

Fragebogen für Alltagstätigkeiten

Allgemeine Angaben

Datum:

Ausgefüllt: durch Klient durch Bezugsperson gemeinsam

Alter des Klienten:

Geschlecht: weiblich männlich

Wohnform: ich wohne alleine in einer Wohnung
 ich wohne mit anderen in einer Wohnung (mit Partner, Familie, Wohngemeinschaft o. ä.)
 ich wohne in betreutem Wohnen, in einem Heim, in einer Seniorenwohnanlage o. ä.

Haupttätigkeit: mehr als 20 Std./Woche berufstätig
 mehr als 20 Std./Woche in Mehrpersonenhaushalt tätig
 Rentner
 Schüler/Student
 anderes: _____

Derzeitige Erkrankungen
oder Behinderungen:

Körperliche Selbstversorgung

Bitte beantworten Sie **jede** Frage! Kreuzen Sie bitte nur eine Antwort pro Frage an.

1. Aus dem Bett aufstehen und sich umsetzen zwischen Bett, Sessel, Stuhl, Rollstuhl, Hocker u. ä.

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Haltegriffen, Sitzerhöhungen o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

2. Auf die Toilette gehen, sich dort an- und ausziehen, hinsetzen und aufstehen, sich reinigen und Stuhl und Urin unter Kontrolle haben.

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Haltegriffen, Toilettensitzerhöhung, Einlagen, Katheter o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich, z. B. liege ich im Bett oder habe große Schwierigkeiten bei der Stuhl- oder Urinkontrolle.

3. „Kleine Wäsche“, d. h. tägliche Körperpflege wie kämmen, Zähne putzen, rasieren oder schminken, Hände und Gesicht waschen.

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie speziell angepasster Zahnbürste, Rasierapparat oder Schminkutensilien.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

4. „Große Wäsche“, d. h. duschen, baden oder den ganzen Körper am Waschbecken waschen.

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Duschbrett oder Badewannenlifter.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

5. An- und Ausziehen der oberen Körperhälfte, Kleidung und Schmuck auswählen, aus dem Schrank holen, anziehen und später wieder ausziehen, auch Prothesen, wenn nötig.

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Anziehstab o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich

6. An- und Ausziehen der unteren Körperhälfte, Kleidung und Schuhe auswählen, aus dem Schrank holen, anziehen und später wieder ausziehen, auch Prothesen, wenn nötig.

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Schuh- oder Strumpfanzieher o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

7. Getränke zu sich nehmen, Flasche öffnen, eingießen, zum Mund führen, trinken und schlucken. Dabei auf gesundes Trinkverhalten achten, d.h. ausreichende Menge trinken und keine gesundheitsschädliche übermäßige Aufnahme von Getränken wie Alkohol, Kaffee oder süße Limonaden.

[a] Ich mache es selbständig

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie spezielle Flaschenöffner, Trinkbecher o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle helfen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

8. Essen, sich vom gedeckten Tisch aus Schüsseln, Gläsern u. ä. bedienen, Brot streichen, Nahrung schneiden und zerkleinern, zum Mund führen, kauen und schlucken. Dabei darauf achten, dass man nicht zuviel oder zu wenig oder der Gesundheit Schädendes isst (z. B. Ess- oder Magersucht, zuviel Süßes bei Zuckerkrankheit o. ä.).

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Einhänderbesteck, Diättabellen o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle helfen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

9. Sich in der eigenen Wohnung bewegen, wenn nötig Treppen steigen oder wenn vorhanden Aufzug benutzen. Dabei auf die Sicherheit achten und nicht stürzen (Licht beim nächtlichen Toilettengang, keine falsche Eile, wenn das Telefon klingelt u. ä.).

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Beinprothesen, Haltegriffen, Rollstuhl, Gehwagen o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

Eigenständige Lebensführung

Bitte beantworten Sie **jede** Frage! Kreuzen Sie bitte nur eine Antwort pro Frage an.

1. Telefonieren, d.h. Telefonnummern finden, sehen und wählen, sprechen und hören, dabei das Telefon nutzbringend im Alltag benutzen, z. B. aktiv Kontakte halten per Telefon, das Telefon auch im Notfall (z. B. bei Sturz) stets in der Nähe haben, die Telefonkosten beachten (z. B. beim Handy) u. ä.

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie speziellen großen Telefontasten, Notruftelefon o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

2. Medikamente einnehmen, dabei auf Zuverlässigkeit achten, d.h. die ärztlichen Anweisungen beachten, die Einnahme nicht vergessen, nicht zuviel oder zu wenig einnehmen.

[a] Ich mache es selbständig *oder ich brauche keine Medikamente.*

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle helfen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

3. Leserlich schreiben, per Hand, Schreibmaschine oder Computer, wenn nötig auch formale Briefe an Behörden, Versicherung u. ä.

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Griffverdickung, Stiftbeschwerung, speziell angepasster Tastatur o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle helfen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

4. Lesen, z.B. handschriftliche Notizen, gedruckte Formulare, Zeitschriften, Rätsel, Gebrauchsanweisungen oder Bücher zur Unterhaltung oder Information.

[a] Ich mache es selbständig.

[b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Lupe, Lesegerät, Blindenschrift o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.

[d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

5. Rechnen, z. B. Preise vergleichen, rechnen im Kopf, auf dem Papier oder mit Taschenrechner.

- [a] Ich mache es selbständig.
- [b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Taschenrechner mit großen Tasten, auch für einfache Rechnungen o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder übernimmt die Kontrolle.
- [d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

6. Den Geldhaushalt regeln, z. B. zur Bank gehen, Rechnungen kontrollieren, Konto überwachen, dabei mit Geld so umgehen, dass keine Existenz bedrohenden Schulden entstehen und die finanzielle Unabhängigkeit gewährleistet bleibt.

- [a] Ich mache es selbständig.
- [b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln für meine Mobilität oder durch Online-Banking o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle helfen.
- [d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

7. Sich außerhalb der Wohnung bewegen und reisen, z. B. bewegen in der Natur oder der Stadt, zu Fuß, mit öffentlichen Verkehrsmitteln, dem Fahrrad oder dem Auto, aber auch Reisen mit Bahn, Flugzeug o. ä.

- [a] Ich mache es selbständig.
- [b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln zur Mobilität wie Rollstuhl, umgebautes Auto o. a.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.
- [d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich, d. h. ich muss im Rollstuhl geschoben werden, kann nicht mehr reisen, brauche eine speziellen Krankentransport o. ä.

8. Einkaufen, einen Überblick über benötigte Lebensmittel, Haushaltsartikel, Kleidung u. ä. haben, diese Dinge einkaufen und transportieren. Dabei den eigenen Bedarf und die eigenen finanziellen Möglichkeiten beachten, sodass man sich nicht Existenz bedrohend verschuldet oder übermäßig viel unnütze Dinge einkauft.

- [a] Ich mache es selbständig.
- [b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Gehwagen, Rollwagen, Lieferdienst auch für kleinere Einkäufe o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle helfen.
- [d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

9. Kalte und warme Mahlzeiten zubereiten, angemessene Vorräte halten, Essen planen und zubereiten.

- [a] Ich mache es selbständig.
- [b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Einhänderhilfsmittel, behindertengerechte Küche o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle helfen.
- [d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich bzw. ich bereite keine Mahlzeiten zu.

10. Den Haushalt führen, d. h. die Wohnung und die Wäsche sauber und in Ordnung halten.

- [a] Ich mache es selbständig.
- [b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle helfen.
- [d] Eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich bzw. ich kümmere mich nicht um die Haushaltsführung.

Bewegung bei Alltagstätigkeiten

Bitte beantworten Sie **jede** Frage! Kreuzen Sie bitte nur eine Antwort pro Frage an.

1. Stabil, sicher, ausdauernd und schmerzfrei Sitzen.

- [a] Ich sitze selbständig ohne Einschränkungen.
- [b] Ich sitze selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Seitenlehnen, speziellem Stuhl oder Sitzkissen u. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, ich kann nicht lange sitzen.
- [d] Ich kann nicht sitzen.

2. Stabil, sicher, ausdauernd und schmerzfrei Stehen.

- [a] Ich stehe selbständig ohne Einschränkungen.
- [b] Ich stehe selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Stehhilfen, spezielle Schuhe o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, ich kann nicht lange stehen.
- [d] Ich kann nicht stehen.

3. Sicher, ausdauernd und schmerzfrei Gehen, auch auf unebenen Wegen und Treppen.

- [a] Ich gehe selbständig ohne Einschränkungen.
- [b] Ich gehe selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Gehstützen, Gehwagen o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.
- [d] Ich kann nicht gehen.

4. Den Kopf und Rumpf stabil halten und bei Alltagstätigkeiten ausdauernd und schmerzfrei bewegen.

- [a] Ich halte und bewege Kopf und Rumpf ohne Einschränkungen.
- [b] Ich halte und bewege meinen Kopf und Rumpf selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Korsett o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, ich habe deutliche Einschränkungen.
- [d] Ich kann meinen Kopf und Rumpf nicht halten.

Ich bin: () Rechtshänder () Linkshänder

5. Den rechten Arm und die rechte Hand im Alltag ausdauernd, geschickt und schmerzfrei einsetzen.

- [a] Ich setze rechts Arm und Hand selbständig ohne Einschränkungen ein
- [b] Ich setze rechts Arm und Hand selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Schienen o. ä. ein.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.
- [d] Ich kann rechts Arm und Hand nicht einsetzen.

6. Den linken Arm und die linke Hand im Alltag ausdauernd, geschickt und schmerzfrei einsetzen.

- [a] Ich setze links Arm und Hand selbständig ohne Einschränkungen ein.
- [b] Ich setze links Arm und Hand selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Schienen o. a. ein.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.
- [d] Ich kann links Arm und Hand nicht einsetzen.

7. Sicher und gut Schlucken.

- [a] Ich schlucke selbständig ohne Einschränkungen.
- [b] Ich schlucke selbständig mit leichten Einschränkungen. z.B. mit Hilfsmitteln wie angedickte oder passierte Nahrung oder mit Strategien wie bewusst langes Kauen.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, indem sie mir Hinweise zur Kopfhaltung und zum Schlucken gibt.
- [d] Ich kann nicht schlucken.

Denken bei Alltagstätigkeiten

Bitte beantworten Sie **jede** Frage! Kreuzen Sie bitte nur eine Antwort pro Frage an.

1. **Aufmerksam sein, sich länger konzentrieren, sich nicht ablenken lassen.**

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ich bin aufmerksam, selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsstrategien wie ruhige Atmosphäre schaffen, Ablenkung von außen vermeiden o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, indem sie mich immer wieder zur Aufgabe zurückführt, für eine ruhige Atmosphäre sorgt o. ä.
- [d] Ich kann mich bei Alltagstätigkeiten nicht konzentrieren.

2. **Sich orientieren, wissen wo man ist, die Zeit kennen, die Personen um einen herum kennen und erkennen, die Situation richtig einschätzen.**

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ich orientiere mich selbständig, aber nur im vertrauten Umfeld oder mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie speziellen Orientierungshilfen o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.
- [d] Ich kann mich im Alltag nicht orientieren.

3. **Sich etwas Neues merken, sich an Altes erinnern.**

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ich merke mir Neues und erinnere Altes, mit leichten Schwankungen oder mit Hilfsmitteln wie Gedächtnistagebuch, speziellen Checklisten o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen.
- [d] Ich kann mir im Alltag nichts merken.

4. **Denken und Handeln im täglichen Leben, z.B. Alltagsgegenstände richtig einsetzen, Tätigkeiten in der richtigen Reihenfolge ausführen.**

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Mein Denken und Handeln im täglichen Leben funktioniert selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Checklisten oder erlernten Strategien zur Vermeidung von Fehlern.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle helfen.
- [d] Ich bringe im Alltag fast alles durcheinander.

Psychisches Wohlergehen und Umgang mit Menschen bei Alltagstätigkeiten

Bitte beantworten Sie jede Frage! Kreuzen Sie bitte nur eine Antwort pro Frage an.

1. Mit Eigenantrieb und Energie die anstehenden Alltagstätigkeiten durchführen, dabei nicht überhastet oder verlangsamt handeln.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ab und zu fehlt mir die Energie für die anstehenden Alltagstätigkeiten oder ich handle etwas überhastet oder verlangsamt. Aber insgesamt kann ich alle Alltagstätigkeiten selbständig so erledigen, dass ich zufrieden damit bin.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig anregen oder „bremsen“ oder mir bei den anstehenden Alltagstätigkeiten helfen, weil mir häufig die Energie dazu fehlt.
- [d] Mir fehlt die Energie für Alltagstätigkeiten.

2. Die eigenen Gefühle wie Heiterkeit, Trauer, Wut, Angst o. a. so kontrollieren, dass die anstehenden Alltagstätigkeiten problemlos ausgeführt werden können. Dabei je nach Situation Gefühle zeigen oder zurückhalten und Stimmungsschwankungen ausgleichen.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ab und zu behindern mich meine Gefühle oder Stimmungsschwankungen bei der Ausführung der anstehenden Alltagstätigkeiten. Aber insgesamt kann ich alle Alltagstätigkeiten selbständig so erledigen, dass ich zufrieden damit bin.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, weil es mir aufgrund meiner Gefühle oder meiner Stimmungsschwankungen häufig schwer fällt, die anstehenden Alltagstätigkeiten anzugehen.
- [d] Meine starken Stimmungsschwankungen oder intensiven Gefühle hindern mich daran, die anstehenden Alltagstätigkeiten anzugehen.

3. Mit Interesse und Motivation die anstehenden Alltagstätigkeiten durchführen, nicht lustlos oder übermotiviert handeln.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ab und zu fehlen mir das Interesse und die Motivation, die gerade anstehenden Alltagstätigkeiten auszuführen. Oder ich bin für bestimmte Tätigkeiten so motiviert, dass ich andere Dinge manchmal nicht erledige, obwohl es notwendig wäre. Aber insgesamt kann ich alle Alltagstätigkeiten selbständig so erledigen, dass ich zufrieden damit bin.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, weil mich meine Lustlosigkeit oder Übermotivation häufig dabei behindern, die anstehenden Alltagstätigkeiten anzugehen.
- [d] Meine Lustlosigkeit oder Übermotivation hindern mich daran, die anstehenden Alltagstätigkeiten anzugehen.

4. Trotz Krankheit das Beste aus dem Alltag machen.

- [a] Ich gehe aktiv mit den Alltagsfolgen der Krankheit um, mache soviel wie möglich selbständig und Sorge dafür, dass mir geholfen wird wenn nötig oder ich leide an keiner Krankheit.
- [b] Es fällt mir manchmal schwer, die Alltagsfolgen der Krankheit anzunehmen, dennoch schaffe ich es, anstehende Alltagstätigkeiten anzugehen.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, damit ich die Krankheit annehmen und anstehende Alltagstätigkeiten angehen kann.
- [d] Ich kann meine Krankheit nur sehr schlecht annehmen und deshalb die anstehenden Alltagstätigkeiten nicht angehen.

5. Mit anderen Kontakt aufnehmen, sich äußern, verständigen und auf andere Menschen reagieren.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ab und zu habe ich Probleme damit. Aber insgesamt kann ich alle Alltagstätigkeiten, bei denen ich mit anderen Menschen zusammen bin, so durchführen, dass ich zufrieden damit bin.
- [c] Damit habe ich häufiger Probleme. Dann müssen mir die anderen Menschen bei der Kontaktaufnahme und der Verständigung häufig helfen, damit wir die anstehenden Alltagstätigkeiten gemeinsam angehen können.
- [d] Ich habe so große Probleme mit dem Kontakt zu anderen Menschen, dass ich anstehende Alltagstätigkeiten nicht mit anderen Menschen angehen kann.

6. Verantwortungsbewusst die Regeln des Zusammenlebens beachten, Verantwortung für die eigenen Fehler übernehmen.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ab und zu habe ich Probleme damit. Aber insgesamt kann ich alle Alltagstätigkeiten so durchführen, dass keine größeren Schwierigkeiten im Zusammenleben mit anderen auftreten.
- [c] Damit habe ich häufiger Probleme. Andere Menschen müssen mich häufig unterstützen, damit ich die Regeln des Zusammenlebens wieder besser beachten und Verantwortung für mein Handeln übernehmen kann.
- [d] Ich kann kaum Verantwortung für mich oder das Zusammenleben mit anderen übernehmen.

7. Die eigenen Hobbys, Interessen und Neigungen im Alltag verwirklichen.

[a] Ich habe keine Probleme damit.

[b] Dabei habe ich leichte Schwierigkeiten. Ich brauche dafür Hilfsmittel wie Rollstuhl, Kartenhalter u. ä. Oder ich muss mich manchmal überwinden, um die Verwirklichung im Alltag tatsächlich anzugehen. Insgesamt bin ich aber selbständig und zufrieden mit der Verwirklichung meiner Hobbys, Interessen und Neigungen.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, da ich Probleme mit der Bewegung, dem Denken oder der Motivation für die Verwirklichung meiner Hobbys, Interessen und Neigungen habe.

[d] Ich kann meine Hobbys, Interessen und Neigungen nicht verwirklichen.

Arbeitsleben (bitte nur ausfüllen, wenn Sie berufstätig oder für einen Mehrpersonenhaushalt zuständig sind)

1. Einen für mein Arbeitsleben typischen Arbeitsvorgang planen und durchführen, dabei notwendige Entscheidungen fällen und auftretende Schwierigkeiten lösen.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Checklisten, Sitzhilfen, speziell adaptierten Arbeitsplatz o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle des Arbeitsvorganges helfen.
- [d] Ich habe große Probleme damit, einen typischen Arbeitsvorgang zu planen und ausführen; eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

2. Den eigenen Arbeitsplatz ordentlich und sauber halten.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Checklisten, speziell adaptierten Arbeitsplatz o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle helfen.
- [d] Ich habe große Probleme damit, den Arbeitsplatz ordentlich und sauber zu halten; eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

3. Die Qualität der Arbeit gewährleisten, indem man sorgfältig mit Arbeitsmitteln (Werkzeug, Maschinen, Geräte und Material) umgeht und das Ergebnis der eigenen Arbeit kritisch begutachtet und kontrolliert.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ich mache es selbständig mit leichten Einschränkungen oder mit Hilfsmitteln wie Checklisten, speziell adaptierten Werkzeugen o. ä.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen oder mir bei der Kontrolle des Arbeitsergebnisses helfen oder mich häufig auf den sorgsamen Umgang mit den Arbeitsmitteln hinweisen.
- [d] Ich habe große Probleme damit, die Arbeitsqualität zu gewährleisten; eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

4. Körperlich, geistig und psychisch belastbar sein, flexibel auf Stress oder zeitweise erhöhtes Arbeitstempo reagieren.

[a] Ich habe keine Probleme damit.

[b] Ich habe ab und zu leichte Probleme damit, ich brauche z. B. eine ruhige Arbeitsatmosphäre, mehrere kleine Pausen, Hilfsmittel wegen körperlicher Behinderung o. ä.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, weil ich häufiger Probleme mit der körperlichen, geistigen oder psychischen Belastbarkeit am Arbeitsplatz habe.

[d] Ich habe große Probleme mit der Belastbarkeit am Arbeitsplatz, eine Hilfsperson übernimmt nahezu alles für mich.

5. Einsatzbereitschaft und Interesse an der Arbeitsaufgabe zeigen und aufrechterhalten.

[a] Ich habe keine Probleme damit.

[b] Ich habe ab und zu leichte Probleme damit, ich kann mich aber selbständig soweit motivieren, dass ich die anstehenden Arbeitsaufgaben erledige.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, weil ich häufiger Probleme mit Motivation für die Arbeitsaufgabe habe.

[d] Ich habe große Probleme mit der Einsatzbereitschaft und dem Interesse an der Arbeitsaufgabe, eine Hilfsperson muss mich daher ständig unterstützen und motivieren, sonst kann ich die Aufgaben nicht erledigen.

6. Bei der Arbeit Neues lernen und anwenden.

[a] Ich habe keine Probleme damit.

[b] Ich habe ab und zu leichte Probleme damit, ich kann aber dennoch selbständig Neues lernen und anwenden, sodass ich die anstehenden Arbeitsaufgaben erledige.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, weil ich häufiger Probleme mit dem Lernen bei der Arbeit habe.

[d] Ich habe große Probleme mit dem Lernen bei der Arbeit, eine Hilfsperson muss mich daher ständig unterstützen und mir immer wieder die neuen Inhalte bei der Arbeit erklären, sonst kann ich die Aufgaben nicht erledigen.

7. Sein äußeres Erscheinungsbild und seine Leistungsfähigkeit angemessen einschätzen.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ich habe ab und zu leichte Probleme damit, ich überschätze oder unterschätze mich manchmal, oder manchmal bin ich unsicher, ob mein äußeres Erscheinungsbild zur anstehenden Arbeitsaufgabe passt. Ich kann aber dennoch selbständig die Arbeitsaufgaben erledigen.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, weil ich häufiger Probleme mit der Selbsteinschätzung meines Erscheinungsbildes oder meiner Leistungsfähigkeit habe.
- [d] Ich habe große Probleme damit, eine Hilfsperson muss mich daher ständig unterstützen und mich immer wieder korrigieren, sonst kann ich die Aufgaben nicht erledigen.

8. Im Team arbeiten, sich angemessen einfügen und behaupten.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ich habe ab und zu leichte Probleme damit, mich in einem Team einzufügen oder zu behaupten. Ich kann aber dennoch selbständig meinen Teil der Teamaufgaben erledigen.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, weil ich häufiger Probleme damit habe, mich in einem Team einzufügen oder zu behaupten.
- [d] Ich habe große Probleme damit, eine Hilfsperson muss mich daher ständig unterstützen und mir immer wieder helfen, sonst kann ich meinen Teil der Teamaufgaben nicht erledigen.

9. Spannungen und Konflikte bei der Arbeit wahrnehmen, ertragen und zur Lösung beitragen, Kritik üben und annehmen.

- [a] Ich habe keine Probleme damit.
- [b] Ich habe ab und zu leichte Probleme damit. Ich kann aber dennoch selbständig die anstehenden Arbeitsaufgaben erledigen.
- [c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, weil ich häufiger Probleme damit habe.
- [d] Ich habe große Probleme damit, eine Hilfsperson muss mich daher ständig unterstützen und mir immer wieder helfen, sonst kann ich anstehenden Arbeitsaufgaben nicht erledigen.

10. Arbeitszeiten und Vereinbarungen zuverlässig einhalten und Aufträge zuverlässig ausführen.

[a] Ich habe keine Probleme damit.

[b] Ich habe ab und zu leichte Probleme mit der Zuverlässigkeit. Ich kann aber dennoch selbständig die anstehenden Arbeitsaufgaben erledigen.

[c] Eine Hilfsperson muss mich häufig unterstützen, weil ich häufiger Probleme mit der Zuverlässigkeit habe.

[d] Ich habe große Probleme mit der Zuverlässigkeit, eine Hilfsperson muss mich daher ständig unterstützen und mir immer wieder helfen, sonst kann ich anstehenden Arbeitsaufgaben nicht erledigen.