SOAP-Schema

Patientin/Patient

Datum

Sitzung Nr.

S · Subjektiv

Was die Patientin selbst berichtet: Beschwerden, Ereignisse, Befinden, in ihren Worten.

O · Objektiv

Was Sie in der Sitzung beobachtet haben: Verhalten, Sprache, Affekt. Ohne Deutung.

A · Einschätzung

Wie Sie das Geschehen verstehen: Arbeitshypothese, Verlauf, Risiken.

P · Plan

Wie es weitergeht: Aufgaben, Schwerpunkt der nächsten Sitzung.

SOAP-Schema: ausgefülltes beispiel

Patientin/Patient Anna, 34 (fiktiv) | Datum 12.11. | Sitzung Nr. 4

S · Subjektiv

Kommt nach einem Konflikt mit der Vorgesetzten, schläft seit einer Woche schlecht. **„Die kündigen mir wegen eines einzigen Fehlers“**, vor allem vor Teambesprechungen.

O · Objektiv

Spricht schnell, ballt die Hände, sobald es um die Arbeit geht. **Deutlich ängstlich**, zum Ende der Sitzung ruhiger.

A · Einschätzung

Die Angst wird durch **Katastrophisieren** und Kontrollieren aufrechterhalten: Sie prüft den Bericht fünfmal, die Angst sinkt für eine Stunde, die Sicherheit wächst nicht. Keine Risiken geäußert.

P · Plan

Gedankenprotokoll, 3 Einträge bis Dienstag. Nächste Sitzung: Verhaltensexperiment zum Gedanken „Die kündigen mir“.