

VDS32 Auswertung Emotionsanalyse

Name/Vorname: ausgefüllt am:

Emotionsanalyse I -Meine Gefühle

a) Zählen Sie die Werte 1,2 und 3 der Spalten „habe ich ...“ über alle drei Spalten je Gefühlsgruppe zusammen. Bilden Sie die Spaltensummen der weiteren Spalten je Gefühlsgruppe, teilen Sie durch die Anzahl der Einzelgefühle dieser Gruppe. Dann erhalten Sie den mittleren Wert je Gefühlsgruppe. Anschließend können Sie diese 4 Summenwerte addieren und das Ergebnis durch die Anzahl aller Einzelgefühle teilen (erste Spalte 129, die weiteren Spalten 43), dann erhalten Sie den mittleren Wert über alle Gefühlsgruppen (A-D Emotionalität).

Gefühl	habe ich (1 und 2 und 3)	akzep- tiere ich	lehne ich ab	halte ich kaum bzw. nicht aus	traue ich mich kaum
A FREUDE					
Summe					
Geteilt durch	15	15	15	15	15
Mittelwert					
B TRAUER					
Summe					
Geteilt durch	8	8	8	8	8
Mittelwert					
C ANGST					
Summe					
Geteilt durch	9	9	9	9	9
Mittelwert					
D WUT					
Summe					
Geteilt durch	11	11	11	11	11
Mittelwert					
A-D Emotionen	habe ich (1 und 2 und 3)	akzep- tiere ich	lehne ich ab	halte ich kaum	traue ich mich kaum
Summe					
Geteilt durch	129	43	43	43	43
Mittelwert					

Zeichnen Sie die errechneten Punktwerte für jede Gefühlsgruppe in das Diagramm ein. Verbinden Sie die Punkte, so dass Sie das Gefühlsprofil des Patienten erhalten. Nach der Therapie können Sie das neue Profil zum Vergleich ebenfalls einzeichnen.

Mein Gefühlsprofil	habe ich kaum oder nie	habe ich mittel	habe ich oft
A FREUDE	0 x x x x	,5 x x x x 1 x x x x	,5 x x x x 2
B TRAUER	0 x x x x	,5 x x x x 1 x x x x	,5 x x x x 2
C ANGST	0 x x x x	,5 x x x x 1 x x x x	,5 x x x x 2
D WUT	0 x x x x	,5 x x x x 1 x x x x	,5 x x x x 2
A-D Emotionen	0 x x x x	,5 x x x x 1 x x x x	,5 x x x x 2

Emotionsanalyse II

Bisheriger dysfunktionaler Umgang mit Gefühlen	Bitte ausrechnen
Summe
Geteilt durch	13
Gesamtwert Dysfunktionaler Umgang mit Gefühlen (Mittelwert)

Welches sind Ihre drei häufigsten Arten des Umgangs mit Gefühlen?

Am häufigsten ist Nr.....

Am zweithäufigsten ist..... Nr.....

Am dritthäufigsten ist..... Nr.....

Emotionsanalyse IIIHeute: **Was sind die drei häufigsten Reaktionen Ihrer wichtigen Bezugspersonen?**

(Nr. ...) Wer?

(Nr. ...) Wer?

(Nr. ...) Wer?

Hinweise:Emotionanalyse I

gibt Informationen über das Gefühlsrepertoire des Patienten. Wir erfahren, welche Gefühle zu seinem aktiven Repertoire gehören und wie er mit jedem umgeht.

Emotionsanalyse II

zeigt, welche dysfunktionalen Arten des Umgangs mit Gefühlen im Allgemeinen vorhanden sind

Emotionsanalyse III

gibt einen Überblick, welche interpersonellen Erfahrungen der Patient mit den Reaktionen anderen Menschen gemacht hat, wenn er habituell mit seinen Gefühlen so wie in Emotionsanalyse II berichtet umging.

Insgesamt erfahren wir auf diese Weise etwas über die **Emotionsregulation** oder Affektregulierung des Patienten.

Therapieziel kann sein,

- () wieder Zugang zu einzelnen bislang unterdrückten Gefühlen zu gewinnen
- () oder überbordende Gefühle herunter regulieren zu lernen
- () oder die dysfunktionalen Bewältigungsmechanismen zu reduzieren
- () oder Gefühle zu zeigen und auszudrücken
- () aber auch Gefühle anderer Menschen zu erkennen und sich darauf zu beziehen