

Materialien aus Lindenmeyer, Ambulante Psychotherapie bei Alkoholproblemen

AB 22 Arbeitsblatt

Bewältigungsvorstellung

Seite 1

1) Versuchungssituation:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2) Bewältigung:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Einschätzung der Übungssituation auf einer Skala von 1 bis 6											
Einschätzung „1“ bedeutet: Ich kann mir die Übungssituation überhaupt nicht klar und deutlich vorstellen.	6										
	5										
	4										
	3										
	2										
	1										
„6“ bedeutet: Ich kann mir die Übungssituation klar und deutlich vorstellen.											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Zahl der Übungsdurchgänge											

■ **Abb. 6.46** Arbeitsblatt AB 22: Bewältigungsvorstellung