

Leitlinie für das therapeutische Erstinterview

1. **Begrüßung und Klärung des Kontextes / Schweigepflicht, Kosten etc.**
2. **Erfragen der aktuellen Problemlage**
 - Wie sieht es heute aus und was belastet Sie am meisten?
 - Wie ist es dazu gekommen, was sind die wichtigsten ‚Ursachen‘?
 - Was macht Ihnen in Bezug auf die Zukunft Sorgen?
3. **Erfragen der Lebensumwelt**
 - Welche Personen können Sie in der aktuellen Situation unterstützen?
 - Wie gut sind Sie in ein soziales Netz eingebunden?
 - Wo können Sie sich am besten erholen?
 - Was würden Sie sich wünschen was Ihnen in der jetzigen Lebenssituation helfen könnte?
4. **Lösungsversuche**
 - Was haben sie bereits versucht zu ändern und was hat sich bewährt?
 - Welche Hilfen wurden Ihnen bereits angeboten und wie war das für Sie?
5. **Gefühlswelt**
 - Was macht Ihnen Angst und weshalb?
 - Haben Sie Schuldgefühle oder das Gefühl versagt zu haben?
6. **Positive Entwicklung**
 - Woran würden Sie merken, dass es wieder besser wird und Sie sich wohler fühlen?
 - Sind Sie bereits ein ‚Freudentagebuch‘ zu führen? (Täglich 5 positive Erlebnisse festhalten).