

Inhalt

Widmung	7
Geleitwort	9
<hr/>	
Wie so oft ...	11
<hr/>	
Der Anfang eines jeden Ziels	15
Meine zwei wichtigsten Wegbegleiter	15
Was hat Pflege mit einer Flussüberquerung zu tun?	20
Das unbewusste Bedürfnis	23
Der Helfer bekommt Hilfe	28
Das richtige Bauchgefühl	34
Die Absichtsformulierung	40
Die Motto-Ziele	44
<hr/>	
Das Ziel vor Augen	59
Kernkriterien für Motto-Ziele	59
Das Motto-Ziel und der Ressourcen-Pool	65
Negativprimes auf meinem Weg?	73
Einfache A-Situationen bemerken	78
Planbare B-Situationen meistern	80
Wenn-dann-Pläne und soziale Ressourcen zum Bewältigen von B-Situationen	83
Eine B-Situation planen	88
C-Situationen sind unvorhersehbar	90
Das ZRM-Ablaufmodell	93

Mit voller Kraft voraus	97
Die Transfersicherung und mein Haupthindernis	97
Das Ziel erreichen	100
Entspannung pur	104
Das Wiedersehen	107
C-Situationen-Börse	107
Gut zu wissen ...	113
Nutzen für die Pflegekräfte	113
Nutzen für die Einrichtung	114
O-Töne – Pflegekräfte berichten von ihren Erfahrungen mit dem Zürcher Ressourcen Modell	115
Das Zürcher Ressourcen Modell im Internet	119
Literaturverzeichnis	121
Internetquellen	122
Über den Autor	123
Sachwortregister	125