

Fragebogen zu einem Bericht für den Psychotherapeuten

- Nehmen Sie sich viel Zeit und einige Schreibblätter.
- Achten Sie darauf, dass Sie ungestört sind und bleiben.
- Machen Sie sich zuerst einzelne Notizen zu den Fragen zur späteren Vervollständigung.
- Setzen Sie mehrere Anläufe voraus und beantworten Sie nur so viele Fragen in einem Stück wie es Ihnen möglich ist, ohne sich zu überfordern.
- Bitte beantworten Sie alle nachstehenden Fragen, soweit es Ihnen möglich ist.
- Schreiben Sie keinen "üblichen Lebenslauf", sondern einen „Erlebnisbericht“ über ihr Leben, also das, was Sie im guten und im schlechten Sinne "mitgemacht" haben.
- Sie müssen sich nicht an zeitliche Reihenfolgen Ihrer Erinnerungen o. Erlebnisse halten.
- Schreiben Sie alles auf, wovon Sie glauben, dass es für Sie typisch ist, auch was Sie aus Erzählungen anderer über sich wissen, oder was Ihnen sonst beim Schreiben einfällt, auch wenn Sie es für unwichtig halten.
- Machen Sie Ihrem Herzen ehrlich Luft! Es wird Ihnen nicht unterstellt, dass Sie jemanden beschuldigen wollen, wenn Sie bekennen, wie andere auf Sie gewirkt haben.

| | |
|-----|--|
| 1. | <ul style="list-style-type: none">• Wie kam es dazu, dass Sie Therapie suchen?• Hatten Sie selbst den Wunsch oder wurden Sie geschickt? (von wem?) |
| 2. | Beschreiben Sie mit ihren eigenen Worten Ihre Hauptbeschwerden, die Sie zu dieser Therapie geführt haben. Vermeiden Sie dabei, nur Diagnosen zu nennen, schreiben Sie z.B. statt "Depression": „ich bin oft traurig, muss häufig weinen, fühle mich lustlos“. Erwähnen Sie dabei auch, wie häufig und wie lange Sie die Beschwerden haben. Nennen Sie auch körperliche Beschwerden, z. B. Kopfschmerzen, Störungen des Schlafes, des Appetits oder der Verdauung. |
| 3.a | Beschreiben Sie die Familienatmosphäre, aus der Sie stammen: Vater, Mutter und Geschwister (jeweils mit Altersangabe) und sonstige Personen, die in Ihrer Kindheit eine Rolle gespielt haben. Dazu Besonderheiten in der Familie (Krankheiten, Gewohnheiten, Eigenarten). <ul style="list-style-type: none">• Welchen Beruf hatten die Eltern?• Wie war Ihr Verhältnis aller Geschwister untereinander und zu den Eltern? |
| 3.b | <ul style="list-style-type: none">• Wo wurden Sie geboren?• Was ist Ihnen über Ihre Geburt oder begleitende Umstände und Ereignisse bekannt?• Was wissen Sie über Ihre frühkindliche Entwicklung, Brust- und Flaschenernährung, Beginn mit Laufen und Sprechen {soweit Sie davon erfahren haben}?• Beginn und Art der Sauberkeitsentwicklung?• Ihre früheste Lebenserinnerung, auch Träume als Kind, Ihr Lieblingsmärchen, -gedicht oder -lied?• Verlauf ihrer Kindheit (welche Spiele und Beschäftigungen liebten Sie?).• Haben Sie sich in irgendeiner Weise anders gefühlt als Ihre Altersgenossen?• Hatten Sie irgendwelche Angewohnheiten, die Ihrer Umgebung Sorge bereiteten (Bettnässen, Nägelkauen, Daumenlutschen, Essstörungen, Angstanfälle, Trotzphasen, Stottern, Haare ausreißen, nächtliches Aufschreien, Schlafwandeln)? |

| | |
|-----|--|
| 3.c | <ul style="list-style-type: none"> • Welche Erwachsenen hatten Einfluss auf Ihre Entwicklung und wer hat sie erzogen? • Wann kamen Sie in den Kindergarten und wie kamen Sie mit den Kindern dort zurecht? • Wie ging es Ihnen später mit den Schulkameraden und anderen Kindern? • Kannten Sie Dottorspiele? • Wurden Sie aufgeklärt, wenn ja, von wem? • Welche Erfahrungen machten Sie mit der Selbstbefriedigung (ab welchem Alter), welche Probleme traten in der Pubertät auf (erste Periode, erster Samenerguss)? • In welchem Alter hatten Sie Ihre erste intime sexuelle Beziehung? • Ihre Einstellung zu Liebe, Ehe und Familie (Partnerwahl, Erotik, Eheleben, Kindererziehung?) Haben Sie Probleme mit Partnerbeziehungen? • Falls Sie verheiratet sind, seit wann? • Falls Sie geschieden sind oder getrennt leben, wann und warum kam es dazu? • Wie ist Ihre Einstellung zu Essen und Trinken, Sport und Spiel, Geld und Besitz, Mode und Schmuck? • Wie ist Ihre Einstellung zum Beruf (-Wahl, -Ausbildung, -Wechsel, -Pläne)? • Wie gestalten Sie Ihre Freizeit? • Können Sie kurz Ihren Tagesablauf schildern? |
| 3.d | <ul style="list-style-type: none"> • Geben Sie eine ungefähre Beschreibung Ihrer Schul- und Berufsausbildung und Ihres beruflichen Werdeganges. • Bitte erwähnen Sie einschneidende Ereignisse (insbesondere beruflichen Auf- und Abstieg) |
| 3.e | <ul style="list-style-type: none"> • Wann haben Sie das Elternhaus verlassen, wie und wo leben Sie derzeit? |
| 3.f | <ul style="list-style-type: none"> • Wie ist Ihre Stimmungslage? • Gibt es Schwankungen (tageszeitliche oder periodische)? • Haben oder hatten Sie jemals Probleme mit Alkohol, Tabletten, Drogen? |
| 4. | <ul style="list-style-type: none"> • Was mögen Sie an sich selbst am meisten, was am wenigsten? • Nennen Sie drei Wünsche. Nennen Sie Ihr Lieblingstier. • Was täten sie am liebsten, wenn Sie beschwerdefrei wären? • Was ist Ihre größte Angst? |
| 5. | <ul style="list-style-type: none"> • Was sind Ihre eigenen Erklärungen für Ihre seelischen und körperlichen Beschwerden? • Falls Sie bestimmte Ereignisse als auslösend ansehen; nennen Sie bitte diese und auch den Zeitpunkt. • Was wäre aus Ihrer Sicht das Ziel der Psychotherapie? |
| 6. | <ul style="list-style-type: none"> • Wie reagieren Sie, wenn andere Sie kritisieren? |
| 7. | <ul style="list-style-type: none"> • Was haben sich Ihre Eltern wohl gewünscht, einen Jungen oder ein Mädchen? • Sind Sie mit ihrem Geschlecht zufrieden? • Haben Sie das Gefühl, als Kind erwünscht gewesen zu sein? |
| 8. | <ul style="list-style-type: none"> • Nennen Sie bitte Ihre Kinderkrankheiten und alle übrigen schweren Krankheiten, die Sie mitgemacht haben, außerdem Operationen, Unfälle und chronische Leiden. • Sind Sie derzeit in ärztlicher Behandlung? • Welche Medikamente nehmen Sie ein? • Bitte auch vorherige psychotherapeutische Behandlungen mit Namen des Therapeuten, bzw. der Kliniken, angeben. |