

## Verhaltensanalyse

In Verhaltensanalysen sind Sie verpflichtend aufgefordert, Ihre problematischen Verhaltensweisen schriftlich zu analysieren und Lösungsmöglichkeiten zu erarbeiten.

### **Verhaltensanalysen sind zu erstellen bei folgenden Vorkommnissen:**

- Absichtlich beigebrachte Selbstverletzungen
- Parasuizidale Handlungen
- Verhaltensweisen, die die Arbeitsfähigkeit beeinträchtigen
- Inadäquater Alkoholkonsum
- Konsum illegaler Drogen
- Praktizierte Essstörungen
- Impulsives Verhalten („Ausflippen“)
- Vermeidungsverhalten in problematischen Situationen (z.B. Weglaufen)
- Aggressives Verhalten (z.B. körperliche Gewalt, Beleidigungen, Drohungen, Sachbeschädigungen)
- Andere Verhaltensweisen, die die Teilnahme am Therapieprogramm beeinträchtigen

### **Wenn Sie eine Verhaltensanalyse erstellen, machen Sie sich schriftlich zu folgenden Punkten Gedanken:**

- **Problemverhalten:**  
Welches Problemverhalten ist aufgetreten?
- **Vorausgehende Bedingungen:**  
Welches Ereignis ging dem Problemverhalten voraus? Was löste dieses Ereignis in Ihnen aus?
- **Anfälligkeitsfaktoren:**  
Gab es Stressfaktoren im Vorfeld, die Sie anfälliger für das Problemverhalten machen?
- **Konsequenzen:**  
Welche Folgen hatte Ihr Verhalten für Sie und für andere?
- **Lösungsanalyse:**  
Wo hätten Sie anderes handeln können, um das Problemverhalten zu umgehen?
- **Präventionsstrategien:**  
Wie können Sie Ihre Anfälligkeit für das Problemverhalten in Zukunft verringern?
- **Wiedergutmachung:**  
Wie können Sie die negativen Folgen Ihres Problemverhalten nachträglich mindern?