

TAGEBUCHKARTE

Name:

Was ist passiert?

Angenehme Ereignisse

Unangenehme Ereignisse

Woche vom

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

bis

Medikation:

Angenehmstes Ereignis:

Unangenehmstes Ereignis:

Befinden	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Vertrauen in die Therapie? (von 0 = gar nicht bis 5 = sehr stark)							
Selbstmitgefühl? (von 0 = gar nicht bis 5 = sehr hoch)							
Not, Elend? (von 0 = gar nicht bis 5 = sehr hoch)							
Erholsamer Schlaf? (von 0 = gar nicht bis 5 = ausgezeichnet)							
Dissoziative Symptome? (von 0 = keine bis 5 = sehr stark)							
Traumabezogene Intrusionen? (Anzahl (pro Tag)							
Intrusionen – Belastung? (von 0 = gar nicht bis 5 = sehr stark)							
Suizidgedanken? (von 0 = keine bis 5 = außer Kontrolle)							
Neue Wege	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Daran gedacht? (ja/nein) Ausprobiert? (von 0 = gar nicht bis 5 = häufig)							
Sportliche Betätigung? (von 0 = gar nicht bis 5 = häufig)							
Ausreichend Flüssigkeit getrunken? (Angabe in Litern)							
Angenehme Aktivitäten? (von 0 = keine bis 5 = viele)							
Therapie-Aufgaben erledigt? (ja/nein)							
Problemverhalten	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Problemverhalten I:							
Drang? (von 0 = gar nicht bis 5 = sehr stark) Handlung? (ja/nein)							
Problemverhalten II:							
Drang? (von 0 = gar nicht bis 5 = sehr stark) Handlung? (ja/nein)							
SEN Netzwerke	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
Häufigkeit? (von 0 = gar nicht bis 5 = häufig)							
Intensität? (von 0 = mild bis 5 = sehr intensiv)							