

Vorab-Fragebogen zu Ihrer intensiven Kurzzeittherapie

Vor- und Zuname:

Datum:

Telefon (wenn in Deutschland erreichbar):

Skype ID:

Geburtsdatum:

Aktuelle Adresse:

eMail Adresse:

Ihre Antworten auf die Fragen in diesem Fragebogen geben mir wichtige Vorab-Information darüber, wie Ihre Kurzzeittherapie geplant werden kann. In unserer ersten Sitzung hier in Heidelberg werden wir über das konkrete Vorgehen dann gemeinsam entscheiden.

Bitte nehmen Sie sich etwas Zeit und gehen Sie die Fragen in Ruhe durch. Schicken Sie mir dann den ausgefüllten Fragebogen möglichst zeitnah zu.

Selbstverständlich behandle ich alle Informationen, die wir austauschen, streng vertraulich. Ich gebe Informationen nur dann weiter, wenn eine explizite schriftliche Schweigepflichtentbindung von Ihnen vorliegt (z.B. für einen weiterbehandelnden Arzt oder Therapeuten).

1. Welches traumatische Ereignis möchten Sie in der Kurzzeittherapie bearbeiten (gerne sehr kurz und oberflächlich schildern) und wann fand es statt?

2. Wie belastend erleben Sie dieses Ereignis derzeit auf einer Skala von 0-10?

3. Unter welchen der folgenden Symptomen leiden Sie?

- Alpträume
- Flashbacks
- Gereiztheit, Aggression
- Schlaflosigkeit
- Vermeidung bestimmter Situationen (Beispiel?)
- Gefühl, abgestumpft oder taub zu sein
- Freudlosigkeit
- Schreckhaftigkeit
- Ängste (welche?)
- Niedergeschlagenheit, Depression

2. Unter welchen der folgenden Symptomen leiden Sie:

- Alpträume
- Flashbacks
- Gereiztheit, Aggression
- Schlaflosigkeit
- Vermeidung bestimmter Situationen (Beispiel?)
- Gefühl, abgestumpft oder taub zu sein
- Freudlosigkeit
- Schreckhaftigkeit
- Ängste (welche?)
- Niedergeschlagenheit, Depression
- anderes (was?)

4. Sind Sie arbeitsfähig? Wenn nicht, seit wann?

5. Was haben Sie im Vorfeld schon unternommen, um die Erfahrung zu bearbeiten?

6. Gab es schon vor der Erfahrung, die Sie in dieser Therapie bearbeiten möchten, traumatische Erfahrungen? Wenn ja: Welche, wann und wie haben Sie diese verarbeitet?

7. Bitte beschreiben Sie kurz (aber mit allem, was wichtig ist), Ihre derzeitige Lebenssituation

8. Bitte beschreiben kurz Ihre Herkunftsfamilie. Was hat Sie besonders geprägt? Wie würden Sie die Atmosphäre in Ihrer Familie mit einem Wort beschreiben?

9. Bitte beschreiben Sie Ihre berufliche Laufbahn (wiederum so knapp wie möglich).

10. Neben allem, was vielleicht derzeit schwierig ist: Woran haben Sie Freude? Worauf sind Sie stolz? Wenn es nichts geben sollte, das Ihnen einfällt: Was gab es früher?

11. Sind Sie derzeit in medizinischer/psychiatrischer Behandlung? Wie ist Ihr allgemeiner Gesundheitszustand? Nehmen Sie Medikamente? Wenn ja, welche?

12. Haben Sie jemals eine Psychotherapie gemacht? Wenn ja, wann war das und was war die Diagnose und welche Fachrichtung war es (Psychoanalyse, Verhaltenstherapie etc)?

13. Es ist sehr anstrengend – mental, aber auch körperlich - in einem kurzen Zeitraum so viel psychotherapeutische Arbeit zu leisten. Wie werden Sie täglich für Ausgleich sorgen (z.B. Spaziergänge, Schwimmen, Yoga)?

14. Gibt es noch etwas, das ich nicht gefragt habe, aber was ich im Zusammenhang mit unserer geplanten Kurzzeittherapie wissen müsste?

Vielen Dank für Ihr Vertrauen!

Claudia Frey