

# Emotionen und Emotionsregulation in Interaktionen mit Patienten und deren Einfluss auf das Wohlbefinden von Psychotherapeuten

Wir möchten Sie gerne einladen, im Rahmen unserer Studie an einem Interview teilzunehmen.

## Projekt

Stressfolgestörungen wie Burnout und Depressionen, deren Prävalenz bei Personen im Gesundheitswesen alarmierend hoch ist, haben nicht nur Folgen für das Wohlbefinden der Betroffenen, sondern auch für den Behandlungserfolg und die Patientenzufriedenheit. Im Rahmen eines wissenschaftlichen Projekts der Klinik für Konsiliarpsychiatrie und Psychosomatik des UniversitätsSpitals Zürich soll untersucht werden, wie Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten emotionale Belastungen optimal bewältigen können, um ihre Resilienz gegenüber Stressfolgestörungen und ihr Wohlbefinden zu erhöhen. Der Fokus des Projekts liegt dabei auf der Regulation von Emotionen in Interaktionen mit Patienten. Als Basis des Projekts wurde ein Modell entwickelt, das emotionale Prozesse und Emotionsregulation in Interaktionen mit Patienten darstellt und aufzeigt, wie diese mit dem Wohlbefinden und der psychischen Gesundheit des Gesundheitspersonals in Verbindung stehen. Um das Modell zu validieren und ggf. zu überarbeiten, sollen Interviews mit (psychologischen) Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten durchgeführt werden.

## Interviews

- Inhalt:** Im Interview werden Ihre Emotionen und Emotionsregulationsstrategien während einer schwierigen Therapiesitzung retrospektiv exploriert. Ausserdem füllen Sie Fragebogen zu Emotionsregulation, Gesundheit und Wohlbefinden aus.
- Zeitdauer:** Ca. 2 Stunden.
- Wann & Wo:** Gemäss Terminvereinbarung am UniversitätsSpital Zürich oder einem Ort Ihrer Wahl.
- Ihre Daten:** Die Interviews werden zu Auswertungszwecken mittels Audiorekorder aufgezeichnet. Sämtliche Daten werden streng vertraulich behandelt und verschlüsselt.

## Ihr Beitrag und persönlicher Nutzen

Durch Ihre Teilnahme tragen Sie dazu bei, emotionale Prozesse und Stressbewältigungsstrategien zu identifizieren, die Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten helfen können, ihre Resilienz gegenüber Stressfolgestörungen und ihr Wohlbefinden zu erhöhen. Ausserdem erhalten Sie durch die Interviewfragen die Gelegenheit, Ihre eigenen Emotionen und Ihren Umgang mit Emotionen während einer schwierigen Therapiesitzung zu reflektieren, was Ihnen interessante und möglicherweise hilfreiche Einblicke in Ihre Stressbewältigung geben kann.

Wir würden uns sehr freuen, wenn Sie bereit wären, am Interview teilzunehmen.

## Information & Kontakt

Sonja Weilenmann  
Klinik für Konsiliarpsychiatrie und Psychosomatik  
UniversitätsSpital Zürich  
Haldenbachstr. 18, 8091 Zürich  
+41 79 712 94 15  
[resilienzstudie@usz.ch](mailto:resilienzstudie@usz.ch)



## Projektleitung

M.A. Sonja Weilenmann  
Prof. em. Dr. med. Ulrich Schnyder  
Prof. Dr. med. Roland von Känel  
Prof. Dr. phil. Monique Pfaltz

Klinik für Konsiliarpsychiatrie und Psychosomatik  
UniversitätsSpital Zürich

In Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Brian Parkinson  
(Experimentelle Psychologie, Universität Oxford)



**UniversitätsSpital  
Zürich**