

Published on *Arbeitsbuch Reha-Ziele* (<https://reha-ziele.de>)

[Startseite](#) > [Praxisbeispiele](#) > [7.1 Anleitung und Zielbefragung](#) > Bsp. 3: Vorformulierte Reha-Ziele zum Ankreuzen

## Praxisbeispiel 3: Vorformulierte Reha-Ziele zum Ankreuzen

In diesem Praxisbeispiel werden die Reha-Ziele im Rahmen des Aufnahmefragebogens standardisiert abgefragt, die Antwortmöglichkeiten sind also vorgegeben. Die Rehabilitanden haben jedoch die Möglichkeit, weitere Ziele zu ergänzen. Das Beispiel stammt aus einer stationären Reha-Einrichtung für Orthopädie.

### Praxisbeispiel 3a: Standardisierte Abfrage von Zielen im Anamnesebogen

#### Meine Ziele für die Reha

Sicher haben Sie schon darüber nachgedacht, was Sie in der Reha erreichen wollen. Wir haben einige typische Ziele von Reha-Patienten mit verschiedenen Erkrankungen aufgeschrieben. Unsere Bitte: Kreuzen Sie insgesamt **3 bis 5 Ziele** an, die Ihnen persönlich **am wichtigsten** sind.

#### Was wollen Sie nach der Reha besser können?

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> sitzen                            | <input type="checkbox"/> aufstehen                                     | <input type="checkbox"/> stehen           |
| <input type="checkbox"/> gehen                             | <input type="checkbox"/> Treppen steigen                               | <input type="checkbox"/> heben und tragen |
| <input type="checkbox"/> Bus und Bahn fahren               | <input type="checkbox"/> Auto fahren                                   |   |
| <input type="checkbox"/> an- und auskleiden                | <input type="checkbox"/> Körperpflege durchführen                      |   |
| <input type="checkbox"/> Hausarbeit erledigen              | <input type="checkbox"/> Besorgungen erledigen                         |   |
| <input type="checkbox"/> den Beruf ausüben                 | <input type="checkbox"/> ein Hobby ausüben                             | <input type="checkbox"/> Sport treiben    |
| <input type="checkbox"/> für Kinder und Angehörige sorgen  | <input type="checkbox"/> Partnerschaft /Sexualität erleben             |   |
| <input type="checkbox"/> im Alltag zurecht finden          | <input type="checkbox"/> mit Stress und seelischen Belastungen umgehen |   |
| <input type="checkbox"/> mit der Erkrankung zurecht kommen | <input type="checkbox"/> auf mich selbst achten                        |   |

#### Bei welchen weiteren wichtigen Zielen für die Zukunft können wir Sie unterstützen?

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Mehr über die Erkrankung und den richtigen Umgang damit wissen | <input type="checkbox"/> die Ernährung gesundheitsbewusster gestalten |
| <input type="checkbox"/> die körperliche Leistungsfähigkeit steigern                    | <input type="checkbox"/> Nichtraucher werden                          |
| <input type="checkbox"/> besser schlafen  | <input type="checkbox"/> weniger Alkohol trinken                      |
| <input type="checkbox"/> nicht mehr auf fremde Hilfe angewiesen sein                    | <input type="checkbox"/> weniger Angst haben                          |
| <input type="checkbox"/> durchsetzungsfähiger werden                                    | <input type="checkbox"/> mehr Antrieb haben                           |
| <input type="checkbox"/> sich seelisch besser fühlen                                    | <input type="checkbox"/> weniger Schmerzen haben                      |