

Auswertung Bielefelder Fragebogen zu Klientenerwartungen (BFKE)

09.03.2022

Akzeptanzprobleme	1,9
Öffnungsbereitschaft	2,0
Zuwendungsbedürfnis	1,8

Cluster	Distanz	
1	2,8	vermeidend-verschlossen
2	4,9	vermeidend-kooperativ
3	4,9	sicher
4	2,1	ambivalent-anklammernd
5	1,1	ambivalent-verschlossen

Jede Patientin bzw. jeder Patient, die/der eine Psychotherapie beginnt, macht sich Gedanken darüber, wie das wohl sein wird. In diesem Fragebogen werden Sie nach ihren Erwartungen gefragt, die Sie bezüglich Ihres Therapeuten bzw. Ihrer Therapeutin haben: Was Sie sich von ihm/ihr wünschen oder aber befürchten, mit welchen Reaktionen Sie auch bei sich selbst rechnen usw.

Sie finden unten eine Reihe von Gedanken, die Ihnen in diesem Zusammenhang durch den Kopf gehen könnten. Bitte lesen Sie diese der Reihe nach durch und beurteilen Sie jeweils, inwieweit diese Gedanken auch für Sie zutreffen, ob sie Ihnen vertraut oder fremd vorkommen. Je nachdem, in welchem Maße dies der Fall ist, kreuzen Sie bitte eine der vorgegebenen Antwortmöglichkeiten an. Die Antwortmöglichkeiten sind:

- trifft überhaupt nicht zu
- trifft kaum zu
- trifft etwas zu
- trifft überwiegend zu
- trifft genau zu

Bitte lassen Sie keine dieser Fragen aus und entscheiden Sie sich immer nur für eine der vorgegebenen Antwortmöglichkeiten. Denken Sie auch nicht zu lange nach, sondern versuchen Sie, möglichst spontan zu reagieren.

Ich denke öfters darüber nach, ob mir die Therapie etwas nützen wird.	trifft überhaupt nicht zu
Ich werde mit meinem Therapeuten/meiner Therapeutin recht leicht über all das sprechen können, was in meinem Inneren vorgeht.	trifft kaum zu
Ich könnte mir denken, daß es meinem Therapeuten/meiner Therapeutin zu viel werden könnte, mich und meine Probleme zu ertragen.	trifft überwiegend zu
Mich würde es stören, wenn mein Therapeut/meine Therapeutin mich allzu sehr auf meine Gefühle ansprechen sollte.	trifft etwas zu
Ich werde mich meinem Therapeuten/meiner Therapeutin gegenüber leicht öffnen können.	trifft überwiegend zu
Wenn ich mich über meinen Therapeuten/meine Therapeutin ärgern sollte, werde ich mich hüten, es ihm/ihr zu zeigen.	trifft kaum zu

Es wird mir gegenüber meinem Therapeuten/meiner Therapeutin ziemlich leicht fallen, über meine Gefühle zu sprechen.	trifft genau zu
Wenn sich mein Therapeut/meine Therapeutin einmal nicht genug um mich kümmern sollte, würde mich das schon sehr entmutigen.	trifft kaum zu
Ich befürchte, daß mein Therapeut/meine Therapeutin auf Distanz zu mir gehen könnte, wenn er/sie wüßte, was wirklich in mir vorgeht.	trifft kaum zu
Vor allem wenn es mir schlecht gehen sollte, werde ich besonders darauf angewiesen sein, daß mein Therapeut/meine Therapeutin sich mir besonders zuwendet und auf mich eingeht.	trifft kaum zu
Wenn mich mein Therapeut/meine Therapeutin auf meine Gefühle ansprechen sollte, wird mir das ziemlich merkwürdig vorkommen.	trifft überhaupt nicht zu
Ich fürchte, mein Therapeut/meine Therapeutin wird sich weniger um mich persönlich kümmern, als ich das eigentlich bräuchte.	trifft überhaupt nicht zu
Mein Therapeut/meine Therapeutin wird wahrscheinlich gut darauf eingehen können, was in mir vorgeht.	trifft genau zu
Ich bin ziemlich sicher: zu meinem Therapeuten/meiner Therapeutin werde ich ein gutes Vertrauensverhältnis haben.	trifft kaum zu
Ich werde von meinem Therapeuten/meiner Therapeutin mehr Zuwendung wünschen, als ich das nach außen zeigen möchte.	trifft etwas zu
Ich kann mir vorstellen, daß es mir am Ende der Therapie schwer fallen wird, mich von meinem Therapeuten/meiner Therapeutin zu trennen.	trifft überwiegend zu
Wenn mein Therapeut/meine Therapeutin zu mir freundlich sein wird, könnten bei mir schon einmal Zweifel aufkommen, ob er/sie das auch wirklich so meint.	trifft genau zu
Ehrlich gesagt: am liebsten wäre es mir, wenn sich mein Therapeut/meine Therapeutin möglichst viel Zeit nur für mich nehmen und sich fast ausschließlich um mich kümmern könnte.	trifft kaum zu
Mich könnte Kummer so sehr lähmen, daß mein Therapeut/meine Therapeutin dann auf mich zugehen und mir weiterhelfen müßte.	trifft überhaupt nicht zu
Mir könnte schon einmal der Gedanke kommen, daß mich mein Therapeut/meine Therapeutin am liebsten los sein möchte.	trifft überhaupt nicht zu
Ein eher etwas distanzierteres Verhältnis zu meinem Therapeuten/meiner Therapeutin wäre mir letztlich angenehmer.	trifft etwas zu
Ehrlich gesagt: ich wünsche mir, daß mein Therapeut/meine Therapeutin auch außerhalb der Therapiesitzungen möglichst viel für mich da sein könnte.	trifft überwiegend zu
Mir wird es wahrscheinlich nicht leicht fallen, mit meinem Therapeuten/meiner Therapeutin "warm" zu werden.	trifft genau zu
Ich könnte schon auf den Gedanken kommen, daß mein Therapeut/meine Therapeutin mich in dem Maße mag, in dem ich in der Therapie Fortschritte mache.	trifft etwas zu
So, wie ich mich kenne, werde ich meinem Therapeuten/meiner Therapeutin gegenüber eher zurückhaltend sein mit dem, was ich von mir zeige.	trifft überwiegend zu
Ich fürchte, daß sich mein Therapeut/meine Therapeutin von mir zurückzieht, wenn ich auf ihn/sie ärgerlich sein sollte.	trifft etwas zu
Mir graut es heute schon vor dem Abschied am Ende der Therapie und all der Sentimentalität dabei.	trifft etwas zu

Ich muß aufpassen, daß ich meinen Therapeuten/meine Therapeutin mit meinen großen Wünschen nach Zuwendung nicht irritiere.	trifft überwiegend zu
Ich könnte mir schon vorstellen, daß ich in der Beziehung zu meinem Therapeuten/meiner Therapeutin ein Wechselbad der Gefühle erleben werde.	trifft etwas zu
Ich könnte mir vorstellen, daß ich meinem Therapeuten/meiner Therapeutin mehr Zuneigung entgegenbringen werde als er/sie mir.	trifft genau zu
Es könnte passieren, daß ich mit meinen Gefühlen mehr an meinem Therapeuten/meiner Therapeutin hängen werde, als mir das selber recht sein wird.	trifft überwiegend zu
Es fällt mir relativ leicht, über mich und mein Erleben zu sprechen, und so wird es auch meinem Therapeuten/meiner Therapeutin gegenüber sein.	trifft überhaupt nicht zu
So, wie ich mich einschätze, kann ich mir kaum vorstellen, daß mich mein Therapeut/meine Therapeutin akzeptieren kann.	trifft kaum zu