**Arbeitsblatts 2a\_Ergebnis VDS21-Verhaltensanalyse-Interview-2020**

auslösende Situation – Reaktionskette und Konsequenzen mit klar zu benennendem -Vermeidungs-Effekt der negativen Verstärkung.

1. **Die Reaktionskette bis zum Symptom**
2. *Eine typische beobachtbare* ***Situation*** *(die z.B. extrem frustrierend ist)*
3. *………………………………………………………………………………………………………………………………………..*
4. *1. Die primäre* ***Emotion*** *als Antwort auf diese Situation wäre eigentlich (z.B. Wut)*
5. *………………………………………………………………………………………………………………………………………..*
6. *2. Der primäre Handlungs-****Impuls****, der aus dieser Emotion resultieren würde (z.B. Angriff)*
7. *………………………………………………………………………………………………………………………………………..*
8. *3. Der* ***Gedanke****: Bedenken der Folgen dieses Handelns (z.B. Dann werde ich abgelehnt)*
9. *………………………………………………………………………………………………………………………………………..*
10. *4. Ein gegensteuerndes* ***sekundäres Gefühl*** *folgt daraus ( z.B. Schuldgefühl, Ohnmacht)*
11. *………………………………………………………………………………………………………………………………………..*
12. *5. Im* ***Körper*** *die psychovegetative Begleitreaktion dieses Gefühls (z.B. Schwächegefühl)*
13. *………………………………………………………………………………………………………………………………………..*
14. *6. Mein beobachtbares* ***Verhalten*** *(Was habe ich wirklich getan? z.B. tun, was mein Gegenüber will)*
15. *………………………………………………………………………………………………………………………………………..*
16. *7.* ***Symptom****bildung (z.B. Niedergeschlagenheit : depressives Syndrom)*
17. *………………………………………………………………………………………………………………………………………..*
18. *8. Wie geht diese Situation aus, was ist das Ergebnis dieser Situation? (Verstärkung, Krankheitsgewinn)*
19. *………………………………………………………………………………………………………………………………………..*

Eventuell reicht das Erfragen von obigem Abschnitt H (Reaktionskette). Wir kommen aber sicherer zu einem gültigen Auslöser, wenn wir den ganzen VDS21 abfragen, was wiederum unseren Zeitrahmen sprengt.

Am Ende der Sitzung sollte eine erste Hypothese formuliert werden können: Warum gerade bei diesem Menschen in dieser berichteten Lebenssituation genau diese Erkrankung entstanden ist.