

4.6 Checkliste psychodynamischer Interventionen

Diese Checkliste soll dem Therapeuten dabei helfen, die Interventionen, die im Rahmen des hier vorgestellten Therapiekonzepts zur psychodynamischen Behandlung der Depression beschrieben werden, „therapiegetreu“ anzuwenden. Mit Hilfe der Checkliste kann der Therapeut überprüfen, welche Interventionen er verwendet bzw. welche er ggf. besonders oft oder besonders selten einsetzt. Dies kann nach jeder Stunde oder auch in größeren Abständen geschehen. Natürlich ist es weder nötig noch möglich, alle der angeführten Interventionen in jeder Stunde anzuwenden! - Die angeführten Interventionen beziehen sich daher nicht nur auf die Sitzung, nach der die Checkliste ausgefüllt wird.

Im Kontext von Psychotherapieforschung kann die folgende Liste auch zur Überprüfung der „Manualtreue“ genutzt werden. In diesem Fall schätzen externe Rater und/oder der Therapeut ein, ob die betreffende Intervention gegeben wurde.

Patient: _____ Sitzung Nr.: _____ Datum: _____

1. Den Patienten über seine Erkrankung informieren ☐
2. Den Patienten über die Behandlung informieren (Transparenz) ☐
3. Die aktive Rolle des Patienten betonen (besonders am Anfang, aber auch in späteren Phase der Therapie) ☐
4. Ambivalenz und Widerstand gegen Veränderung früh ansprechen ☐
5. Dem Patienten Zuversicht und Hoffnung auf Besserung vermitteln ☐
6. Eine hilfreiche therapeutische Beziehung herstellen („Wir-Bündnis“, supportive Interventionen) ☐
7. Realistische Ziele vereinbaren (in Bezug auf Symptome und Beziehungen) ☐
8. Falls nötig, den Patienten dabei unterstützen, seine sozialen Fertigkeiten zu verbessern ☐
9. Falls nötig, auf kulturelle Unterschiede eingehen („Migrationshintergrund“) ☐
10. Falls nötig, psychoedukative Elemente einsetzen (z. B. bei Krisen) ☐
11. Anerkennen, wenn der Patient einem Behandlungsziel näherkommt ☐
12. Das zugrunde liegende ZBKT („Depressionsformel“) identifizieren und in den Fokus nehmen ☐
13. Dem Patienten helfen, die Reaktionen anderer Menschen auf ihn in verschiedenen zwischenmenschlichen Beziehungen zu verstehen (RO) ☐

14. Dem Patienten helfen zu verstehen, wie er selbst in unterschiedlichen zwischenmenschlichen Beziehungen reagiert (RS) ☐
15. Dem Patienten helfen zu verstehen, was er implizit oder explizit möchte oder von anderen Menschen benötigt (W) ☐
16. Den zentralen Wunsch des Patienten mit seinen Erwartungen an andere und seinen eigenen Reaktionen verbinden (W-RO-RS) ☐
17. Aspekte des ZBKts mit den depressiven Symptomen des Patienten verknüpfen ☐
18. Die Aufmerksamkeit des Patienten auf Ähnlichkeiten zwischen seinen vergangenen und aktuellen Beziehungen lenken ☐
19. Den Patienten dazu ermutigen, auch zwischen den Sitzungen an seiner Depressionsformel zu arbeiten ☐
20. Eventuelle Symptomverbesserungen auf das verbesserte Verständnis des Patienten für seinen ZBKT beziehen ☐
21. Den Patienten dazu ermutigen, bisher vermiedene Wünsche zuzulassen und zu äußern ☐
22. Die daraus (Item 21) resultierenden Erfahrungen in der Stunde unter Bezugnahme auf das ZBKT besprechen ☐
23. Den Patienten auffordern, seine Erfahrungen aus der Therapie in den Alltag zu übertragen ☐
24. Zur Halbzeit der Therapie Bilanz ziehen: Was wurde bisher erreicht? ☐
25. Anerkennen, wenn der Patient zunehmend in der Lage ist, vom Therapeuten verwendete Mittel der Behandlung selbst zu benutzen ☐
26. Die Möglichkeiten eines Rückfalls besprechen ☐
27. Falls nötig, Nonresponse ansprechen ☐
28. Frühzeitig das Therapieende thematisieren ☐
29. In der Abschlussphase, gegebenenfalls wiederkehrende Symptome mit dem ZBKT in Verbindung bringen ☐
30. Betonen, dass die gemachten Fortschritte nicht von der Anwesenheit des Therapeuten abhängig sind, sondern primär auf den Aktivitäten des Patienten basieren ☐
31. Die Behandlung gemeinsam Revue passieren lassen ☐