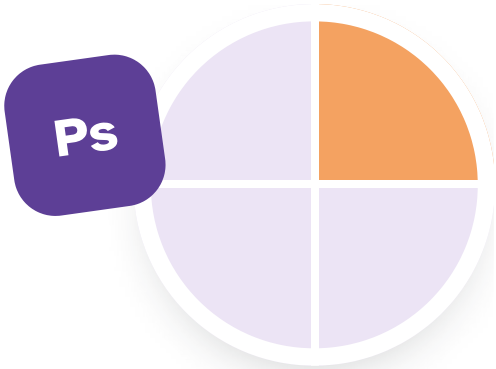
DYS+ Campus



Übungsheft · Psychologie · Klasse 13

Therapien vergleichen und beurteilen

Erklärungen, 30 Aufgaben in drei Stufen und alle Lösungen, viele mit Begründung.

Name _____ **Datum** _____

Das lernst du

- Ich kann vier Verfahren kriteriengeleitet vergleichen.
- Ich kann Möglichkeiten und Grenzen an einem Fall erörtern.
- Ich kann Wirksamkeitsaussagen und ethische Regeln einordnen.

So arbeitest du mit dem Heft

●○○ **Basis** zum Einstieg

●●○ **Standard** zum Üben

●●● **Plus** zum Weiterdenken

Du musst nicht alles machen. Fang bei Basis an. Die Lösungen stehen hinten im Heft.

Noch unsicher?

Scanne den Code. Dort wird das Thema Schritt für Schritt erklärt.

dysplus.de/lernen/gymnasium/klasse-13/psychologie/psy-therapien-vergleichen-beurteilen/vier-verfahren-im-vergleich

Kurz erklärt

Erörterungsraster

Kriterium	Frage
Passung	Passt die Maßnahme zur Erklärung?
Voraussetzungen	Was braucht die Person?
Risiken	Welche Belastungen?
Belege	Was sagt die Forschung?

Ethik

Regel	Inhalt
Schweigepflicht	nichts weitergeben
Freiwilligkeit	Einwilligung, Abbruch möglich
Aufklärung	Vorgehen, Risiken, Alternativen
Abstinenz	keine private Beziehung

Studientypen

Typ	Merkmal
RCT	zufällige Zuteilung
Metaanalyse	fasst Studien zusammen
naturalistisch	nah am Alltag

Eine Maßnahme erörtern

1. Maßnahme beschreiben.
2. Möglichkeiten und Grenzen nennen.
3. Mit dem Raster prüfen.
4. Vorsichtig urteilen.

Merksatz: Erörtern = Möglichkeiten und Grenzen abwägen. Wirksamkeit = Studien und gemeinsame Wirkfaktoren. Ethik = Schweigepflicht, Freiwilligkeit, Aufklärung, Abstinenz.

Typischer Fehler: Man nennt nur Vorteile. Eine Erörterung braucht auch Grenzen und Risiken.

Tipp: Alle Fälle in diesem Heft sind ausgedacht und keine Beratung. Bei Belastung helfen die Nummer gegen Kummer (116 111) und die TelefonSeelsorge (0800 111 0 111). Ärztliche und psychotherapeutische Termine vermitteln die Terminservicestellen unter 116 117.

●○○ Basis

Wissen sichern

1 Kreuze an.

a) Die zufällige Zuteilung zu Gruppen gehört zur _____ Studie.

☐ **naturalistischen** ☐ **qualitativen** ☐ **randomisierten kontrollierten**

b) Eine _____ fasst viele Studien zusammen.

☐ **Fallstudie** ☐ **Befragung** ☐ **Metaanalyse**

c) Die _____ verpflichtet dazu, nichts aus der Therapie weiterzugeben.

☐ **Aufklärung** ☐ **Schweigepflicht** ☐ **Abstinenzregel**

d) Die _____ verbietet eine private Beziehung zu Klienten.

☐ **Abstinenzregel** ☐ **Schweigepflicht** ☐ **Freiwilligkeit**

e) Eine Maßnahme muss zur _____ der Störung passen.

☐ **Farbe** ☐ **Länge** ☐ **Erklärung**

f) Neuropsychotherapeutische Befunde zeigen, dass Therapie mit Veränderungen im _____ einhergehen kann.

☐ **Wetter** ☐ **Gesetz** ☐ **Gehirn**

2 **Setze ein: Wirkfaktoren, Richtlinie, Einwilligung, Metaanalyse, Beziehung.**

a) Gemeinsame _____ erklären, warum Verfahren oft ähnlich wirken.

b) Die Kassenverfahren stehen in der Psychotherapie-_____.

c) Eine Therapie braucht die _____ der Klientin.

d) Ein wichtiger Wirkfaktor ist die therapeutische _____.

e) Viele Studien zusammen auszuwerten heißt _____.

●●○ Standard

Prüfen und einordnen

3 **Stimmt der Satz? Schreibe falsche Sätze richtig auf.**

a) Nach Stand November 2026 steht auch die Gesprächspsychotherapie in der Psychotherapie-Richtlinie. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

b) Die Schweigepflicht kann bei akuter Gefahr für Leben oder Gesundheit durchbrochen werden. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

c) Ein Hirnbefund beweist, dass ein Verfahren wirkt. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

d) Eine Erörterung nennt Möglichkeiten und Grenzen. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

e) Viele Verfahren wirken bei vielen Störungen ähnlich gut. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

f) Ein Verfahren, das nicht in der Richtlinie steht, wirkt nachweislich nicht. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

4 Ordne zu. Kreuze an.

a) Der Klient will die Therapie abbrechen: _____

☐ **Abstinenz** ☐ **Schweigepflicht** ☐ **Freiwilligkeit**

b) Die Mutter fragt nach Sitzungsinhalten ihrer erwachsenen Tochter: _____

☐ **Abstinenz** ☐ **Schweigepflicht** ☐ **Aufklärung**

c) Die Therapeutin erklärt Vorgehen, Risiken und Alternativen: _____

☐ **Aufklärung** ☐ **Abstinenz** ☐ **Schweigepflicht**

d) Ein Therapeut lädt eine Klientin privat ein: _____

☐ **Teil der Aufklärung** ☐ **normale Therapie** ☐ **Verstoß gegen die Abstinenz**

5 Beantworte kurz.

a) Nenne zwei Stärken und zwei Grenzen einer begleiteten Exposition bei Panik (ausgedachter Fall).

b) Erkläre, warum ein „klar besser“ bei 70 % gegen 65 % Besserung zu stark ist.

c) Nenne drei Informationen, über die vor einer Therapie aufgeklärt werden sollte.

d) Wohin wendet man sich bei einer Grenzverletzung durch eine Therapeutin?

●●● Plus

Nachdenken

6 Beantworte kurz.

a) Beurteile in vier Sätzen drei Methoden für den ausgedachten Fall einer Panikstörung mit Vermeidung. (vor allem für den Leistungskurs)

b) Ordne ein: „Therapie wirkt, weil in einer Hirnregion weniger Aktivität gemessen wurde.“ (vor allem für den Leistungskurs)

c) Erörtere kurz, ob die Aufnahme in die Kassenrichtlinie ein Maßstab für Wirksamkeit ist.

7 Stimmt der Satz? Schreibe falsche Sätze richtig auf.

a) Studien sagen automatisch etwas über jeden Einzelfall. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

b) Bei starker Belastung helfen Beratungstelefone und Ärztinnen oder Psychotherapeuten. ☐ **stimmt** ☐ **stimmt nicht**

Kannst du das schon?

Kreuze an, wie sicher du dich fühlst. Hier gibt es kein Richtig oder Falsch.

Ich kann …	sicher	fast	noch nicht
Ich kann vier Verfahren kriteriengeleitet vergleichen.	☐	☐	☐
Ich kann Möglichkeiten und Grenzen an einem Fall erörtern.	☐	☐	☐
Ich kann Wirksamkeitsaussagen und ethische Regeln einordnen.	☐	☐	☐

Tipp: Bei „noch nicht“ schau dir „Kurz erklärt“ vorne im Heft noch einmal an oder scanne den Code auf dem Deckblatt. Dann probierst du die Aufgaben noch einmal.

Lösungen

Erst selbst lösen, dann vergleichen. Bei vielen Aufgaben steht die Begründung dabei.

●○○ Basis: Wissen sichern

1 Kreuze an.

a) **randomisierten kontrollierten**

→ Das erlaubt ursächliche Aussagen.

b) **Metaanalyse**

→ So entsteht ein Gesamtbild.

c) **Schweigepflicht**

→ Sie schützt das Vertrauen.

d) **Abstinenzregel**

→ Das Machtgefälle verlangt Verantwortung.

e) **Erklärung**

→ Das ist das Kriterium Passung.

f) **Gehirn**

→ Beobachtung, nicht automatisch Ursache.

2 Setze ein: Wirkfaktoren, Richtlinie, Einwilligung, Metaanalyse, Beziehung.

a) **Gemeinsame Wirkfaktoren erklären, warum Verfahren oft ähnlich wirken.**

b) **Die Kassenverfahren stehen in der Psychotherapie-Richtlinie.**

c) **Eine Therapie braucht die Einwilligung der Klientin.**

d) **Ein wichtiger Wirkfaktor ist die therapeutische Beziehung.**

e) **Viele Studien zusammen auszuwerten heißt Metaanalyse.**

●●○ Standard: Prüfen und einordnen

3 Stimmt der Satz? Schreibe falsche Sätze richtig auf.

a) **Stimmt nicht. Richtig: Sie ist für Erwachsene wissenschaftlich anerkannt (Wissenschaftlicher Beirat Psychotherapie, 2002), steht aber nicht in der Richtlinie.**

b) **Stimmt.**

c) **Stimmt nicht. Richtig: Er ist ein Hinweis, kein Beweis.**

d) **Stimmt.**

e) **Stimmt.**

f) **Stimmt nicht. Richtig: Die Aufnahme folgt eigenen Regeln.**

4 Ordne zu. Kreuze an.

a) **Freiwilligkeit**

→ Abbruch ist möglich.

b) **Schweigepflicht**

→ Ohne Einwilligung wird nichts gesagt.

c) **Aufklärung**

→ Das ist Voraussetzung für Einwilligung.

d) **Verstoß gegen die Abstinenz**

→ Das Machtgefälle schützt vor solchen Beziehungen.

5 **Beantworte kurz.**

a) **Stärken: unterbricht das Vermeiden, gute Belege. Grenzen: verlangt Mut und Zeit, braucht Begleitung.**

→ Möglichkeit und Grenze.

b) **Der Unterschied ist klein und kann Zufall sein. Man müsste Stichprobe und Kontrollgruppe prüfen.**

→ Fünf Prozentpunkte, Stichprobe.

c) **Vorgehen, mögliche Risiken und Alternativen.**

→ Aufklärung.

d) **an die Psychotherapeutenkammer oder eine Beratungsstelle**

→ Kammer, Beratungsstelle.

●●● Plus: Nachdenken

6 **Beantworte kurz.**

a) **Die Exposition passt gut, weil sie das Vermeiden unterbricht, und hat gute Belege, verlangt aber Mut und Begleitung. Die Deutung fördert Verständnis, zielt aber weniger direkt auf das Vermeiden. Das Zurückspiegeln schafft Vertrauen, bietet aber wenig Struktur. Insgesamt ist die Exposition hier besonders anwendbar, ergänzt durch eine gute Beziehung; entscheiden müssen Klientin und Fachleute.**

→ Kriterien, Abwägung, Urteil.

b) **Die Aussage ist zu stark. Veränderte Aktivität ist eine Beobachtung und nicht automatisch die Ursache. Angemessen wäre: Therapie ging mit veränderter Aktivität einher.**

→ Beobachtung oder Ursache?

c) **Pro: Die Aufnahme folgt einer Prüfung des Nutzens. Contra: Auch Regeln des Gesundheitswesens spielen eine Rolle, und nicht aufgenommene Verfahren können wissenschaftlich anerkannt sein. Daher ist die Aufnahme ein Hinweis, nicht der einzige Maßstab.**

→ Pro, Contra, Urteil.

7 **Stimmt der Satz? Schreibe falsche Sätze richtig auf.**

a) **Stimmt nicht. Richtig: Sie beschreiben Gruppen.**

b) **Stimmt.**