

Dipl. BW Alexandra Lion

Praxis für Psychotherapie (HeilprG) · Logotherapie und Existenzanalyse
Paartherapie · Psychokinesiologie · Supervision · Coaching

Fragebogen

Am besten, Sie drucken sich diesen Fragebogen aus, nehmen sich ausreichend Zeit für die Beantwortung der Fragen auf gesonderten Blättern (wegen der Lesbarkeit wenn möglich am Computer) und bringen alles zur nächsten Sitzung mit. Er dient nicht nur zu meiner Information, sondern auch zu Ihrer eigenen Orientierung.

1. Allgemeines

- 1.1. Name
- 1.2. Geburtsdatum
- 1.3. Durch wen wurden Sie auf meine Praxis aufmerksam?
- 1.4. Was war ausschlaggebend für Ihren Entschluss zu einer Psychotherapie/ Beratung/ Coaching?
- 1.5. Waren Sie schon einmal in Psychotherapie?

2. Welche Beschwerden führen Sie zu mir?

- 2.1. Welche davon sind Ihre Hauptbeschwerden?
- 2.2. Seit wann leiden Sie unter diesen Hauptbeschwerden?
- 2.3. Wann begannen Ihre Hauptbeschwerden (Jahr, Lebenssituation)?
- 2.4. Kennen Sie diese Beschwerden evt. auch aus früheren Zeiten?
- 2.5. Gab es vor Beginn der Hauptbeschwerden eine länger anhaltende Belastung in Ihrem Leben?
- 2.6. Hatten Sie schon mal den Gedanken, alles hinzuschmeißen?
- 2.7. Hatten Sie schon einmal den Gedanken, sich das Leben zu nehmen?
Wenn ja, haben Sie bereits versucht, es zu tun?

3. Derzeitige Lebenssituation

- 3.1. Beruflich
- 3.2. Partnerschaft
- 3.3. Familie/Kinder
- 3.4. Soziales Umfeld

4. Familiengeschichte

4.1. Vater

- 4.1.1. Sein Alter bei Ihrer Geburt
- 4.1.2. Sein Beruf/Tätigkeit
- 4.1.3. An welche seiner Eigenschaften erinnern Sie sich aus Ihrer Kindheit (positive und negative)?
- 4.1.4. Wie war Ihre Beziehung zu ihm?
Fühlten Sie sich angenommen/geliebt?
Oder eher abgelehnt?
- 4.1.5. Was hielt Ihren Vater davon ab, sich Ihnen als Kind mehr zu widmen (Ihre subjektive Meinung dazu)?
- 4.1.6. Welche Probleme hatte Ihr Vater, als Sie Kind waren?
- 4.1.7. Wie drückte Ihr Vater Ihnen gegenüber Gefühle aus?
- 4.1.8. Wie ist Ihre Beziehung heute zu ihm?

4.2. Mutter

- 4.2.1. Ihr Alter bei Ihrer Geburt
- 4.2.2. Ihr Beruf/Tätigkeit
- 4.2.3. An welche ihrer Eigenschaften erinnern Sie sich aus Ihrer Kindheit (positive und negative)?
- 4.2.4. Wie war Ihre Beziehung zu ihr?
Fühlten Sie sich angenommen/geliebt?
Oder eher abgelehnt?
- 4.2.5. Was hielt Ihre Mutter davon ab, sich Ihnen als Kind mehr zu widmen (Ihre subjektive Meinung dazu)?
- 4.2.6. Welche Probleme hatte Ihre Mutter, als Sie Kind waren?
- 4.2.7. Wie drückte Ihre Mutter Ihnen gegenüber Gefühle aus?
- 4.2.8. Wie ist Ihre Beziehung heute zu ihr?

- 4.3. Zu wem von beiden hatten Sie als Kind das innigere Verhältnis?
Wem fühlen Sie sich heute näher?

4.4. Geschwister

Bitte einzeln auflühren mit Alter, Bruder/Schwester

Erinnerte Eigenschaften der Geschwister als Sie Kind waren:

Dipl. BW Alexandra Lion

Praxis für Psychotherapie (HeilprG) · Logotherapie und Existenzanalyse
Paartherapie · Psychokinesiologie · Supervision · Coaching

Wie standen Ihre Geschwister jeweils zu Vater/ Mutter

Wie ist die Beziehung der jeweiligen Geschwister zu Ihnen heute?

- 4.5. Weitere Bezugspersonen in Ihrer Kindheit
(bitte nach ähnlichem Schema beantworten wie bei Vater/Mutter)
- 4.6. Gab es belastende Ereignisse in Ihrer Kindheit?
Krankheiten/ Unglücksfälle/evt. Umzüge

5. Bedeutende Lebensereignisse

- Tod eines nahen Angehörigen
- Scheidung/Trennung
- Erhebliche Krise in der Partnerschaft
- Schwerwiegende eigene Erkrankung
- Schwerwiegende Erkrankung eines nahen Familienmitglieds
- Schwangerschaft
- Familienzuwachs
- Ihre Kinder ziehen aus
- Ärger mit der Verwandtschaft
- Wohnungswechsel/Umzug
- Großer persönlicher Erfolg
- Beginn einer Ausbildung/Umschulung
- Abbruch einer dieser Ausbildungen
- Berufswechsel
- Geschäftliche Veränderung
- Erhebliche Einkommensänderung
- Finanzielle Belastung
- Verlust des Arbeitsplatzes
- Anfang oder Ende der Berufstätigkeit
- Anfang oder Ende der Berufstätigkeit des Partners
- andere...

6. Berufliche Situation

- 6.1. Welcher Beruf? Selbständig?
- 6.2. Beziehung zu Vorgesetzten
- 6.3. Beziehung zu gleichrangigen Arbeitskollegen?
- 6.4. Beziehung zu Mitarbeitern

Dipl. BW Alexandra Lion

Praxis für Psychotherapie (HeilprG) · Logotherapie und Existenzanalyse
Paartherapie · Psychokinesiologie · Supervision · Coaching

7. Frühere Partnerschaften/Ehen

8. Jetzige Partnerschaft/Ehe

- 8.1. Nennen Sie 5 Eigenschaften Ihres Partners
- 8.2. Wie ist Ihre Beziehung?
- 8.3. Welche Erwartungen/Wünsche haben Sie an Ihren Partner?
- 8.4. Gibt es in Ihrer Partnerschaft ein großes Problem, das noch nicht angesprochen wurde?
- 8.5. Wie belastend ist es?
- 8.6. Gab es in früheren Partnerschaften ähnliche Probleme?
- 8.7. Empfinden Sie Ihre Partnerschaft eher als stützend oder belastend oder neutral?

9. Kinder

- 9.1. Eigene Kinder/Stiefkinder (Vorname/Geschlecht/Alter)
- 9.2. Welche Beziehung haben Sie zu ihnen?
- 9.3. Nennen Sie 3 Eigenschaften für jedes Kind

10. Positives in Ihrem Leben

- 10.1. Was gibt Ihnen Stütze und Stabilität?
- 10.2. Auf welche Fähigkeiten sind Sie stolz?
- 10.3. Religiosität/Spiritualität
- 10.4. Freunde und Bekannte
- 10.5. Sport
- 10.6. Hobbies/ Freizeitbeschäftigungen/Liebhabereien
- 10.7. Anderes Engagement (Verein, sozial, politisch)

11. Ihre Therapieziele

- 11.1. Nennen Sie die 3 wichtigsten bezüglich Ihrer Problematik
- 11.2. Nennen Sie die 3 wichtigsten bezüglich Ihrer Persönlichkeit