

Leseprobe aus:  
Neudeck/Mühlig, Therapie-Tools Verhaltenstherapie,  
2., vollständig überarbeitete Auflage ISBN 978-3-621-28673-2  
© 2020 Beltz Verlag, Weinheim Basel  
<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-621-28673-2>



Peter Neudeck • Stephan Mühlig

# **Therapie-Tools**

# **Verhaltenstherapie**

**Therapieplanung, Probatorik,  
Verhaltensanalyse**

Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial

2., vollständig überarbeitete Auflage

Dr. Peter Neudeck  
Praxis am Volksgarten  
Lehrpraxis der AVT Köln  
Volksgartenstraße 36  
50677 Köln

Prof. Dr. Stephan Mühlig  
Professur für Klinische Psychologie und Psychotherapie  
Technische Universität Chemnitz  
Wilhelm-Raabe-Str. 43  
09120 Chemnitz

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:  
ISBN 978-3-621-28673-2 Print  
ISBN 978-3-621-28674-9 E-Book (PDF)

2., vollständig überarbeitete Auflage 2020

© 2020 Programm PVU Psychologie Verlags Union  
in der Verlagsgruppe Beltz • Weinheim Basel  
Werderstraße 10, 69469 Weinheim  
Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Andrea Glomb  
Umschlaggestaltung: Lina Marie Oberdorfer  
Herstellung: Lelia Rehm  
Satz: Reemers Publishing Services GmbH, Krefeld  
Gesamtherstellung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza  
Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor\_innen und Titeln finden Sie unter: [www.beltz.de](http://www.beltz.de)

# Inhalt

Vorwort

## I Rahmenbedingungen

<b>1</b>	<b>Institutionelle Bedingungen</b>	10
1.1	Indikation: Welche Störungen dürfen zu Lasten der GKV (Psychotherapie-Richtlinie) behandelt werden und welche nicht?	10
1.2	Anwendungsbereiche	10
1.3	Indikationsstellung Kurz- oder Langzeittherapie	11
1.4	Arbeitsmaterialien	12
<b>2</b>	<b>Psychotherapie-Richtlinien und Antragsstellung</b>	16
2.1	Allgemeines	16
2.2	Der Bericht an den Gutachter	18
2.3	Arbeitsmaterialien	25
<b>3</b>	<b>Rechtliche Aspekte</b>	44
3.1	Aufklärungspflicht (Informed Consent)	44
3.2	Dokumentationspflicht	45
3.3	Auskunfts- und Einsichtsrecht des Patienten	46
3.4	Schweigepflicht und Informationspflicht	47
3.5	Datenschutz und IT-Datensicherung	50
3.6	Arbeitsmaterialien	52

## II Therapieablauf

<b>4</b>	<b>Erstkontakt</b>	76
4.1	Der telefonische Erstkontakt: Hintergrund	76
4.2	Verbindlichkeit erhöhen	76
4.3	Arbeitsmaterialien	77
<b>5</b>	<b>Erstgespräch</b>	85
5.1	Mit den Augen des Patienten	85
5.2	Struktur und Ablauf eines Erstgesprächs	87
5.2.1	Begrüßung	87
5.2.2	Behandlungsanlass und Symptomatik	88
5.2.3	Störungsanalyse und Vorbehandlung	89
5.2.4	Biografie, aktuelle Lebenssituation	89
5.2.5	Absprachen, Klären des Auftrags	90
5.2.6	Organisatorisches und Rahmenbedingungen	91
5.3	Gesprächsführung auf der Ebene des Patienten	91
5.4	Arbeitsmaterialien	92

<b>6</b>	<b>Probatorik</b>	152
6.1	Initiale Problemexploration	153
6.2	Anamnese	154
6.3	Kategoriale Diagnostik	156
6.4	Dimensionale Diagnostik	157
6.5	Verhaltensanalyse	157
6.5.1	Warum verhaltensanalytische Modelle?	158
6.5.2	Mikro- und Makroanalyse im Überblick	158
6.5.3	Mikroanalyse: das SORKC-Modell	159
6.5.4	Mikroanalyse: das Modell der Problemanalyse	161
6.5.5	Makroanalyse	163
6.5.6	Plananalyse als Teil der Makroanalyse	165
6.6	Prognose	167
6.7	Psychopathologischer Befund	168
6.8	Zielfindung	168
6.9	Fallkonzeption	172
6.9.1	Aspekte der Fallkonzeption	172
6.9.2	Grundregeln zu therapeutischen Zielen	176
6.10	Arbeitsmaterialien	177
<b>7</b>	<b>Therapiebeginn</b>	231
7.1	Auswertungsgespräch, Psychoedukation und kognitive Vorbereitung	231
7.1.1	Das Auswertungsgespräch	231
7.1.2	Information über die Natur der Störung – Psychoedukation und kognitive Vorbereitung	232
7.2	Systemimmanenz – ein Beispiel für die Optimierung therapeutischer Prozesse	234
7.3	Arbeitsmaterialien	237
<b>8</b>	<b>Therapiebeendigung</b>	275
8.1	Alltagstransfer und Verstetigung	275
8.2	Rückfallprophylaxe und Nachsorge	276
8.3	Therapieabschluss	276
8.4	Arbeitsmaterialien	278
<b>9</b>	<b>Qualitätssicherung in der psychotherapeutischen Praxis</b>	288
9.1	Grundlagen der Qualitätssicherung	288
9.2	Maßnahmen der Qualitätssicherung in der Praxis	288
9.2.1	Strukturqualität	288
9.2.2	Prozess- und Ergebnisqualität	290
9.3	Arbeitsmaterialien	291
	<b>Anhang</b>	
	Literatur	296
	Übersicht Arbeits- und Informationsblätter	299

# 4 Erstkontakt

## 4.1 Der telefonische Erstkontakt: Hintergrund

Meist entsteht der psychotherapeutische Erstkontakt zu Patienten in Form eines Telefonats. Ziel des Gesprächs ist immer eine Absprache bzw. Vereinbarung. Patienten sollte möglichst innerhalb von 1 bis 2 Wochen die Möglichkeit für einen Sprechstundentermin gegeben werden. Wichtige Informationen können bereits vor dem Erstgespräch über einen Erstauskunftsbogen (AB 10) erfragt werden. Der konkrete Hinweis, wann der Fragebogen in der Praxis eingehen sollte (bspw. eine Woche vor dem Erstgespräch) ist sinnvoll. Bei Bedarf kann bereits hier eine Einverständniserklärung zur Aufzeichnung von Gesprächen beigelegt werden (AB 11).

Steht kein Therapieplatz zur Verfügung, erfolgt eine andere Vereinbarung, wie die Aufnahme in die Warteliste (AB 9) oder erneute Anfrage des Patienten zu einem späteren Zeitpunkt.

Der kurze Gesprächsleitfaden auf AB 8 unterstützt den Therapeuten im telefonischen Erstkontakt und zeigt die Interessen von Therapeut und Patient auf. Der Leitfaden erleichtert die Strukturierung des Telefonats und bereitet auf relevante Fragen der Patienten vor.

## 4.2 Verbindlichkeit erhöhen

**Anmeldung:** Die psychotherapeutische Sprechstunde kann als offene Sprechstunde ohne Anmeldung (wie in der Arztpraxis) oder mit Terminvergabe durchgeführt werden. Der Erstkontakt erfolgt in den meisten Fällen telefonisch oder per elektronischem Anmeldeformular auf der Website der Praxis/Ambulanz. Bei diesem Erstkontakt wird ein Termin für die erste Sprechstunde vergeben, wo die erste persönliche Face-to-face-Begegnung zwischen Therapeut und Patient stattfindet. Danach werden weitere Termine direkt miteinander vereinbart, wobei es den Beteiligten freisteht, feste Termine für einen längeren Zeitraum zu vereinbaren oder nur den jeweiligen Folgetermin festzulegen. Werden Termine nicht oder sehr kurzfristig abgesagt, können diese Termine möglicherweise nicht neu vergeben werden und führen zu Einnahmeverlusten für die Praxis. Um die Verbindlichkeit auf Seiten des Patienten zu erhöhen, kann deshalb auch schon zum Erstkontakt eine Regelung über ein Ausfallhonorar (bei Nichterscheinen zum Erstgespräch) vereinbart werden. Für den Fall, dass der Patient einen Platz auf der Warteliste erhält, ist eine größere Verbindlichkeit in Form eines Fragebogens möglich.

**Ausfallhonorar:** »Wir möchten Sie darüber informieren, dass beim Erstgespräch ein Honorarausfall von € 50,- berechnet wird, wenn Sie nicht 48 Stunden vor dem vereinbarten Termin absagen. Dafür reicht eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter aus.«

### **Achtung! Schweigepflicht**

Schon mit dem telefonischen Erstkontakt unterliegen Psychotherapeuten der Schweigepflicht, das heißt, alle Informationen werden absolut vertraulich behandelt, inklusive des Kontaktes und (späteren) Behandlungsverhältnisses an sich. Personen außerhalb der Psychotherapie darf also keine Auskunft erteilt werden, nicht einmal darüber, dass ein Kontakt stattgefunden hat. Eine Ausnahme liegt vor, sobald akute und erhebliche Gefährdungslage für Leib und Leben besteht (Psych KG, Strafgesetzbuch), insbesondere wenn im Kontakt eine Selbst- oder Fremdgefährdung des Patienten deutlich wird oder der Patient damit droht, eine Straftat zu begehen.

Für Kontakte, die über das Internet in Form von E-Mail-Anfragen zustande kommen, gilt das Gleiche wie für telefonische Erstkontakte. Fragebögen können dabei auf jeden Fall per E-Mail verschickt werden.

### **4.3 Arbeitsmaterialien**

#### **AB 10 Der telefonische Erstkontakt**

Auf diesem Arbeitsblatt kann sich der Therapeut Notizen zu den wichtigsten Informationen für ihn selbst und den Patienten machen.

#### **AB 11 Aufnahme in die Warteliste**

Dieses Formular ist vom Patienten auszufüllen, der sich zur Psychotherapie anmelden möchte. Es enthält Fragen zu den Patientendaten sowie zu Vorbehandlungen.

#### **AB 12 Erstauskunftsbogen**

Der Patient füllt diesen Bogen mit allen für die Therapieaufnahme relevanten Daten aus, z. B. Angaben zur Person, erste Skizzierung der Probleme, Belastungseinschätzung etc.

#### **AB 13 Einverständniserklärung zur Aufzeichnung von Gesprächen**

Mit seiner Unterschrift auf diesem Formular erklärt sich der Patient damit einverstanden, dass therapeutische Sitzungen mittels Ton- oder Videoaufnahmen dokumentiert werden.

Beim telefonischen Erstkontakt können folgende Punkte zum Thema werden:

### Informationen für den Therapeuten



Wie ist der Patient auf die Praxis aufmerksam geworden?

.....

.....

.....

Gibt es einen Zuweiser und wer ist das?

.....

.....

.....

Hat der Patient schon Behandlungsversuche hinter sich?

.....

.....

.....

.....

### Informationen für den Patienten

- ▶ Ist zurzeit ein Therapieplatz frei?
- ▶ Wenn kein Platz frei ist, wie lange wird die Wartezeit voraussichtlich dauern?
- ▶ Hat der Therapeut Erfahrung in der Behandlung des Problems?
- ▶ Wie verhält es sich mit der Kostenübernahme durch die Krankenkasse?



**Anmeldung zur Psychotherapie bzw. zu einem psychotherapeutischen Erstgespräch**

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie wünschen eine Psychotherapie in meiner Praxis bzw. einen Termin für ein Erstgespräch. Wie bereits (telefonisch) besprochen, beträgt die momentane Wartezeit ..... Wochen. Um Ihnen einen Therapieplatz zusichern zu können, möchte ich Sie bitten, die untenstehenden Fragen zu beantworten und an mich zurückzuschicken. Ich werde mich dann in der ..... Kalenderwoche mit Ihnen in Verbindung setzen, um einen Termin für ein Erstgespräch zu vereinbaren. Selbstverständlich werden diese Angaben absolut vertraulich behandelt.

Bei akutem Bedarf rate ich Ihnen, Ihren Hausarzt, einen niedergelassenen psychiatrischen Arzt oder die psychiatrische Ambulanz des für Ihren Wohnbereich zuständigen Klinikums aufzusuchen. Ich danke Ihnen für Ihre Angaben.

Datum: .....



Name, Vorname: ..... Geburtsdatum: .....

Straße: ..... Ort: .....

Telefon-Nr.: .....

E-Mail: .....

Hausarzt: .....

Krankenversicherung: .....

Waren Sie bereits in psychotherapeutischer Behandlung? Wann?

.....  
 .....  
 .....

Welche Beschwerden, welches Anliegen (evtl. Auslösesituation) haben Sie (in Stichworten)?

.....

.....

.....

.....

An welchen Wochentagen, zu welchen Tageszeiten können Sie Therapiesitzungen wahrnehmen?

.....

.....

.....

.....

**Angaben zur Person**

Bitte tragen Sie die folgenden Informationen ein.

Heutiges Datum: .....

Geburtsdatum: .....

Name, Vorname: .....

Anschrift:

.....  
.....  
.....

Telefon .....

mobil: .....

Wann sind Sie telefonisch am besten erreichbar? .....

E-Mail: .....

Krankenkasse: .....

Familienstand:

- ledig
- feste Partnerbeziehung
- unverheiratet mit Partner/in zusammenlebend
- verheiratet
- alleinerziehend
- keine feste Partnerbeziehung
- getrennt lebend
- geschieden
- verwitwet

Haben Sie Kinder?  nein  ja, .....

Ausbildung:

- kein Schulabschluss
- Hauptschulabschluss
- Realschulabschluss
- Fachabitur
- Abitur
- abgeschlossenes Fachhochschul- oder Hochschulstudium
- andere: .....

erlernter Beruf: .....

derzeitig ausgeübter Beruf: .....

Sind Sie zurzeit krankgeschrieben?     nein     ja

Wenn ja: Seit wann sind Sie krankgeschrieben? .....

Besteht eine Berentung?     nein     ja, seit .....

Besteht ein Antrag auf Rente bzw. Erwerbsminderung?     nein     ja

Bitte schildern Sie in Stichworten die Probleme, wegen denen ein Behandlungswunsch besteht:

.....

.....

.....

.....

.....

Seit wann bestehen diese Probleme?

.....

.....

Waren Sie deswegen schon in medizinischer und/oder psychotherapeutischer Behandlung?

Wo? .....

Wann? .....

Wie stark fühlen Sie sich zurzeit durch Ihr Problem belastet?

- sehr stark
- stark
- mittelmäßig
- wenig
- gar nicht

In welchen Lebensbereichen fühlen Sie sich durch Ihr Problem besonders beeinträchtigt?

- Partnerschaft/Familie
- Ausbildung/Beruf
- Freizeit
- Finanzen
- Körperliche Gesundheit
- Soziale Kontakte
- Sonstiges: .....

Wann sind Sie das letzte Mal von einem Arzt gründlich untersucht worden?

.....

Haben Sie zurzeit ernsthafte Probleme mit Ihrer Gesundheit?

- nein    ja

Wenn ja: Welcher Art sind diese Gesundheitsprobleme?

.....  
.....

Seit wann haben Sie diese Probleme?

.....

Im Folgenden ist Platz für Anmerkungen oder Fragen, die im Erstgespräch geklärt werden sollen.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....