



Therapiebilanz (KZT)

- *Was genau war Ihr Problem, als Sie kamen?*
- *Was haben Sie/Wir inzwischen zur Lösung dieses Problems unternehmen können?*
- *Was waren bisher für Sie wichtige, berührende Erkenntnisse, Erfahrungen und Veränderungen?*
- *Was ist jetzt schon anders als zu Therapiebeginn?*
- *Wie zufrieden sind Sie mit ihren Ergebnissen?*
- *Welche Hindernisse für Ihren Fortschritt in der Therapie haben Sie feststellen können?*
- *Was von den therapeutischen Übungen und Angeboten hat in der Vergangenheit besonders gut funktioniert?*
- *Was sollte im weiteren Verlauf der Therapie besonders betont werden?*

Therapiebilanz (LZT/Therapieende)

- ✓ *Was war mein Problem?*
- ✓ *Was waren seine Ursachen?*
- ✓ *Wie genau habe ich mein Problem/seine Ursachen aufheben können?*
- ✓ *Was habe ich alles in der Therapie erreicht?*
- ✓ *Was habe ich nicht erreicht? Warum? Wie kann ich damit umgehen?*



- ✓ *Was muss ich tun, damit meine therapeutischen Erfolge stabil bleiben?*

- ✓ *Was müsste ich tun, damit es wieder so richtig schlimm wird?*

- ✓ *Woran würde ich merken, dass es wieder schlimmer wird (Frühwarnsymptome)?*

- ✓ *Was würde ich dann tun?*

- ✓ *Welche Lebensbelastungen sind in den nächsten 5-10 Jahren absehbar? Wie kann ich diese bewältigen?*