

## VDS27 Auswertung Bedürfnisse

### 1. Bedürfnisinhalte

Übertragen Sie die vom Patienten angekreuzten Wert in die folgende Tabelle. Berechnen Sie je Bedürfnisfaktor die Summe und teilen Sie diese durch die Zahl der zum Faktor gehörigen Items. Der resultierende Mittelwert ist der Wert des Patienten im betreffenden Bedürfnisfaktor.

Nr.	Bedürfnis	Fragebogen-Wert	Summe	Mittelwert	FAKTOR	
1	Willkommen Sein					Zugehörigkeitsbedürfnisse
2	Geborgenheit					
3	Schutz, Sicherheit					
4	Liebe, Zuneigung				BINDUNG	
5	Aufmerksamkeit, Beachtung					
6	Verständnis, Empathie					
7	Wertschätzung, Bewunderung, Lob				SELBSTWERT	
8	Selbst machen, selbst können					Selbst- Bedürfnisse
9	Selbst bestimmen, Freiraum				AUTONOMIE	
10	Grenzen gesetzt bekommen					
11	Gefördert und gefordert werden					
12	Ein Vorbild				ORIENTIERUNG	
13	Intimität, Hingabe, Erotik					
14	Ein Gegenüber				IDENTITÄT	
H1	eine unängstliche Bezugsperson					Honöostase- bedürfnisse
H2	eine unbedrohliche Bezugsperson					
H3	eine unbedrohliche Außenwelt					
H4	eine Bezugsperson, die nicht wütend macht					
H5	zwei gleich starke Eltern					
H6	Schuldfreiheit					
H7	Missbrauchsfreiheit				Homöostase	

**Bedürfnisprofil:**

Sie können jetzt die erhaltenen Faktorwerte in das nachfolgende Diagramm einzeichnen und erhalten so das Bedürfnisprofil des Patienten

Bedürfnis-Faktor	Bedürfnisprofil
BINDUNG	0-----1-----2-----3
SELBSTWERT	0-----1-----2-----3
AUTONOMIE	0-----1-----2-----3
ORIENTIERUNG	0-----1-----2-----3
IDENTITÄT	0-----1-----2-----3
HOMÖOSTASE	0-----1-----2-----3

Nachfolgend finden Sie noch eine detaillierte Analyse der Bedürfnisse, des Umgangs mit ihnen, der typischen Reaktion anderer darauf und der Zielprioritäten, die sich aus der Dysfunktionalität ergibt. Sie könnten die zugehörigen Fragen dem Patienten zusätzlich zum Bedürfnisfragebogen zum Ausfüllen geben. Sie erhalten aber reliablere und validere Ergebnisse, wenn Sie diese Punkte im Gespräch mit ihm explorieren. In der nachfolgenden Tabelle können Sie das Ergebnis eintragen, um es für die Zielanalyse und Therapieplanung berücksichtigen zu können.

Zusammenfassung:

**Therapieziel Bedürfnisse und der Umgang mit ihnen**

7	Sind die <b>Zugehörigkeitsbedürfnisse</b> , der Umgang mit ihnen oder die Reaktionen anderer ein <b>wichtiges Therapieziel</b> ? Bitte zutreffende Zahl eintragen: ( )
7	Sind die <b>Selbstbedürfnisse</b> , der Umgang mit ihnen oder die Reaktionen anderer ein wichtiges Therapieziel? Bitte zutreffende Zahl eintragen: ( )
7	Sind die <b>Homöostasebedürfnisse</b> , der Umgang mit ihnen oder die Reaktionen anderer ein wichtiges Therapieziel? Bitte zutreffende Zahl eintragen: ( )

0 = Therapieziel geringer Priorität (kann als Ziel aufgenommen werden)

1 = Therapieziel mittlerer Priorität (sollte als Ziel aufgenommen werden)

2 = Therapieziel hoher Priorität (muss eines von 5 Hauptzielen sein)

3 = Therapieziel höchster Priorität (muss 1. oder 2. Hauptziel werden)



## 2. Zugehörigkeitsbedürfnisse

### 2a. So ging ich bisher mit meinem Zugehörigkeitsbedürfnis um

Bitte tragen Sie hinter jedem Satz die zutreffende Zahl ein

Skalierung: Skalierung: 0= nicht 1 = etwas 2 = mittel 3 = sehr

Nr.	Fragen zum eigenen Umgang mit Zugehörigkeitsbedürfnissen	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen
1	Ich warte und hoffe, dass jemand mein Bedürfnis spürt und mir gibt, was ich brauche	( )
2	Ich gehe zum anderen hin und hole mir, was ich brauche	( )
3	Ich bringe den anderen dazu, dass er mir gern gibt, was ich brauche	( )
4	Ich zeige mit viel Gefühl, wie sehr ich das brauche, dass der andere das Gefühl bekommt, mir einfach mein Bedürfnis befriedigen zu müssen was ich brauche	( )
5	Ich tue nichts, sage nichts, lasse mir nichts anmerken	( )
6	Ich gebe anderen, was ich selbst brauchen würde	( )
7	Ich vergesse einfach mein Bedürfnis, spüre es nicht mehr	( )

8	Mein typischster Umgang mit meinen Zugehörigkeitsbedürfnissen ist: .....	(Nr. )
9	Mein zweittypischster Umgang mit meinen Zugehörigkeitsbedürfnissen ist: .....	(Nr. )

## 2b. So reagierten wichtige Bezugspersonen

Wie reagierten Ihre wichtigen Bezugspersonen auf Ihren Umgang mit Ihrem Zugehörigkeitsbedürfnis?

Bitte tragen Sie hinter jedem Satz (Nr.1 bis Nr. 7) das Zutreffende ein.

Skalierung: 0= nicht 1 = etwas 2 = mittel 3 = sehr

Nr.	Fragen zu Reaktionen anderer auf meinen Umgang mit meinen Zugehörigkeitsbedürfnissen	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen
1	Er/sie zeigt Verständnis für mich	( )
2	Er/sie geht bereitwillig auf mein Anliegen ein, lässt mich	( )
3	Er/sie versteht nicht, was ich brauche	( )
4	Er/sie lehnt ab, weist mich ab	( )
5	Er/sie rivalisiert, will es auch, will mehr als ich	( )
6	Er/sie will was dafür haben, wenn er/sie es mir lässt bzw. gibt	( )
7	Er/sie reagiert überhaupt nicht, egal was ich tue oder sage	( )

8	Die typischste Art wichtiger Bezugspersonen, auf meinen Umgang mit meinen Zugehörigkeitsbedürfnissen zu reagieren, ist: .....	(Nr. )
9	Die zweittypischste Reaktion wichtiger Bezugspersonen auf meinen Umgang mit meinen Zugehörigkeitsbedürfnissen ist: .....	(Nr. )

## 2c. Zugehörigkeitsbedürfnisse als Therapieziel?

Hier wird festgelegt, ob das Thema Zugehörigkeitsbedürfnisse ein wichtiges Therapieziel ist.

Dysfunktionalität liegt vor, wenn ich mir oder meinen Beziehungen dadurch schade. Skalierung:

0= keine Dysfunktionalität 1 = leichte Dysfunktionalität 2 = mittlere Dysfunktionalität 3 = große

Dysfunktionalität

Nr.	Fragen zur Dysfunktionalität und Änderungsbedürftigkeit bei Zugehörigkeitsbedürfnissen	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen	wenn ja inwiefern?
1	Inwiefern ist die zentralste Angst dysfunktional und damit änderungsbedürftig? Ja bzw. nein, wenn ja, inwiefern?	( )	.....
2	Ist der Umgang mit der zentralsten Angst dysfunktional und damit änderungsbedürftig? Ja/nein, wenn ja, inwiefern?	( )	.....
3	Ist die Reaktion anderer auf die Art des Umgangs dysfunktional und damit änderungsbedürftig? Ja/nein, wenn ja, inwiefern?	( )	.....
4	Ist die 2. Angst dysfunktional und damit änderungsbedürftig? Ja/ nein, wenn ja, inwiefern?	( )	.....
5	Ist der Umgang mit der 2. Angst dysfunktional und damit änderungsbedürftig? Ja/nein, wenn ja, inwiefern?	( )	.....
6	Ist die Reaktion anderer dysfunktional und damit änderungsbedürftig? Ja/nein, wenn ja, inwiefern?	( )	.....

7	<p>Sind die Zugehörigkeitsbedürfnisse, der Umgang mit ihnen oder die Reaktionen anderer ein <b>wichtiges Therapieziel</b>? Bitte zutreffende Zahl eintragen:</p> <p>0 = Therapieziel geringer Priorität (kann als Ziel aufgenommen werden)</p> <p>1 = Therapieziel mittlerer Priorität (sollte als Ziel aufgenommen werden)</p> <p>2 = Therapieziel hoher Priorität (muss eines von 5 Hauptzielen sein)</p> <p>3 = Therapieziel höchster Priorität (muss 1. oder 2. Hauptziel werden)</p>	( )
---	---	-----

### 3. Selbstbedürfnisse

#### 3a. So ging ich bisher mit meinem Selbstbedürfnis um

Bitte tragen Sie hinter jedem Satz die zutreffende Zahl ein

Skalierung: Skalierung: 0= nicht 1 = etwas 2 = mittel 3 = sehr

Nr.	Fragen zum eigenen Umgang mit Selbstbedürfnissen	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen
1	Ich ziehe mich in mich zurück	( )
2	Ich mache einfach, was ich will und brauche	( )
3	Ich sage klipp und klar, was ich will und was ich nicht will	( )
4	Ich suche mir einen anderen Menschen, der mir mein Bedürfnis bereitwilliger zugesteht	( )
5	Ich bespreche mein Bedürfnis mit dem anderen und wir versuchen eine Lösung zu finden, die für beide o.k. ist	( )
6	Ich lasse mir das nicht anmerken	( )
7	Ich vergesse einfach mein Bedürfnis, spüre es nicht mehr	( )

8	Mein typischster Umgang mit meinen Selbstbedürfnissen ist: ..... (Nr. )
9	Mein zweittypischster Umgang mit meinen Selbstbedürfnissen ist: ..... (Nr. )

### 3b. So reagierten wichtige Bezugspersonen

Wie reagierten Ihre wichtigen Bezugspersonen auf Ihren Umgang mit Ihrem Selbstbedürfnis?

Bitte tragen Sie hinter jedem Satz die zutreffende Zahl ein.

Skalierung: 0= nicht 1 = etwas 2 = mittel 3 = sehr

Nr.	Fragen zu Reaktionen anderer auf meinen Umgang mit meinen Selbstbedürfnissen	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen
1	Er/sie zeigt Verständnis für mich	( )
2	Er/sie geht bereitwillig auf mein Anliegen ein, lässt mich	( )
3	Er/sie versteht nicht, was ich brauche	( )
4	Er/sie lehnt ab, weist mich ab	( )
5	Er/sie rivalisiert, will es auch, will mehr als ich	( )
6	Er/sie will was dafür haben, wenn er/sie es mir lässt bzw. gibt	( )
7	Er/sie reagiert überhaupt nicht, egal was ich tue oder sage	( )
8	Die typischste Art wichtiger Bezugspersonen, auf meinen Umgang mit meinen Selbstbedürfnissen zu reagieren, ist: .....	(Nr. )
9	Die zweittypischste Reaktion wichtiger Bezugspersonen auf meinen Umgang mit meinen Selbstbedürfnissen ist: .....	(Nr. )



### 3c. Selbstbedürfnisse als Therapieziel?

Hier wird festgelegt, ob das Thema Selbstbedürfnisse ein wichtiges Therapieziel ist.

Dysfunktionalität liegt vor, wenn ich mir oder meinen Beziehungen dadurch schade. Skalierung:

0= keine Dysfunktionalität 1 = leichte Dysfunktionalität 2 = mittlere Dysfunktionalität 3 = große Dysfunktionalität

1. Selbst-  
bedürfnis ist: .....

2. Selbst-  
bedürfnis ist: .....

Nr.	Fragen zur Dysfunktionalität und Änderungsbedürftigkeit bei Selbstbedürfnissen	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen	wenn ja inwiefern?
1	Ist Art und Ausmaß des 1. Bedürfnisses bereits dysfunktional?	( )	.....
2	Ist die Art des Umgangs mit dem 1. Bedürfnis dysfunktional?	( )	.....
3	Ist die Reaktion der Umwelt auf das 1. Bedürfnis dysfunktional?	( )	.....
4	Ist Art und Ausmaß des 2. Bedürfnisses bereits dysfunktional?	( )	.....
5	Ist die Art des Umgangs mit dem 2. Bedürfnis dysfunktional?	( )	.....
6	Ist die Reaktion der Umwelt auf das 2. Bedürfnis dysfunktional?	( )	.....

7	<p>Sind die Selbstbedürfnisse, der Umgang mit ihnen oder die Reaktionen anderer ein wichtiges Therapieziel? Bitte zutreffende Zahl eintragen:</p> <p>0 = Therapieziel geringer Priorität (kann als Ziel aufgenommen werden)</p> <p>1 = Therapieziel mittlerer Priorität (sollte als Ziel aufgenommen werden)</p> <p>2 = Therapieziel hoher Priorität (muss eines von 5 Hauptzielen sein)</p> <p>3 = Therapieziel höchster Priorität (muss 1. oder 2. Hauptziel werden)</p>	( )
---	--	-----

#### 4. Homöostasebedürfnisse

##### 4a So ging ich bisher mit meinem Homöostasebedürfnis um

Bitte tragen Sie hinter jedem Satz die zutreffende Zahl ein

Skalierung: Skalierung: 0= nicht 1 = etwas 2 = mittel 3 = sehr

1. Homöostase-  
bedürfnis ist:

.....

2. Homöostase-  
bedürfnis ist:

.....

Nr.	Fragen zum eigenen Umgang mit Homöostasebedürfnissen	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen
1	Ich kann mich rasch anvertrauen und gute Beziehungen eingehen	( )
2	Ich bin sehr vorsichtig bin der Auswahl meiner engen Bezugspersonen	( )
3	Außerhalb meiner vertrauten Umgebung fühle ich mich eher unwohl und bin froh wieder zuhause zu sein	( )
4	Ich gehe Auseinandersetzungen aus dem Weg, dann muß ich mich nicht ärgern	( )
5	Ich bespreche mein Bedürfnis mit anderen und wir versuchen eine Lösung zu finden, die für beide o.k. ist	( )
6	Ich achte darauf, dass ich nichts tue, was mir ein schlechtes Gewissen macht	( )
7	Ich lasse mir nichts anmerken, was ich brauche, bleibe eher für mich	( )
8	Ich brauche und fürchte so wenig von anderen, dass ich frei im Umgang mit ihnen bin	( )

9	Mein typischster Umgang mit meinen Homöostasebedürfnissen ist: .....	(Nr. )
10	Mein zweittypischster Umgang mit meinen Homöostasebedürfnissen ist: .....	(Nr. )

#### 4b. So reagierten wichtige Bezugspersonen

Wie reagierten Ihre wichtigen Bezugspersonen auf Ihren Umgang mit Ihrem Homöostasebedürfnis?

Bitte tragen Sie hinter jedem Satz die zutreffende Zahl ein.

Skalierung: 0= nicht 1 = etwas 2 = mittel 3 = sehr

1. Homöostase-  
bedürfnis ist:

.....

2. Homöostase-  
bedürfnis ist:

.....

Nr.	Fragen zu Reaktionen anderer auf meinen Umgang mit meinen Homöostasebedürfnissen	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen
1	Er/sie zeigt Verständnis für mich	( )
2	Er/sie geht bereitwillig auf mein Anliegen ein, lässt mich	( )
3	Er/sie versteht nicht, was ich brauche	( )
4	Er/sie lehnt ab, weist mich ab	( )
5	Er/sie rivalisiert, will es auch, will mehr als ich	( )
6	Er/sie will was dafür haben, wenn er/sie es mir lässt bzw. gibt	( )
7	Er/sie reagiert überhaupt nicht, egal was ich tue oder sage	( )

8	Die typischste Art wichtiger Bezugspersonen, auf meinen Umgang mit meinen Homöostasebedürfnissen zu reagieren, ist: .....	(Nr. )
9	Die zweittypischste Reaktion wichtiger Bezugspersonen auf meinen Umgang mit meinen Homöostasebedürfnissen ist: .....	(Nr. )

#### 4c. Homöostasebedürfnisse als Therapieziel?

Hier wird festgelegt, ob das Thema Homöostasebedürfnisse ein wichtiges Therapieziel ist.

Dysfunktionalität liegt vor, wenn ich mir oder meinen Beziehungen dadurch schade. Skalierung:

0= keine Dysfunktionalität 1 = leichte Dysfunktionalität 2 = mittlere Dysfunktionalität 3 = große

Dysfunktionalität

1.

Homöostase-

bedürfnis ist: .....

2.

Homöostase-

bedürfnis ist: .....

Nr.	Fragen zur Dysfunktionalität und Änderungsbedürftigkeit bei Homöostasebedürfnissen	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen	wenn ja inwiefern?
1	Ist Art und Ausmaß des 1. Bedürfnisses bereits dysfunktional?	( )	.....
2	Ist die Art des Umgangs mit dem 1. Bedürfnis dysfunktional?	( )	.....
3	Ist die Reaktion der Umwelt auf das 1. Bedürfnis dysfunktional?	( )	.....
4	Ist Art und Ausmaß des 2. Bedürfnisses bereits dysfunktional?	( )	.....
5	Ist die Art des Umgangs mit dem 2. Bedürfnis dysfunktional?	( )	.....
6	Ist die Reaktion der Umwelt auf das 2. Bedürfnis dysfunktional?	( )	.....

7	<p>Sind die Homöostasebedürfnisse, der Umgang mit ihnen oder die Reaktionen anderer ein wichtiges Therapieziel? Bitte zutreffende Zahl eintragen:</p> <p>0 = Therapieziel geringer Priorität (kann als Ziel aufgenommen werden)</p> <p>1 = Therapieziel mittlerer Priorität (sollte als Ziel aufgenommen werden)</p> <p>2 = Therapieziel hoher Priorität (muss eines von 5 Hauptzielen sein)</p> <p>3 = Therapieziel höchster Priorität (muss 1. oder 2. Hauptziel werden)</p>	( )
---	--	-----

Der Mensch wird im Wesentlichen durch seine Bedürfnisse gesteuert (Grawe 1998). Das darf auch die Verhaltenstherapie nicht übersehen (Sulz 2009, 2011). Schwierige Kindheitsbedingungen führen dazu, dass uns auch im Erwachsenenleben bestimmte Bedürfnisse übermäßig wichtig bleiben und wir andere zu sehr vernachlässigen. Dies führt zu pathogener Beziehungsgestaltung und zur Symptombildung. Deshalb ist das Bedürfnis-Thema mit das zentralste der Psychotherapie.

#### Literatur:

Grawe K. (1998): *Psychologische Therapie*. Göttingen: Hogrefe

Sulz S. (2009): *Als Sisyphus seinen Stein verlor. Oder: Verlieben ist verrückt*. München: CIP-Medien

*Sulz S. (2011): Das Therapiebuch II: Strategische Kurzzeittherapie. e-book. München: CIP-Medien*