Name: Datum: Kurs:
VPN-Nr.

Protokoll des Rollenspiels zu Selbstaufmerksamkeit/Sicherheitsverhalten

Mein erstes Videofeedback

Schön, dass Sie Ihr erstes Videofeedback geschafft haben!

Bitte sehen Sie sich zu Hause noch einmal die Aufzeichnungen der Rollenspiele an, in welchen Sie Ihre Selbstaufmerksamkeit und Ihr Sicherheitsverhalten verändert haben.

Bitte rekapitulieren Sie auch, wie Sie sich selbst in der Situation und als objektiver Beobachter eingeschätzt haben. Nehmen Sie hierzu die Kriterien, die Sie mit Ihrem Therapeuten/Ihrer Therapeutin angefertigt haben, zu Hilfe.

1. Welche Schlussfolgerungen ziehen Sie aus dem Experiment?
2. Was sagen Ihnen die Erfahrungen über Ihr Sicherheitsverhalten und Ihre Selbstaufmerksamkeit?