

# Online-Material 6

Tabelle 7-2: Wohlbefinden-Tagebuch

<b>Situation</b> (in der Wohlbefinden auftritt)	<b>Wohlbefinden (0–100)*</b> (die Charakteristika und Intensitäten)	<b>Störende Gedanken oder Verhaltensweisen</b> (die zur Beendigung führen)	<b>Perspektive des Beobachters</b> (welche Gedanken eine andere Person in dieser Situation haben könnte)

\* 0 bedeutet die vollständige Abwesenheit von Wohlbefinden, während 100 auf die intensivste Form des Wohlbefindens hinweist, die ein Patient erleben kann.