



## Ambulanz für Angsterkrankungen

Leitung: Prof. Dr. med. A. Erhardt

Terminvereinbarung

## Verhaltenstherapeutisches Kurzinterventionsprogramm für Blut-Spritzen-Verletzungsphobie (BSV)

Thema	Sitzung	Inhalt
Psycho- edukation	1	Überblick über die Behandlung
		Information über BSV
		Was ist Angst? Was ist Ekel?
		Information über Ohnmacht
	2	Einführung in das Entstehungsmodell der BSV
		Einführung in den Teufelskreis der Angst
		Entstehungsmodell und Verhaltensanalyse, Angewandte Anspannung
		Entwicklung eines individuellen Entstehungsmodells
		Zielformulierung
		Sammlung der individuellen körperlichen Vorboten der Ohnmacht
In-vivo Exposition	3	Individuelle Hierarchie der Angst-/Ekelreaktion hinsichtlich gefürchteter Situationen
		Erlernen der Technik der angewandten Anspannung
		Durchführung der 1. In-vivo Exposition: Fotos
		Durchführung der 2. In-vivo Exposition: Videos
		Aufbau unterstützender Selbstverbalisation zur Vorbereitung auf gefürchtete Situationen
		Aufbau unterstützender Selbstverbalisation zur Bewältigung gefürchteter Situationen
	4	Vorbereitung auf gefürchtete Situationen
		Bewältigung gefürchteter Situationen
		Durchführung der 1. In-vivo Exposition: Fotos
		Durchführung der 2. In-vivo Exposition: Videos
5	Durchführung der 3. In-vivo Exposition: Fingerstich	
	Durchführung der 4. In-vivo Exposition: OP-Videos	
	Durchführung der 5. In-vivo Exposition: Zuschauen bei Blutentnahme	
	Imaginationsübungen	
In vivo- Exposition, Rückfallpro- phylaxe	5	Durchführung der In-vivo Exposition: Blutentnahme
		Wiederholung
		Vereinbarung/Empfehlung weiterer Übungen
		Einschätzung der bisherigen Lernerfahrung
Nachsorge	6	Besprechung der selbst geleiteten Übungen
		Besprechung möglicher Rückfälle

Schniele und Leutgeb, 2012

