

Fragebogen zur Lebensgeschichte

1. Zu Ihren Beschwerden

Beschreiben Sie mit Ihren eigenen Worten die Probleme, weswegen Sie eine Therapie aufsuchen (körperliche und psychische Beschwerden)

Seit wann bestehen diese Schwierigkeiten?

Geben Sie einen kurzen Bericht über die Vorgeschichte Ihrer Beschwerden (Häufigkeit, Auswirkungen im Alltag auf Sie und andere Personen)

Welche Umstände oder Ereignisse könnten bei der Entstehung Ihrer Beschwerden eine Rolle gespielt haben (z.B. in der Familie oder im Beruf)

Was haben Sie bisher unternommen, wen haben Sie wegen Ihres augenblicklichen Problems um Rat gefragt? Wer hat Ihnen Psychotherapie empfohlen?

Welche Medikamente oder Drogen nehmen Sie zur Zeit in den letzten 5 Jahren / früher?

Trinken Sie regelmäßig Alkohol? Wieviel bei welcher Gelegenheit, wie oft?

Wie oft, wie lange und weshalb waren Sie in den letzten beiden Jahren arbeitsunfähig?

Waren Sie schon einmal zur Kur? Stationärer Aufenthalt im Krankenhaus.

2. Zu Ihrer Ursprungsfamilie

Geburtsjahr / erlernte und ausgeübte Berufe von

Vater

Mutter

Wann haben Ihre Eltern geheiratet?

Welche Krankheiten kamen in der Familie vor?

Befinden der Mutter in der Schwangerschaft?

Beschreiben Sie die Atmosphäre des Elternhauses

Vornamen, Alter, Beruf und Familienstand der Geschwister:

Wie war / ist das Verhältnis zu ihnen?

Welche wichtigen Bezugspersonen gab es während ihrer Kindheit noch?

Waren Sie in den ersten fünf Lebensjahren längere Zeit von den Eltern getrennt?

Beschreiben Sie ihre Mutter und ihre Einstellung zu Ihnen (früher und heute)

Beschreiben Sie ihren Vater und seine Einstellung zu Ihnen (früher und heute)

3. Zu Ihrer jetzigen Lebenssituation

Mit wem leben Sie derzeit zusammen (Vorname, Alter, Beruf)?

Wie lange sind sie zusammen/ verheiratet?

Beschreiben Sie ihre Wohnung

Frühere Ehen bzw. Partnerschaften:

Übereinstimmung mit dem derzeitigen Partner in folgenden Gebieten:

Unstimmigkeiten? Wo hat der Partner Probleme?

Wie würden Sie ihr momentanes Sexualeben beschreiben?

Name / Geburtsjahr / Familienstand Ihrer Kinder

4. zu Ihrer körperlichen und seelischen Entwicklung

Grösse und Gewicht bei der Geburt. Gab es Komplikationen?

Grösse und Gewicht heute. Maximum / Minimum zu welchem Zeitpunkt?

Welche Kinderkrankheiten hatten Sie?

Gesundheitszustand während der Kindheit:

Körperliche Entwicklung

In welchem Alter lernten Sie

Gehen:

Sprechen:

Sauberkeit:

Wann hatten Sie Ihre erste Blutung, den ersten Samenerguss?

Wie, wann und von wem wurden Sie sexuell aufgeklärt?

Was kam in ihrer Kindheit und Jugend Besonderes vor ?

Hatten Sie irgendwelche Unfälle (mit welchen Folgen)?

Wann wurden Sie das letzte Mal ärztlich untersucht? Von wem?

Wie verliefen ihre ersten sexuellen Erfahrungen? In welchem Alter? Wo liegen auf sexuellen Gebiet ihre Hemmungen?

Welche besonderen hetero- oder homosexuellen Erfahrungen gibt es für Sie?

Gab es Abtreibungen und Fehlgeburten in Ihrem Umfeld?

Wie leicht fällt es Ihnen, Kontakte zu anderen Menschen zu knüpfen? Inwieweit können Sie die Beziehungen aufrechterhalten?

Beschreiben Sie Ihr Verhältnis zu Ihrem Körper:

5. Zu Ausbildung und Beruf

Jahr der Einschulung

Schulabschlüsse mit Noten

Ausbildung

Berufstätigkeit

Wie waren Ihre früheren Berufswünsche in Kindheit und Jugend?

Wie befriedigend ist Ihre derzeitige Arbeitssituation? Was würden sie sich anders wünschen, zukünftige Berufspläne?

Welche Interessen und Hobbies haben Sie in Ihrer Freizeit?

6. Zu Ihren Erwartungen

Nennen Sie Ihre 5 grössten Ängste

Was erwarten Sie von der Therapie/ der Therapeutin?

7. Erinnerungen und Träume aus der Kindheit

Erinnerung 1 ungefähres Alter:

Überschrift:

Als ich einmal.....

Gefühle als Kind:

Gefühle dazu heute:

Erinnerung 2

-

Traum 1 aus der Kindheit ungefähres Alter:

Überschrift:

Gefühle als Kind:

Gefühle beim Aufschreiben heute:

Aktueller Traum 1 - ungefähres Datum:

Überschrift:

Ablauf

Gefühle beim Aufwachen

(nach gleichem Schema, evt. auf zusätzlichem Blatt weiter)