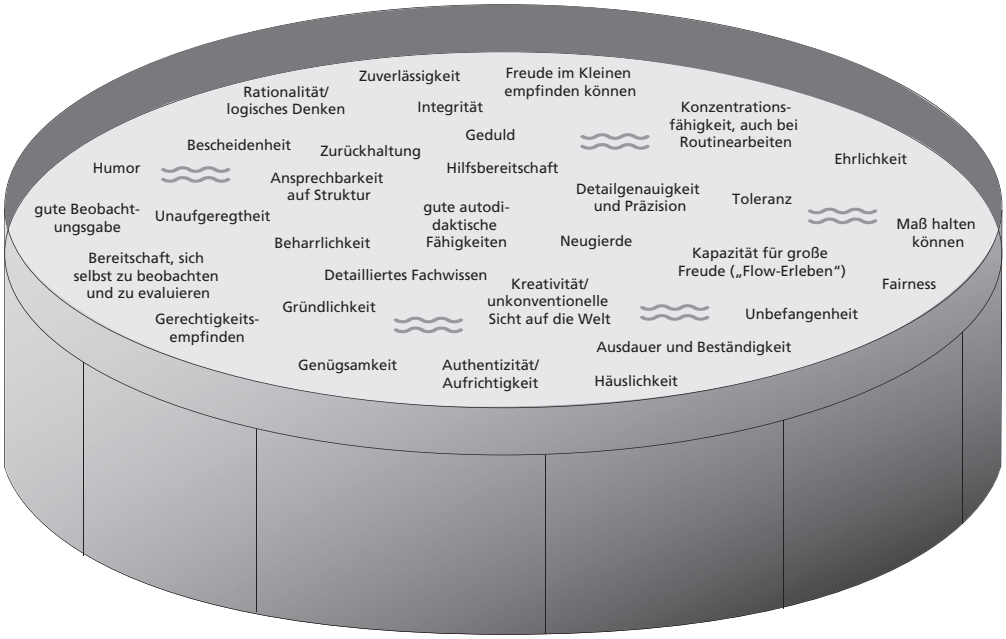
AB 3.3b Stärken von Personen mit ASS (Vorlage)

Die Besonderheiten und Beeinträchtigungen, die mit einer ASS-Diagnose einhergehen (wie z. B. Vorlieben für Routinen, Beschäftigung mit Spezialinteressen), können sich auch als Stärken äußern. Hier finden Sie einige Beispiele für positiven Eigenschaften, die sich häufig bei Personen mit ASS finden. Tragen Sie unten ein, welche der Stärken bei Ihnen zutreffen. Falls Ihnen weitere Stärken einfallen, können Sie diese ergänzen.



Hier können Sie eintragen, welche Stärken auf Sie zutreffen und wie diese sich bei Ihnen äußern (z. B. konkrete Beispiele aus dem Alltag nennen:

© 2019 W. Kohlhammer, Stuttgart

AB 3.3b Stärken von Personen mit ASS

Positive Eigenschaft	Trifft auf mich zu?	Beispiele, wie sich die Stärken bei mir äußern
Rationalität/ logisches Denken		
Authentizität/ Aufrichtigkeit		
Beharrlichkeit		
Ehrlichkeit		
Geduldigkeit		
Humor		
Hilfsbereitschaft		
Kapazität für große Freude („Flow-Erleben“)		
Ansprechbarkeit auf Struktur		
Bereitschaft, sich selbst zu beobachten und zu evaluieren		
Detailliertes Fachwissen		
Detailgenauigkeit und Präzision		
Zuverlässigkeit		
Konzentrationsfähigkeit auch bei Routinearbeiten		
Ausdauer und Beständigkeit		
Fairness		
Gerechtigkeitsempfinden		
Freude im Kleinen empfinden zu können		

© 2019 W. Kohlhammer, Stuttgart

Positive Eigenschaft	Trifft auf mich zu?	Beispiele, wie sich die Stärken bei mir äußern
Gute autodidaktische Fähigkeiten		
Genügsamkeit		
Neugierde		
Gute Beobachtungs-gabe		
Bescheidenheit		
Zurückhaltung		
Unaufgeregtheit		
Unbefangenheit		
Maß halten können		
Häuslichkeit		
Toleranz		
Gründlichkeit		
Integrität		
Kreativität/unkonven-tionelle Sicht auf die Welt		
weitere Stärke…		
weitere Stärke…		
weitere Stärke…		

© 2019 W. Kohlhammer, Stuttgart

Weitere Stärken von Personen mit ASS

Positive Eigenschaft	Trifft auf mich zu?	Beispiele, wie sich die Stärken bei mir äußern
Vorteile in der sozialen Interaktion:		
Beziehungen zu Anderen geprägt von absoluter Loyalität und Zuverlässigkeit		
frei von Vorurteilen aufgrund des Geschlechts, des Alters oder der Kultur; Fähigkeit, Andere so zu akzeptieren, wie sie sind		
Zuhören ohne ständiges Urteilen oder Unterstellungen		
hauptsächlich an aussagekräftigen Gesprächsbeiträgen interessiert; vermeidet oberflächliche Unterhaltungen		
Vorteile in der Kommunikation:		
Entschlossenheit, die Wahrheit zu suchen		
Unterhaltung frei von versteckten Bedeutungen oder Hintergedanken		
hoch entwickelter Wortschatz und Interesse an Wörtern		
Faszination an wortbasiertem Humor wie Wortspielen		

© 2019 W. Kohlhammer, Stuttgart

Positive Eigenschaft	Beispiele, wie sich die Stärken bei mir äußern
Kognitive Fähigkeiten:	
originelle, oft einzigartige Weise der Problemlösung	
außergewöhnliches Gedächtnis und/oder Erinnerung an Details, die von Anderen oft vergessen oder ignoriert werden	
begeisterte Ausdauer beim Sammeln und Ordnen von Informationen zu einem Thema von Interesse	
Enzyklopädisches Wissen über ein oder mehrere Gebiete	
Wissen um Routinen und ein zielgerichteter Wunsch, Ordnung und Genauigkeit aufrechtzuerhalten	
Klarheit in den Werten/bei Entscheidungen, unberührt von politischen oder finanziellen Faktoren	
Mögliche zusätzliche Merkmale:	
große Sensibilität für bestimmte sensorische Erfahrungen und Stimuli, z. B. Hören, Berührung, Sehen und/oder Geruch	
Stärke bei Einzelsportarten und Spielen, insb. bei solchen, die Ausdauer und visuelle Genauigkeit erfordern wie Rudern, Schwimmen, Bowling, Schach	
oft fürsorglich Anderen gegenüber	

(in Anlehnung an Gray & Attwood, 1999)

© 2019 W. Kohlhammer, Stuttgart