

STEPPS-Reflektionsbogen

1. Wie viele Gruppensitzungen gab es und bei wie vielen war ich anwesend?
Aus welchem Grund konnte ich an manchen Sitzungen nicht teilnehmen?

.....

.....

2. Wie lange dauerte eine Sitzung und habe ich die Gruppensitzungsdauer als angemessen,
zu kurz, oder zu lang empfunden?

.....

.....

3. Wie habe ich die Zusammensetzung der Gruppe empfunden?

.....

.....

4. Wie hat sich das Verständnis mit Blick auf meine psychische Erkrankung verändert,
im Vergleich zu dem Zeitpunkt, bevor die Gruppe anfang?

.....

.....

5. Wie haben mir die Arbeitsblätter geholfen?

Gefühlskalender:

.....

BEST Bogen:

.....

Fertigkeitendokumentation:

.....

Arbeitsblätter zu bestimmten Themen:

.....
6. Wie hat mir der Austausch mit der Gruppe geholfen? Wie wichtig war die soziale Unterstützung?

.....
.....

7. Wie hat die inhaltliche Auseinandersetzung geholfen?

.....
.....

8. Konnte ich meine Erfahrungen mit STEPPS offen mit anderen Fachpersonen teilen?

.....
.....

9. Habe ich ein Helfer*innenteam gefunden?

JA:

Wie hilfreich waren die Rückmeldungen des Helfer*innenteams? Hat sich der Kontakt zum Helfer*innenteam im Verlauf des Programms verändert?

.....
.....

NEIN:

Hat das Helfer*innenteam gefehlt? Welche Strategien gab es um das zu kompensieren?

.....
.....

10. Welche Rückmeldungen habe ich von meinem Umfeld bezüglich meines Umgangs mit meiner Erkrankung und deren Folgen im Vergleich zu vor dem Training bekommen (Veränderungen, Ressourcen etc.)?

.....
.....

11. Wie hat sich mein Verhalten im Alltag durch das Programm verändert?

.....

.....

12. Was war insgesamt in diesem Programm für mich besonders hilfreich?

.....

.....

Fragen zur Struktur:

Gibt es irgendetwas, was wir machen können, um das Programm zu verbessern?

.....

.....

Was könnten wir am Programm ergänzen, verändern oder weglassen?

.....

.....