

## VDS28 Auswertung des Angstfragebogens

Name des Patienten:

Vorname:

Datum:

### 1. Zentrale Angstinhalte

Es gibt 7 Angstgruppen

Jede Frage kann mit 0 bis 3 angekreuzt werden

Addieren Sie die Werte aller Aussagen einer Angstgruppe

Tragen Sie die Summe in die Auswertungstabelle ein

Teilen Sie diesen Wert durch die Zahl der Aussagen je Gruppe (steht in der nächsten Spalte)

Angst	Einzelwerte	Summe	Items	Summe/Items	Max. Ausprägung
Vernichtungsangst			3		3
Trennungsangst			4		3
Angst, die Kontrolle über andere zu verlieren			3		3
Angst, die Kontrolle über sich selbst zu verlieren			4		3
Angst vor Verlust der Zuneigung, Liebe			4		3
Angst vor Gegenaggression			3		3
Angst vor Hingabe			3		3
Angst gesamt		Summe der Summen=	24		24*3=72

Angst insgesamt = (Summe der Summen / 72 ) \* 100 = A %

Sie können die Werte in folgendes Diagramm eintragen und erhalten das Angstprofil des Klienten/Patienten

### Angstprofil:

Angst	Angstprofil
Vernichtungsangst	0-----1-----2-----3
Trennungsangst	0-----1-----2-----3
Angst, die Kontrolle über andere zu verlieren	0-----1-----2-----3
Angst, die Kontrolle über sich selbst zu verlieren	0-----1-----2-----3
Angst vor Verlust der Zuneigung, Liebe	0-----1-----2-----3
Angst vor Gegenaggression	0-----1-----2-----3
Angst vor Hingabe	0-----1-----2-----3
Angst gesamt	0-----1-----2-----3

## 2. So ging ich bisher mit meiner Angst 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 der Angst	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen
1	Ich kann nichts gegen meine Angst tun, spüre sie lähmend	( )
2	Ich rufe meine Bezugsperson/Eltern zu Hilfe und sage, dass ich Angst habe	( )
3	Ich flüchte, lauf schnell zu meiner Bezugsperson/Eltern	( )
4	Ich passe vorsorglich gut auf, dass keine Situation kommt, in der ich diese Angst habe	( )
5	Ich Sorge dafür, dass ich immer mit Menschen zusammen bin, so dass die Angst nicht kommt	( )
6	Ich halte mich an Regeln und achte darauf, dass andere dies auch tun, damit nichts passiert, was mir Angst macht	( )
7	Ich lenke mich ab, sage mir, dass keine Gefahr besteht	( )
8	Ich lasse mir nichts anmerken, reagiere eher ärgerlich oder wie einer, der keine Angst hat	( )

9	Mein typischster Umgang mit meiner zentralen Angst ist: ( )  ..... (Nr. )
10	Mein zweittypischster Umgang mit meiner zentralen Angst ist: ( )  ..... (Nr. )

### 3. So reagierten wichtige Bezugspersonen

Wie reagierten Ihre wichtigen Bezugspersonen auf Ihren Umgang mit Ihrer Angst.

Bitte tragen Sie beim jeweils zutreffenden Satz (Nr.1 bis Nr. 8) das Zutreffende ein.

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

Nr.	Fragen zu Reaktionen anderer auf meinen Umgang mit meiner Angst	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen
1	Er/sie merkt gar nicht, dass ich Angst habe	( )
2	Er/sie sagt, es gäbe doch keinen Grund zur Angst	( )
3	Er/sie sagt, ich soll mich nicht so anstellen, soll mich zusammenreißen	( )
4	Er/sie zeigt Verständnis für meine Angst	( )
5	Er/sie gibt mir Schutz bzw. Sicherheit, beruhigt mich	( )
6	Er/sie bekommt auch Angst	( )
7	Er/sie sagt Dinge, die mir noch mehr Angst machen (was alles passieren könnte)	( )
8	Er/sie wird ärgerlich oder wütend	( )

9	Die typischste Art wichtiger Bezugsperson, auf meinen Umgang mit meiner Angst zu reagieren, ist:  .....	(Nr. )
10	Die zweittypischste Reaktion wichtiger Bezugsperson auf meinen Umgang mit meiner Angst ist:  .....	(Nr. )

#### 4. Angst als Therapieziel?

Hier wird festgelegt, ob das Thema zentrale Angst 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	Bitte Zahl von 0 bis 3 eintragen	wenn ja inwiefern?
1	Ist die 1. Angst dysfunktional? wenn ja, inwiefern?	( )	.....
2	Ist der Umgang mit der 1. Angst dysfunktional? Wenn ja, inwiefern?	( )	.....
3	Ist die Reaktion anderer auf die Art des Umgangs mit der 1. Angst dysfunktional? Wenn ja, inwiefern?	( )	.....
4	Ist die 2. Angst dysfunktional? Wenn ja, inwiefern?	( )	.....
5	Ist der Umgang mit der 2. Angst dysfunktional? Wenn ja, inwiefern?	( )	.....
6	Ist die Reaktion anderer dysfunktional? Wenn ja, inwiefern?	( )	.....

7	<p>Sind die zentralen Ängste, der Umgang mit ihnen oder die Reaktionen anderer ein <b>wichtiges Therapieziel</b>? ( )</p> <p>Bitte Zutreffendes ankreuzen:</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>	( )
---	---	-----

Die obigen Angstsinhalte bestimmen die Beziehungsgestaltung eines Menschen in großem Ausmaß, ohne dass er sich dessen bewusst ist. Es lohnt sich, sie zum Thema der Therapie zu machen und sie auch bezüglich der therapeutischen Beziehung zu thematisieren. Ihre Reihenfolge entspricht ihrer Dominanz in der kindlichen Entwicklung. Im ersten Jahr herrscht Vernichtungsangst vor (Sein versus Nicht-Sein), im zweiten Jahr Trennungsangst (Zeit des Aufbaus und der Festigung der Bindungen), im dritten Jahr die Kontrollverlustangst (die gerade gewonnene Steuerungsfähigkeit wieder zu verlieren) und im vierten Jahr die Liebesverlustangst (wenn Beziehungen durch Liebe definiert wird). Hierzu gehören auch die Angst vor Gegenaggression und die Angst vor Hingabe.

Es ist offensichtlich, dass diese Taxonomie der Beziehungsängste, wie sie z. B. in Sulz (2011) definiert wird, z. B. den ichpsychologischen Ausführungen von Blanck und Blanck (1989) entspricht.

#### Literatur:

Blanck R, Blanck G: *Jenseits der Ich-Psychologie*. Stuttgart: Klett-Cotta, 1989

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