

**FORSCHUNGSBERICHTE
DER
ABTEILUNG
FÜR
PSYCHOTHERAPIE**

UNIVERSITÄRE PSYCHIATRISCHE DIENSTE BERN



W. Tschacher

K. Endtner

**Therapiesitzungsbogen
für Patienten und Therapeuten**

NR. 07-1

2
0 0 2
0 0 0
2 0 0 7

Therapiesitzungsbogen für Patienten und Therapeuten

Wolfgang Tschacher und Katrin Endtner

Prof. Dr. phil. Wolfgang Tschacher

Dr. phil. Katrin Endtner

Universitäre Psychiatrische Dienste Bern

Abteilung für Psychotherapie

Laupenstrasse 49

CH-3010 Bern, Schweiz

tschacher@spk.unibe.ch

endtner@spk.unibe.ch

Zusammenfassung

Patienten- und Therapeutenstundenbögen sind Instrumente der Psychotherapieforschung und Qualitätssicherung. Sie werden im Anschluss an eine Therapiesitzung durch Patienten bzw. Therapeuten¹ ausgefüllt. Auf diese Weise, durch Selbsteinschätzung, evaluieren Patienten und Therapeuten den Therapieprozess, der jeweils vorher stattgefunden hat. Idealerweise werden die Bögen nach jeder einzelnen Sitzung verwendet, so dass ein Abbild des gesamten Therapieverlaufs entsteht, dies aus Patienten und aus Therapeutenperspektive. Die Daten zum Therapieverlauf sind Grundlage für Psychotherapieprozessforschung. Weiterhin können die so gewonnenen Prozessdaten mit Resultaten des Therapieergebnisses verknüpft werden (Prozess-Outcome-Forschung).

Die Entwicklung der beiden Therapiesitzungsbögen erfolgte auf der Basis zweier schon bestehender Stundenbögen (Regli & Grawe, 2000), die an der Psychotherapie-Praxisstelle der Universität Bern entwickelt wurden. Wir setzten diese Stundenbögen als Verlaufsmessmittel in einer kontrollierten Psychotherapiestudie, die in Gruppen stattfand, ein. Die Resultate der Auswertungen und die Erfahrung mit diesen Stundenbögen legten eine Neukonzeption bzw. Adaptierung nahe. Vorgehen und Resultate dieser Neukonzeption sind in diesem Forschungsbericht dargestellt. Die so entwickelten Therapiesitzungsbögen sind im Anhang dieses Forschungsberichts abgedruckt.

¹ Es sind in diesem Forschungsbericht immer beide Geschlechter angesprochen. Von den Therapiesitzungsbögen existieren jeweils geschlechtsspezifisch formulierte Varianten

Einleitung

In Psychotherapiestudien werden zunehmend nicht nur Erhebungsinstrumente eingesetzt, die Aussagen über das Therapieergebnis machen. Im Zuge der verstärkten Hinwendung zur Frage, *wie* Psychotherapie funktioniert, sind daher Instrumente gefragt, die detaillierte Aussagen über den therapeutischen Prozess erlauben. Dadurch kann der Therapieprozess abgebildet werden – dies als Grundlage für Therapieprozessforschung. Darüber hinaus können diese Daten mit Ergebnisdaten in Beziehung gesetzt und dadurch Zusammenhänge zwischen Therapieprozess und Therapieergebnis untersucht werden (Prozess-Outcome-Forschung).

Es existiert eine Vielzahl von Instrumenten, mit denen der Psychotherapieprozess beschrieben werden kann; neben verschiedensten Ratingdaten wurden auch behaviorale Daten erhoben, wie etwa auf der motorischen Ebene (Motion Energy Analysis MEA, Ramseyer & Tschacher, 2006). Motorische Daten werden auch verwendet, wenn der mimische Affektausdruck in Zentrum des Interesses steht (Benecke & Krause, 2005). Noch wenig verbreitet sind Prozessstudien unter Einbezug der Prosodie (Keller & Tschacher, 2007) oder physiologischer Monitorings. Schliesslich ist ein etablierter Bereich der Prozessforschung die Inhaltsanalyse verbaler Daten und Transkripte (Mergenthaler & Bucci, 1999).

Prozessdaten der verschiedenen Ebenen (Ratings, Motorik, linguistische Daten, paraverbale prosodische Daten, physiologische Daten) können unterschiedlich oft während des Therapieprozesses erhoben werden. Im Falle wiederholter, evtl. sogar kontinuierlicher Prozessmonitorings können Methoden aus der Theorie dynamischer Systeme, wie etwa Zeitreihenanalysen, zum Einsatz kommen, um elaborierte Prozessmodelle zu erstellen (Tschacher, 1997).

Im Rahmen dieses Forschungsberichtes interessieren wir uns ausschliesslich für Ratinginstrumente zur Selbsteinschätzung, sogenannte Therapiestundenbögen (therapy session reports). Therapiestundenbögen sind Fragenbogeninstrumente, die speziell für wiederholten Einsatz und kurze Bearbeitungszeiten konzipiert sind. Die verwendeten Items sind damit in der Zahl beschränkt (zwischen 10 und 40 Items) und beziehen sich in der Regel auf Zustandsvariablen (state-Variablen). Therapiestundenbögen haben den grossen

Vorteil, ökonomisch und einfach einsetzbar und auswertbar zu sein, wobei sie zugleich, wenn im Anschluss an jede Therapiesitzung eingesetzt, die Datengrundlage für dynamische Prozessmodelle liefern können (Tschacher, Baur & Grawe, 2000).

In der randomisierten kontrollierten Therapiestudie „Schemazentrierte emotiv-behaviorale Therapie (SET) für Patienten mit Persönlichkeitsstörungen“ wurden solche Therapiestundenbögen eingesetzt (Zorn et al., 2006). Die Therapien fanden in Gruppen mit je 7 bis 10 Patienten statt. Im Projekt verwendeten wir Therapiestundenbögen für Patienten und Therapeuten, die in der Arbeitsgruppe von Klaus Grawe entwickelt wurden und in unterschiedlichen Versionen in zahlreichen Studien eingesetzt worden waren (Regli & Grawe, 2000; Grawe & Braun, 1994). In der aktuellen SET-Therapiestudie wurden die Stundenbögen jeweils nach den einzelnen Sitzungen von allen Patienten und Therapeuten ausgefüllt. Im Laufe der Studie konnten 3084 Sitzungseinschätzungen von Patienten und 324 Sitzungseinschätzungen von Therapeuten erhoben werden.

Zorn & Roder (2006) entwickelten die SET als gruppentherapeutischen Ansatz für Patienten mit Persönlichkeitsstörungen aus allen Clustern (Cluster A, B, C nach DSM-IV). Um dieses Verfahren zu evaluieren und mögliche differentielle Therapieeffekte zu klären, wurde an zwei Untersuchungszentren (Universitäre Psychiatrische Dienste Bern und Externe Psychiatrische Dienste, Liestal) eine kontrollierte Evaluationsstudie durchgeführt. In dieser Studie wurde in der Experimentalbedingung SET eingesetzt, als Kontrollbedingung diente ein verhaltenstherapeutisch orientiertes Fertigkeitstraining nach Hinsch & Pfingsten (2002).

93 Patienten wurden in die Studie eingeschlossen und randomisiert den beiden Bedingungen zugeordnet (47 Versuchspersonen der Experimentalbedingung und 46 der Kontrollbedingung). Die Therapiedauer betrug jeweils zwischen 30 und 38 Doppelstunden. Die Sitzungen fanden zweimal wöchentlich statt und die Gruppen beinhalteten sieben bis 10 Patienten. 19 Studienteilnehmer brachen die Behandlung vorzeitig ab.

Neben den Stundenbogen wurde eine Testbatterie zu Beginn und am Ende der Behandlung sowie zu einem Katamnesezeitpunkt eingesetzt, um das Therapieergebnis einzuschätzen.

Entwicklung des Patientensitzungsbogens

3084 Patientenstundenbögen mit je 27 Items wurden einer Hauptkomponentenanalyse / Faktorenanalyse unterzogen. Um die Problematik abhängiger Daten zu vermeiden, berechneten wir zunächst die Itemmittelwerte jedes Patienten. Der resultierende Datensatz aus je 27 Items für 93 Patienten wurde schliesslich faktorisiert. Es ergaben sich fünf Faktoren mit einem Eigenwert > 1 ; die visuelle Analyse des Scree-plots deutete auf drei bedeutsame Faktoren. Drei Faktoren wurden nach der Varimax-Methode orthogonal rotiert; alle Items wiesen eine Kommunalität von mindestens 0.3 auf. Nach Faktorenrotation wurden die einzelnen Items anhand zweier Kriterien (Ladungen > 0.3 und Differenz der Ladung zu anderen Faktoren > 0.16) den Faktoren zugeordnet. Fünf Items wurden wegen dieser Kriterien ausgeschlossen. Mit den übrigen 22 Items wurde erneut eine Varimax-Rotation durchgeführt. Die Dreifaktorenlösung erbrachte durchgängig Ladungen > 0.5 . Die Varianzaufklärung der dreifaktoriellen Lösung betrug 74%. Diese drei Faktoren des Patientenstundenbogens wurden durch uns folgendermassen interpretiert:

Der **erste Faktor („Klärung/Selbstwirksamkeit“)** enthält sieben Items, die sich darauf beziehen, inwiefern das therapeutische Vorgehen eine (momentane) Klärung oder neue Sichtweise der eigenen Probleme und/oder der eigenen Verhaltensmuster bewirkt. Zudem zeigen einige Items auf, dass durch das therapeutische Vorgehen das individuelle Selbstwirksamkeitserleben erhöht wird. Leit-Items sind „Ich habe das Gefühl, dass ich mich und meine Probleme besser verstehe“ oder „Ich traue mir jetzt mehr zu, meine Probleme aus eigener Kraft zu lösen.“

Der **zweite Faktor („Zurückweisung/Missachtung“)** weist ebenfalls sieben Items auf. Diese betreffen das Ausmass, in dem das therapeutische Vorgehen oder die Gruppe ein Gefühl der Missachtung bzw. Nichtbeachtung auslöst. Items, die in diesem Faktor enthalten sind, sind z.B. „Ich finde die Sichtweise des Therapeuten von meinen Problemen zu einfach“ und „Heute hatte ich das Gefühl, der Therapeut denkt etwas anderes über mich, als er mir sagt.“

Die acht Items des **dritten Faktors („Bindung“)** spiegeln die positive Therapiebeziehung wider. Sie beschreiben, wie ein Patient sich durch den Therapeuten verstanden oder in der Gruppe aufgehoben fühlt. Solche Items sind z.B. „Der Therapeut und

ich verstehen einander“ oder „Ich glaube, der Therapeut ist wirklich an meinem Wohlergehen interessiert.“

Bei der Entwicklung des neuen Instruments, des **Patientensitzungsbogens**, nahmen wir drei wesentliche Differenzierungen vor, die über den berichteten faktorenanalytischen Befund hinausgehen.

1. Die Literatur über Wirkmechanismen der Psychotherapie behandelt Klärung und Selbstwirksamkeit als unterschiedliche Konstrukte. Auch aus konzeptuellen kognitionspsychologischen Überlegungen erscheint es sinnvoll, zwischen diesen Konstrukten zu differenzieren. Deshalb unterteilten wir den ersten Faktor „Klärung/Selbstwirksamkeit“ in zwei Unter-Faktoren – nämlich in einen Faktor „Klärung“ mit vier Items und in einen Faktor „Selbstwirksamkeit“ mit drei Items.

2. Der ursprüngliche Patientenstundenbogen nach Regli & Grawe betonte eher die kognitiven Aspekte des Therapieprozesses. Um darüber hinaus die Art zu erfassen, in der Patienten ihre Emotionen im Therapiesetting regulieren, wurden weitere Items formuliert (Gratz & Roemer, 2004; Greenberg, 2000) und anschliessend von Experten beurteilt. Die resultierenden Items bilden zusammen mit reformulierten Items einen weiteren Faktor „Emotionsregulation“.

3. Die Formulierung aller Items und der auf dem Blatt gedruckten Instruktionen wurde durch die Autoren kritisch überprüft und weit gehend überarbeitet. Das Ziel war dabei, redundante und uneinheitliche sprachliche Formulierungen zu beseitigen, um die Verständlichkeit und Prägnanz der Items zu erhöhen.

Das neue Fragebogeninstrument „**Patientensitzungsbogen**“ (siehe Anhang A) enthält einen Itempool von 25 Items resultierend in fünf Faktoren/Skalen. Die Antwortmöglichkeiten jedes Items liegen auf einer siebenstufigen Likertskala von „überhaupt nicht“ bis zu „ja, ganz genau“.

Damit ergibt sich folgende Itemzuordnung für den im Anhang abgedruckten Patientensitzungsbogen:

Skala 1 - Therapiebeziehung: Items 1; 7; 9; 12; 14; 16; 19

Skala 2 – Selbstwirksamkeit (Bewältigung): Items 4; 11; 13; 18

Skala 3 – Emotionsregulation: Items 5; 8; 10; 15; 17; g5

Skala 4 – Klärung: Items 2; 3; 6; 20

Skala 5 – Gruppenklima: Items g1; g2; g3; g4

Entwicklung des Therapeutesitzungsboogens

Die Hauptkomponentenanalyse / Faktorenanalyse wurde anhand der 324 Einschätzungen der Gruppensitzungen durch Therapeuten gerechnet. Dieses Verfahren ist eine konkatenierte Faktorenanalyse (chained P-Technique) über alle 324 Gruppentermine, die insgesamt in der Studie stattfanden. Der Datenpool erlaubte es nicht, die Itemmittelwerte zu faktorisieren; die Erfahrung zeigt allerdings, dass die Faktorenlösungen über alle (teilweise abhängigen) Items wie auch über die Itemmittelwerte in der Regel gleich sind (Tschacher et al., 2000). Dies bestätigte sich im Übrigen auch in der oben ausgeführten Faktorenanalyse zum Patientenstundenbogen.

Das Kaiserkriterium (Eigenwert > 1) einer ersten Faktorenanalyse mit 30 Items wies fünf Faktoren aus, nach dem Scree-Test ergaben sich wiederum lediglich drei Faktoren. Drei Faktoren wurden Varimax-rotiert und die einzelnen Items den jeweiligen Faktoren anhand der Kriterien (Ladungen mindestens .30 sowie Differenz der Ladung zu anderen Faktoren > 0.13) zugeordnet. Dementsprechend wurden acht Items aus dem Itempool ausgeschlossen und mit den restlichen 22 Items erneut eine Faktorenanalyse berechnet, die die vorangegangene Drei-Faktoren-Lösung bestätigte. Die einzelnen Faktorenladungen dieser Faktorisierung betrugen mindestens .50. Die Varianzaufklärung durch drei Faktoren war 59.3%. Diese drei Faktoren können folgendermassen interpretiert werden:

Der **erste Faktor „Therapiebeziehung“** gibt die Stärke der Therapiebeziehung zu den einzelnen Individuen bzw. zur Gruppe wieder und enthält 11 Items. Charakterisierende Items sind: „Heute hatte ich das Gefühl, dass die Gruppe mich akzeptierte“ und „Die Patienten und ich arbeiten an gemeinsamen Zielen.“

Der **zweite Faktor „Klärung/Selbstwirksamkeit“** repräsentiert mit sieben Items das Ziel des Therapeuten, Patienten darin zu unterstützen, ihre Probleme und Verhaltensmuster zu verstehen und in Zusammenhänge stellen zu können. Zudem soll das therapeutische

Vorgehen zu emotionaler Aktivierung und Selbstwirksamkeitserleben führen. Items, die in diesem Faktor enthalten sind, sind z.B. „Heute habe ich darauf hingearbeitet, dass den Patienten wichtige Zusammenhänge ihres Erlebens und Verhaltens klarer werden“ oder „Heute habe ich darauf hingewirkt, dass die Patienten Gefühle erleben, die sie sonst vermeiden.“

Der **dritte Faktor „Bewältigung“** schliesst vier Items ein, die beschreiben, inwiefern die Kompetenz der Patienten erhöht und ihr Bewältigungsrepertoire angesichts von Problemen vergrössert werden konnte. Beispiele für Items dieses Faktors sind: “Ich habe heute aktiv darauf hingearbeitet, dass die Patienten für sie schwierige Situationen besser bewältigen können“ und “Heute habe ich gezielt versucht, die Handlungskompetenz der Patienten zu verbessern.“

Für die Entwicklung der neuen Version des **Therapeutesitzungsbogens** (siehe Anhang B) gingen wir entsprechend vor wie bei der Entwicklung des oben beschriebenen Patientensitzungsbogens: wir adaptierten und reformulierten die in der Studie verwendeten Items. Zudem wurden mehrere Items aufgrund verschiedener Theorien zur Emotionsregulation (Gratz & Roemer, 2004; Greenberg, 2000) neu entwickelt und anschliessend von Experten beurteilt.

Als Antwortmöglichkeit ist eine siebenstufige Likertskala (von „überhaupt nicht“ bis zu „ja, ganz genau“) vorgegeben. Die Einleitung des Messmittels wurde wiederum vom Therapeutenstundenbogen (Regli & Grawe, 2000) übernommen und neu formuliert. Der neue Therapeutesitzungsbogen enthält 23 Items resultierend in fünf Skalen.

Damit ergibt sich folgende Itemzuordnung für den im Anhang abgedruckten Therapeutesitzungsbogen:

Skala 1 - Therapiebeziehung: Items G4; 1; 2; 4; 5; 6

Skala 2 – Selbstwirksamkeit (Bewältigung): Items 9; 11; 14; 18

Skala 3 – Emotionsregulation: Items 3; 7; 10; 13; 15

Skala 4 – Klärung: Items 8; 12; 16; 17

Skala 5 – Gruppenklima: Items G1; G2; G3; G5

Literatur

- Benecke C & Krause R (2005) Facial-affective relationship-offers of patients with panic disorder. *Psychotherapy Research* 15: 178-187.
- Greenberg LS (2000) Von der Kognition zur Emotion in der Psychotherapie. In S. Sulz & G. Lenz (Hrsg.), *Von der Kognition zur Emotion in der Psychotherapie. Psychotherapie mit Gefühlen*, (S. 77-110). München: CIP-Medien.
- Grawe K & Braun U (1994) Qualitätskontrolle in der Psychotherapiepraxis. *Zeitschrift für Klinische Psychologie* 23: 242-267.
- Gratz KL & Roemer L (2004) Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 26: 41-54.
- Hinsch R & Pfingsten U (2002) *Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK)* (4. vollst. überarbeitete Auflage). Weinheim: Beltz PVU.
- Keller E & Tschacher W (2007) Prosodic and gestural expression of interactional agreement. In A. Esposito (Hrsg.) *Cross-Modal Analysis of Verbal and Nonverbal Communication (CAVeNC)*. Berlin: Springer.
- Mergenthaler E & Bucci W (1999) Linking verbal and non-verbal representations: Computer analysis of referential activity. *British Journal of Medical Psychology* 72: 339-354.
- Ramseyer F & Tschacher W (2006) Synchrony: A core concept for a constructivist approach to psychotherapy. *Constructivism in the Human Sciences* 11: 150-171.
- Regli D & Grawe K (2000) *Die Berner Stundenbogen*. Unveröffentlichtes Manuskript. Bern: Universität Bern, Institut für Psychologie.
- Sass H, Wittchen H-U & Zaudig M (1996) *Diagnostisches und statistisches Manual psychischer Störungen. DSM-IV*. Göttingen: Hogrefe.
- Tschacher W (1997) *Prozessgestalten. Die Anwendung der Selbstorganisationstheorie und der Theorie dynamischer Systeme auf Probleme der Psychologie*. Göttingen: Hogrefe.
- Tschacher W, Baur N, & Grawe K (2000) Temporal interaction of process variables in psychotherapy. *Psychotherapy Research* 10: 296-309.
- Zorn P, Roder V, Müller DR, Tschacher W & Thommen M (2006) Schemazentrierte Emotiv-Behaviorale Therapie für Patienten mit Persönlichkeitsstörungen (SET): Ergebnisse einer randomisierten Evaluationsstudie. Unveröffentlichtes Arbeitspapier. Bern: Universitätsklinik für Psychiatrie.
- Zorn P & Roder V (2006) Verhaltenstherapeutische Therapieansätze für Patienten mit Persönlichkeitsstörungen: Überblick und empirische Ergebnisse. *Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin* 27: 7-27.

Anhang A: Patientensitzungsbogen

Patientensitzungsbogen

Name:

Datum:

Sitzung:

Anleitung 1:

Wie haben Sie die heutige Gruppentherapiesitzung erlebt? Bitte geben Sie an, wie sehr Sie den nachfolgenden Feststellungen zustimmen können, indem Sie das entsprechende Kästchen neben jeder Frage ankreuzen.

1. Heute habe ich mich in der Beziehung zum Therapeuten wohl gefühlt.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

2. Ich habe das Gefühl, dass ich meine Probleme verstehe.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

3. Heute sind wir dem Kern meiner Probleme nahe gekommen.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

4. Heute sind wir in der Therapie vorwärts gekommen.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

5. Heute konnte ich spüren, was in mir emotional vorgeht.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

6. Heute ist mir klar geworden, weshalb ich gegenüber bestimmten Menschen so und nicht anders reagiere.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

7. Der Therapeut und ich verstehen einander.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

8. Der Therapeut schenkt meinen Gefühlen Beachtung.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

9. Der Therapeut ist an meinem Wohlergehen interessiert.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

10. In der Sitzung konnte ich meine Gefühle der Situation entsprechend ausdrücken.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

11. Ich traue mir zu, meine Probleme aus eigener Kraft zu lösen.

| | | | | |
|-----------|------|-------|------|----------|
| überhaupt | eher | weder | eher | ja, ganz |
| -3 | -2 | -1 | 0 | +1 |
| nicht | nein | nicht | noch | ja |
| | | | | +2 |
| | | | | ja |
| | | | | +3 |
| | | | | genau |

bitte wenden

12. Ich finde, der Therapeut schätzt meine Probleme richtig ein.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

13. Ich weiss jetzt, was ich will.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

14. Heute hatte ich den Eindruck, dass der Therapeut mir auch sagt, was er über mich denkt.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

15. Heute war ich gefühlsmässig stark beteiligt.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

16. Ich spüre, dass der Therapeut mich wert schätzt.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

17. Heute gelang es mir, meine Gefühle wahrzunehmen.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

18. Ich fühle mich jetzt Situationen gewachsen, denen ich mich bisher nicht gewachsen fühlte.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

19. Ich glaube, das Vorgehen des Therapeuten ist richtig für mich.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

20. Heute habe ich Einsichten über mich selbst gewonnen.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

Anleitung 2:

Wie haben Sie die Gruppe in der heutigen Therapiesitzung erlebt? Bitte geben Sie an, wie sehr Sie den nachfolgenden Feststellungen zustimmen können.

g1. Ich habe das Gefühl, dass wir wirklich eine Gruppe bilden.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

g2. Heute hatte ich das Gefühl, in der Gruppe dazu zu gehören.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

g3. Heute herrschte eine entspannte Stimmung in der Gruppe.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

g4. Heute wurde in der Gruppensitzung wohl wollend auf meine Anliegen und Bedürfnisse eingegangen.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

g5. Heute habe ich vorgebracht, was mich bewegte.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

Anhang B: Therapeutesitzungsbogen

Therapeutesitzungsbogen

Name:

Datum: Gruppen-Nr.: Sitzung:

Anleitung 1:

Wie haben Sie die heutige Gruppentherapiesitzung erlebt? Bitte geben Sie an, wie sehr Sie den nachfolgenden Feststellungen zustimmen können oder wie sehr Sie diese verneinen. **Beziehen Sie sich bei der Beantwortung der folgenden 5 Fragen auf die ganze Gruppe.**

G1. Heute war der Gruppenzusammenhalt gross.

| | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|------|-------|------|-------|----|-------|----|----|----------|----|
| überhaupt | -3 | -2 | eher | -1 | weder | 0 | eher | +1 | +2 | ja, ganz | +3 |
| | nicht | nein | nicht | noch | ja | ja | genau | | | | |

G2. Heute wurde ich von der Gruppe akzeptiert.

| | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|------|-------|------|-------|----|-------|----|----|----------|----|
| überhaupt | -3 | -2 | eher | -1 | weder | 0 | eher | +1 | +2 | ja, ganz | +3 |
| | nicht | nein | nicht | noch | ja | ja | genau | | | | |

G3. Heute herrschte eine entspannte Stimmung in der Gruppe.

| | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|------|-------|------|-------|----|-------|----|----|----------|----|
| überhaupt | -3 | -2 | eher | -1 | weder | 0 | eher | +1 | +2 | ja, ganz | +3 |
| | nicht | nein | nicht | noch | ja | ja | genau | | | | |

G4. Die Gruppe beteiligte sich aktiv an der Therapie.

| | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|------|-------|------|-------|----|-------|----|----|----------|----|
| überhaupt | -3 | -2 | eher | -1 | weder | 0 | eher | +1 | +2 | ja, ganz | +3 |
| | nicht | nein | nicht | noch | ja | ja | genau | | | | |

G5. Ich finde, dies ist eine interaktionell unproblematische Gruppe.

| | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|------|-------|------|-------|----|-------|----|----|----------|----|
| überhaupt | -3 | -2 | eher | -1 | weder | 0 | eher | +1 | +2 | ja, ganz | +3 |
| | nicht | nein | nicht | noch | ja | ja | genau | | | | |

Anleitung 2:

Wie haben Sie die heutige Gruppentherapiesitzung erlebt? Bitte geben Sie dazu an, wie sehr Sie den nachfolgenden Feststellungen zustimmen können oder wie sehr Sie diese verneinen. **Bitte beziehen Sie sich bei den Fragen, bei denen es sinnvoll ist, nur auf diejenigen Teilnehmer, die aktiv waren bzw. die im Zentrum der therapeutischen Bearbeitung standen. Sollten sich diese Patienten bei einzelnen Items deutlich unterscheiden, geben Sie bitte eine mittlere Einschätzung wieder.**

1. Heute habe ich mich in der Beziehung zu den Patienten wohl gefühlt.

| | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|------|-------|------|-------|----|-------|----|----|----------|----|
| überhaupt | -3 | -2 | eher | -1 | weder | 0 | eher | +1 | +2 | ja, ganz | +3 |
| | nicht | nein | nicht | noch | ja | ja | genau | | | | |

2. Die Patienten und ich verstehen einander.

| | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|------|-------|------|-------|----|-------|----|----|----------|----|
| überhaupt | -3 | -2 | eher | -1 | weder | 0 | eher | +1 | +2 | ja, ganz | +3 |
| | nicht | nein | nicht | noch | ja | ja | genau | | | | |

3. Heute habe ich die Patienten darin gefördert, ihre Gefühle auszudrücken.

| | | | | | | | | | | | |
|-----------|-------|------|-------|------|-------|----|-------|----|----|----------|----|
| überhaupt | -3 | -2 | eher | -1 | weder | 0 | eher | +1 | +2 | ja, ganz | +3 |
| | nicht | nein | nicht | noch | ja | ja | genau | | | | |

4. Die Patienten und ich arbeiten an gemeinsamen Zielen.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

5. Die Patienten redeten offen über ihre Gefühle und Wünsche.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

6. Die Patienten waren in der Gruppe aktiv.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

7. Heute habe ich darauf hingearbeitet, dass die Patienten ihre Gefühle wahrnehmen.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

8. Heute habe ich darauf hingewirkt, dass den Patienten wichtige Zusammenhänge ihres Erlebens und Verhaltens klar werden.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

9. Ich habe heute darauf hingearbeitet, dass die Patienten für sie schwierige Situationen bewältigen können.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

10. Heute habe ich darauf hingearbeitet, die Patienten gefühlsmässig zu involvieren.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

11. Heute habe ich versucht, die Handlungskompetenzen der Patienten zu verbessern.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

12. Heute habe ich mit den Patienten daran gearbeitet, dass sie sich über ihre Beziehungen zu anderen Menschen klar werden.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

13. Heute habe ich an wunde Punkte bei Patienten gerührt.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

14. Ich habe heute darauf hingearbeitet, dass Patienten sich einem bestimmten Problem besser gewachsen fühlen.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

15. Heute habe ich darauf hingewirkt, dass die Patienten Gefühle erleben, die sie sonst vermeiden.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

16. Heute habe ich darauf hingearbeitet, dass die Patienten sich über ihre Ziele und Motive klar werden.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

17. Ich habe heute darauf hingearbeitet, dass die Patienten ihre Probleme in neuen Zusammenhängen sehen können.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|

18. Heute habe ich mich darum bemüht, einen Bezug zur realen Lebenssituation der Patienten herzustellen.

| | | | | | | |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|
| überhaupt -3 nicht | -2 nein | eher -1 nicht | weder 0 noch | eher +1 ja | +2 ja | ja, ganz +3 genau |
|--------------------------|------------|---------------------|--------------------|------------------|----------|-------------------------|