

## **VDS-QMP07-Pro Rating zum Therapieprozeßverlauf (PatientIn)**

Patientenname: .....

Vorname: .....

Datum: .....

Diese Liste wurde ausgefüllt nach der ... . (wievielten) Sitzung

Bitte schätzen Sie das Ausmaß ein, in dem das jeweils Genannte vorhanden ist bzw. den Erfolg, in bzw. mit dem Sie diesen Therapieschritt bewältigen. Verwenden Sie hierzu als Skalierung:

0 = gar nicht, 1 = kaum, 2 = etwas, 3 = deutlich, 4 = sehr, 5 = extrem

- ( ) 1. Hoffnung und Glauben an die Therapie (Erwartung von Therapieerfolg)
- ( ) 2. Eine förderlichen Beziehung zur Therapeutin/zum Therapeuten, mit Bedürfnisbefriedigung, Wohlbefinden und Freisetzen von Energie
- ( ) 3. Therapiemotivation (starker Wunsch, die Therapie zu machen)
- ( ) 4. Tiefe emotionale Erfahrung (Erleben und Erinnern mit intensiven Gefühlen)
- ( ) 5. Korrektur der früheren Gedanken über meine Probleme, die mich an einer Lösung hinderten
- ( ) 6. Akzeptanz (Ich kann mich so akzeptieren wie ich jetzt (noch) bin)
- ( ) 7. Ressourcenmobilisierung (Ich habe Fähigkeiten an mir entdeckt, die ich jetzt gut einsetzen kann)
- ( ) 8. Änderungsentscheidung (Ich habe mich entschieden, den vereinbarten Schritt zu tun)
- ( ) 9. Loslassen, Trauer (Ich habe losgelassen, woran ich festhielt, ich habe darüber trauern können)
- ( ) 10. Angst vor Veränderung: Ich habe Angst vor Veränderung und kann doch weiter machen
- ( ) 11. Veränderung des Verhaltens und Erlebens: Ich habe schon Wichtiges geändert
- ( ) 12. Erfahrung von Selbsteffizienz: Ich habe Erfolge erzielt, die mir Zuversicht fürs Weitermachen geben
- ( ) 13. Umgang mit Niederlagen: Ich kann jetzt daraus lernen, ohne am Boden zerstört zu sein