

Fragebogen zum Antrag auf Psychotherapie

Die Antworten auf folgende Fragen dienen der Erstellung des Antrags auf Kostenübernahme durch die Krankenkasse, außerdem Ihrer Selbstwahrnehmung und Selbstreflexion. Nehmen Sie sich für die Beantwortung ausreichend Zeit - die Therapie beginnt bereits hier. Ihre Angaben unterliegen der Schweigepflicht..

Name:

Adresse:

Tel.:

E-Mail:

Geburtsort und Datum:

Beruf/Tätigkeit:

Von wem wurden Sie überwiesen oder bekamen Sie Informationen über diese Therapiestelle?

Anlass Ihres Kommens

1. Schildern Sie bitte Ihr aktuelles Problem, das Sie zu mir führte einschl. dessen Auswirkungen auf Ihr Leben, seine Entwicklung (z.B. was geschah um den Zeitpunkt des ersten Auftretens) und bisherige Beratungen/Behandlungen, mit welchem Erfolg.
2. Wie würden Sie Ihren aktuellen Konflikt beschreiben ? Was ist Ihr Hauptproblem ?
3. Was hat sich durch Ihr Problem in Ihrem Leben am meisten geändert ? Wie reagieren Sie, wie reagieren andere darauf ?
4. Unter welchen Umständen tritt das Problem verstärkt auf ?
5. Unter welchen Umständen macht es Ihnen weniger zu schaffen ?
6. Wie kommt es, dass Sie gerade jetzt Psychotherapie suchen ?

Persönliche Entwicklung

7. Beschreiben Sie bitte Ihre Entwicklung in Form eines kurzen Lebenslaufes

(Schwangerschaft, Geburt, frühkindliche Entwicklung, schulischer Werdegang und Ausbildung, sexuelle Entwicklung).

8. Gab es besonders wichtige Ereignisse (Todesfälle, Trennungen, Krankenhausaufenthalte) und wie haben sie diese erlebt ?

9. Hatten Sie in Schule und Kindergarten Probleme mit MitschülerInnen, wurden Sie gehänselt ?

10. Gab es Probleme mit Lehrern oder anderen Autoritäten ?

11. Hatten Sie Hobbys ? Womit haben Sie die Freizeit verbracht ?

12. Hatten Sie schwere oder wiederkehrende Erkrankungen, Unfälle, Operationen ? Wann ?

Wie haben Sie diese verarbeitet ? Leiden Sie heute noch an Folgen ?

13. Gab es Besonderheiten in Ihrer sexuellen Entwicklung (sexuelle Ängste, Störung der Sexualfunktion)?

Besondere Neigung oder Abneigung?

14. Worunter haben Sie als Kind in der Familie oder außerhalb am meisten gelitten ? Welches waren Ihre größten Ängste und Sorgen ?

15. Wann haben Sie schon an Selbstmord gedacht ? Was haben Sie getan ? Sind Sie jetzt suizidal?

16. Kam Ihnen jemals der Gedanke, dass Sie den Verstand verloren haben oder daß mit Ihnen etwas nicht stimmt ? Wenn ja, was ?

17. Gab es frühere Partnerschaften ? Wie haben Sie die Trennungen verarbeitet ?

18. Welches Lied, welche Geschichte, welches Märchen hat Sie in Ihrer Kindheit am meisten fasziniert ?

19. Was waren früher Ihre Träume und Wünsche ans Leben ?

20. Welche Erfahrungen in Ihrem Leben haben Ihnen besondere Zufriedenheit und Glück bereitet ?

Selbsteinschätzung, Einstellungen und aktuelle Lebenssituation

21. Was sind Sie selbst für ein Mensch ? Welches Bild haben Sie von sich?
22. Welche positiven Eigenschaften sehen Sie an sich ? Sind Sie auf etwas besonders stolz ?
23. Womit an sich selbst sind Sie besonders unzufrieden ? Schämen Sie sich für etwas an Ihnen ?
24. Haben Sie Schuldgefühle ? Wie gehen Sie damit um ?
25. Wie fühlen Sie sich in Ihrem Körper? Wie stehen Sie zu Ihrem Körper?
26. Auf welche Weise tun Sie sich selbst gelegentlich oder öfter etwas Gutes ?
27. Tun Sie sich manchmal selbst weh ? Wenn ja, wie ?Z.B.durch Schneiden oder mit Gegenständen?
28. Auf welche Weise tun Ihnen Andere manchmal weh, bzw. was schmerzt sie am meisten ?
29. Was glauben Sie sehen Andere vor allem in und an Ihnen ?
30. Welche Befürchtungen haben Sie im Hinblick auf Andere?
31. Welche Schwierigkeiten haben Sie häufig bzw. wiederkehrend mit Anderen?
32. Können Sie leicht Freunde gewinnen ? Und auch behalten ? Was fällt Ihnen dabei schwer ?
33. Haben Sie Freunde, mit denen Sie persönliche Angelegenheiten besprechen ?
34. Welche Schwierigkeiten haben Sie, persönliche Wünsche und Bedürfnisse auszudrücken ?
35. Welches sind in Ihrem Leben heute die wichtigsten Menschen ? Wem fühlen Sie sich am meisten verbunden / von wem am abhängigsten ?
36. Wie wohnen Sie ? Mit wem leben Sie zusammen ?
37. Wie sind Sie mit Ihrem Beruf / Studium zufrieden ?
38. Welche Interessen, Hobbys haben Sie heute ? Womit füllen Sie Ihre freie Zeit aus ?

39. Gibt es wiederkehrende körperliche Beschwerden ? Wie gehen Sie damit um ?
Sind Sie in ärztlicher
Behandlung ? Nehmen Sie Medikamente ?
40. Nahmen oder nehmen Sie regelmäßig oder gelegentlich irgendwelche
Suchtmittel zu sich ?
41. Was sind Ihre Träume, was und wer Sie gerne wären ?
42. Beschreiben Sie das Gefühl, das Sie am häufigsten haben; wenn Sie
durcheinander sind, bzw. sich nicht
wohlfühlen.
43. Unter welchen Umständen treten diese Gefühle auf und wie gehen Sie mit ihnen
um?
44. Wovor haben Sie am meisten Angst ?
45. Angenommen, Ihre gegenwärtigen Beschwerden halten an, was wird aus Ihnen in
5 Jahren geworden
sein ?
46. Sind Sie der Meinung, daß das Leben einen Sinn hat bzw. daß Sie im Leben
etwas erreichen können ?
47. Gibt es heute irgendwelche Schwierigkeiten im Zusammenhang mit Sexualität
(Hemmungen, Probleme mit
sexueller Befriedigung, Abneigungen,sexuelle Probleme in der
Partnerschaft,Neigungen,z.B.Lust an der Unterwerfung) ?
48. Wie häufig haben Sie sexuelle Kontakte ?
49. Was möchten Sie an Ihrem sexuellen Erleben oder Verhalten gerne anders
haben ?
50. Führen Sie derzeit eine Partnerschaft ? Wenn ja, in welchen Bereichen verstehen
Sie sich gut ?
51. In welchen Bereichen haben Sie Schwierigkeiten miteinander ?
52. Welche Verhaltensweisen bei sich bzw. bei ihr/ihm erleben Sie als besonders
störend ?
53. Haben Sie Kinder aus der jetzigen oder aus früheren Beziehungen ? Bitte zählen
Sie sie in
chronologischer Reihenfolge auf (Name, Alter und Geschlecht), auch Fehlgeburten

und
Abtreibungen.

54. Wie kommen Sie mit Ihren Kindern bzw. mit der Familie zurecht ?

Familiärer Hintergrund

55. Wer dominierte die Familienatmosphäre, z.B. durch Gewalt oder Opferhaltung?

Geben Sie bitte folgende Daten zu Ihrer Mutter an:

Vorname: Alter: Beruf:

Gesundheitszustand:

(Falls verstorben) Todesursache:

Erreichtes Alter: Ihr Alter zu dem Zeitpunkt:

56. Hatte sie Geschwister (wie viel älter, jünger, Brüder, Schwestern) ?

57. Was was/ist Ihre Mutter für ein Mensch ?

58. Aus welchen familiären Verhältnissen stammt sie ?

59. Gab es besondere Ereignisse in ihrem Leben ?

60. Was war ihr Lieblingsspruch über das Leben ? Was hat sie Ihnen als Kind geraten ? Was sollte aus Ihnen werden ?

61. Wie hat sie gezeigt, dass sie aufgeregt war ? Was haben Sie getan, um Ihr zu helfen ?

62. Beschreiben Sie die Beziehung zu Ihrer Mutter (früher und heute):

63. Welches sind die wichtigsten Erfahrungen und Erlebnisse, die Sie mit Ihrer Mutter gemacht haben ?

64. Wie wussten Sie, dass Ihre Mutter Sie liebte? Wie denken Sie heute darüber ?

Bitte geben Sie folgende Daten zu Ihrem Vater an:

Vorname: Alter: Beruf:

Gesundheitszustand:

(Falls verstorben) Todesursache:

Erreichtes Alter: Ihr Alter zu dem Zeitpunkt:

65. Hatte er Geschwister (wieviel Älter, jünger, Brüder, Schwestern) ?

66. Was was/ist Ihr Vater für ein Mensch ?

67. Aus welchen familiären Verhältnissen stammt er ?

68. Gab es besondere Ereignisse in seinem Leben ?

69. Was war sein Lieblingsspruch über das Leben ? Was hat er Ihnen als Kind geraten ? Was sollte aus Ihnen werden ?

70. Wie hat er gezeigt, dass er aufgeregt war ? Was haben Sie getan, um ihm zu helfen ?

71. Beschreiben Sie die Beziehung zu Ihrem Vater (früher und heute):

72. Welches sind die wichtigsten Erfahrungen und Erlebnisse, die Sie mit Ihrem Vater gemacht haben ?

73. Wie wussten Sie, dass Ihr Vater Sie liebte? Wie denken Sie heute darüber ?

74. Ihre Geschwister (bitte nennen Sie Vorname, Alter, Beruf, Gesundheitszustand, etwaige Besonderheiten):

75. Wie war die Beziehung zu ihren Geschwistern ? Wie ist sie heute ?

76. Welches war Ihre Rolle in der Familie ?

77. Wie sind die Eltern miteinander ausgekommen ?

78. Welche Atmosphäre herrschte bei Ihnen zuhause ?

79. Welche Gefühle bzw. Verhaltensweisen durften Sie zuhause nicht zeigen ?

80. Auf welche Art wurden Sie als Kind bestraft ?

81. Welche Rolle spielten Großeltern oder andere Verwandte? Wie wichtig waren sie für Sie?

82. Wenn Sie in einer Stieffamilie groß geworden sind, was war der Grund für die Wiederheirat Ihrer Mutter / Ihres Vaters ? Wie alt waren Sie bei der Trennung ?

83. Was hat Ihre Beziehung zu Ihrer Stiefmutter / Ihrem Stiefvater am meisten geprägt ?

84. Wie kamen Sie mit den Stiefgeschwistern zurecht ?

85. Wenn Ihre Eltern sie nicht großgezogen haben, wer hat es getan und zu welcher Zeit war das ?

86. Was bedeuteten Ihnen diese Menschen ?

87. Gab es schwere körperliche oder psychische Erkrankungen in der Herkunftsfamilie ?

88. Hatte jemand in der Familie Probleme mit Suchtmitteln ?

89. Gab es Gewalt in der Familie ? Durch wen ? Gegen wen ? Wie lange ?

90. Gab es sexuelle Übergriffe durch Erwachsene (Sexueller „Missbrauch“, Vergewaltigungen) ?
(Bitte nur mit ja oder nein antworten)

91. Schildern Sie Ihre religiöse Erziehung. Was hat Sie am meisten beeinflusst ?

Zur Therapie

92. Was möchten Sie am dringendsten an sich und an Ihrem Leben ändern ?

93. Welche Vorteile hat Ihr Problem für Ihr Leben ? Welches sind die günstigen Auswirkungen ?

94. Stellen Sie sich vor, es geschähe ein Wunder und Ihr Problem verschwände über Nacht. Was würden Sie dann anderes tun. ?

95. Wie meinen Sie, kann der Therapeut Ihnen bei der Lösung Ihres Problems behilflich sein ? Wie soll er sich Ihnen gegenüber verhalten ?

96. Wie glauben Sie, selbst zur Lösung Ihrer Probleme beitragen zu können ? Welches könnten erste Schritte in die gewünschte Richtung sein ?

97. Woran würden Sie merken, dass sich an Ihrem Problem etwas geändert hat ?

98. Wie lange meinen Sie, soll eine / Ihre Therapie dauern ?

99. Was könnte sich nach der Therapie für Sie verschlechtern, welche neuen Probleme könnte eine erfolgreiche Therapie mit sich bringen ?

100. Sollte sich an Ihrem Problem nichts ändern, was würde das für Sie bedeuten und welche Auswirkungen könnte das haben ?

101. Gibt es sonst noch etwas, was Ihr Therapeut von Ihnen wissen oder nicht wissen sollte ?

Vielen Dank für die Beantwortung der Fragen