

Sehr geehrte Interessentin, sehr geehrter Interessent,

ich möchte Ihnen noch einige Informationen geben, so dass Sie sich vorab schon auf den Termin vorbereiten können.

Gesprächsverlauf

In der Regel verschaffe ich mir im Gespräch zuerst einen Überblick über die Situation. Daher ist es günstig, wenn Sie schulmedizinische oder auch naturheilkundliche Diagnosen mitbringen.

In meiner Arbeit spielt die gesamte Lebenssituation sowie die seelische Verfassung eine wichtige Rolle für die Entstehung und für die Heilung von Krankheiten. Deswegen werden wir im Gespräch die seelischen Krankheitsauslöser berücksichtigen.

Therapieplan

In einem Teil der Fälle ist es so, dass mit dem ersten Gesprächstermin der Auslöser der Krankheit und der Heilungsansatz gefunden wird und sich ein günstiger Genesungsverlauf zeigen kann, so daß keine weiteren Termine nötig sind. In einem weiteren Teil der Fälle sind weitere Therapiesitzungen sinnvoll, um eine körperliche wie seelische Heilung zu unterstützen. In diesem Fall würde ich Ihnen am Ende der ersten Therapiestunde meine Einschätzung zu einem sinnvollen therapeutischen Vorgehen geben und mit Ihnen, falls erwünscht, gemeinsam einen Therapieplan ausarbeiten.

Somit wünsche ich Ihnen inzwischen eine gute und ruhige Vorbereitung. Ich freue mich, Sie bald kennenzulernen.

Mit freundlichen Grüßen

Anja Wachlin-Junghöfer

Anamnesebogen

Bitte füllen Sie nachfolgenden Anamnesebogen aus und bringen Sie diesen bei Ihrem ersten Termin mit. Das Ausfüllen des Anamnesebogens erleichtert uns den Überblick in der Therapiesitzung und Sie können damit Therapiezeit und Therapiekosten einsparen.

Wir werden bei den Terminen das Wichtigste davon gemeinsam besprechen.

Falls Sie bestimmte Angaben nicht machen wollen oder nicht für wichtig halten, können Sie die betreffenden Felder gerne auslassen.

Vorname:**Nachname:**

Straße:

PLZ:

Ort:

Telefon:

E-Mail:

Geburtsdatum:

Beruf:

Partner:

Name:

Beruf:

Alter:

evtl. Ex-Partner:

Kinder:

Name:

Beruf:

Alter:

Name

Beruf:

Alter:

Name:

Beruf:

Alter:

Name:

Beruf:

Alter:

Eltern:

Name:

Beruf:

Alter:

Name:

Beruf:

Alter:

Geschwister:

Name:

Beruf:

Alter:

Name:

Beruf:

Alter:

Name:

Beruf:

Alter:

Name:

Beruf:

Alter:

Name:

Beruf:

Alter:

Vor einer Behandlung bei Frau Anja Wachlin-Junghöfer habe ich Ärzte zwecks schulmedizinischer Abklärung und Behandlung meiner Erkrankung aufgesucht. Diese haben mich ausführlich über meine Erkrankung aufgeklärt. Die Diagnose lautet: _____

Wegen meiner aktuellen Beschwerden bin ich bei folgendem Arzt in Behandlung:

Hausarzt:

Name:

Strasse:

PLZ/Ort:

Facharzt:

Name:

Strasse:

PLZ/Ort:

Datum und Ihre Unterschrift

Falls der Platz für Ihre Antworten nicht ausreichen sollte, verwenden Sie bitte die Rückseite!

1. Was sind Ihre aktuellen körperlichen oder psychischen Beschwerden? (wenn mögl. alle auflisten)

Welche schulmedizinischen, naturheilkundlichen und sonst. Untersuchungen/Diagnosen gibt es?

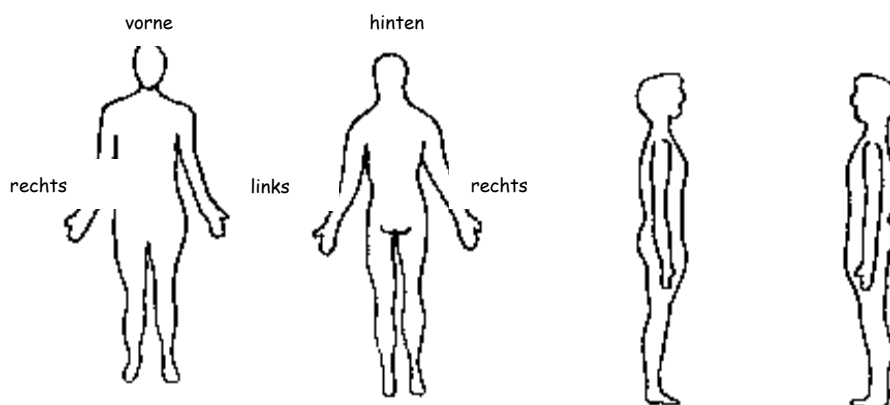
2. Welche Erkrankungen hatten Sie in früheren Lebensjahren gehabt?

3. Wie ist ihr Allgemeinbefinden und psychischer Zustand?

4. Welche Medikamente (evtl. Pille) nehmen Sie aktuell ein? Welche Nebenwirkungen treten dadurch auf?

5. Welche Drogen/Genussmittel nehmen Sie oder haben Sie eingenommen (von wann bis wann)?

6. Bitte tragen Sie hier die von Symptomen betroffenen Körperstellen ein:
Schmerzen, Hautausschläge, Entzündungen, Tumoren,
Funktionseinschränkungen, Narben...



7. Welche Operationen haben bisher stattgefunden? Welche Unfälle (Verletzungen) haben sich ereignet?

8. Körpergröße: Körpergewicht:

Gewichtsschwankungen (wann):

9. Wie ist Ihr Schlaf? In welchen Zeiten gab es Veränderungen des Schlafes?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Einschlafstörungen: | <input type="checkbox"/> Durchschlafstörungen: |
| <input type="checkbox"/> Bestimmte Aufwachzeiten: | <input type="checkbox"/> Leichter Schlaf: |
| <input type="checkbox"/> Nachtschweiß: | <input type="checkbox"/> Auffällige Träume: |
| <input type="checkbox"/> Schlafmittel: | <input type="checkbox"/> Sonstiges: |

10. Wie sind ihr Appetit und evtl. das Essverhalten? Wann gab es Veränderungen?

- Appetitlosigkeit:
- Vermehrter Appetit:
- Heißhungergefühle (auf bestimmte Nahrungsmittel):
- Abneigung gegen bestimmte Nahrungsmittel:
- Sonstiges:

11. Wie hoch sind Ihr Blutdruck und der Puls? Wann gab es Veränderungen?

12. Wie sind die Wärmeverhältnisse im Körper?

- Warme Hände und Füße Kalte Hände und Füße
- Fieber/wann/ wie hoch:
- Neigung zum Frieren allgemein? Seit wann?
- Sonstiges:

13. Für Frauen: Wie ist Ihre Regelblutung?

- Regelmäßig Unregelmäßig Schmerzhaft
- Verkürzt Verlängert

Wann ist die Regelblutung zum ersten Mal (Alter) eingetreten?

In welchen Zeiten (Lebenssituationen) ist sie evtl. ausgeblieben?

Wechseljahre, seit wann

14. Händigkeit

Sind Sie Rechtshänder/In oder Linkshänder/In

15. Gab es Veränderungen der Hormonlage durch:

- Pille Eierstock-/Hodenoperation Chemotherapie
- Medikamente Sonstiges

Was ist Ihr Anliegen für die gemeinsamen Gespräche?

Was ist Ihr Therapieziel?

Körperlich:

Seelisch:

Vielen Dank für Ihre Bemühungen, den Anamnesebogen sorgfältig auszufüllen.

Mit herzlichen Grüßen

Anja Wachlin-Junghöfer

P.S.: Wenn Sie sich noch intensiver auf das bevorstehende Therapiegeläch vorbereiten wollen, können Sie die nachfolgenden Seiten studieren und ausfüllen. Diese dienen hauptsächlich dazu, den krankheitsauslösenden Konflikt zu finden. Sie können damit Therapiezeit und Therapiekosten einsparen. Das Ausfüllen ist freiwillig. Bitte entscheiden Sie selbst, ob das Ausfüllen der folgenden Seiten für Ihre Situation und Ihr Anliegen für die Therapie relevant ist. Es kann Ihnen auch zur eigenen Bewusstwerdung dienen.

Auflistung belastender Situationen/Ereignisse/Konflikte

Nach meiner Erfahrung, stehen die körperlichen und psychischen Symptome, die auftreten, in Verbindung mit belastenden, beängstigenden oder auch schockierenden ... Lebenssituationen.

Wir werden in unserem Gespräch die Symptome, die Sie aktuell haben, und die Symptome, die Sie hatten, in Beziehung bringen mit Lebensereignissen, die Sie belastet haben oder evtl. noch belasten.

Hierfür können Sie schon einmal eine kleine Auflistung machen, in dem Sie versuchen, folgende Fragen zu beantworten:

Welche Lebenssituationen oder Zustände belasten Sie momentan am stärksten?

Was beschäftigt Sie gedanklich und emotional am meisten?

Wovor haben Sie die größte Angst?

Was macht Ihnen Stress?

Welche Ereignisse belasteten Sie im Zeitraum vor Feststellung der Erkrankung am stärksten?

Welche Ereignisse/Erfahrungen waren in Ihrem Leben, v.a. in Ihrer Kindheit am belastendsten?

Tabellarischer Lebenslauf

Wenn Sie wollen, können Sie vorab schon einmal einen zeitlich geordneten tabellarischen Lebenslauf erstellen, in dem Sie stichpunktartig wichtige Lebensstationen auflisten:

- Schulische Laufbahn/Schulwechsel/Schulprobleme
- Berufliche Stationen/Arbeitsplatzwechsel
- Partnerschaften/Trennungen, Krankheiten u. Tod von Familie, Freunden
- Streit-,Angstsituationen/Konflikte/Belastungen/Traumen/Lebenskrisen
- Unfälle
- ...

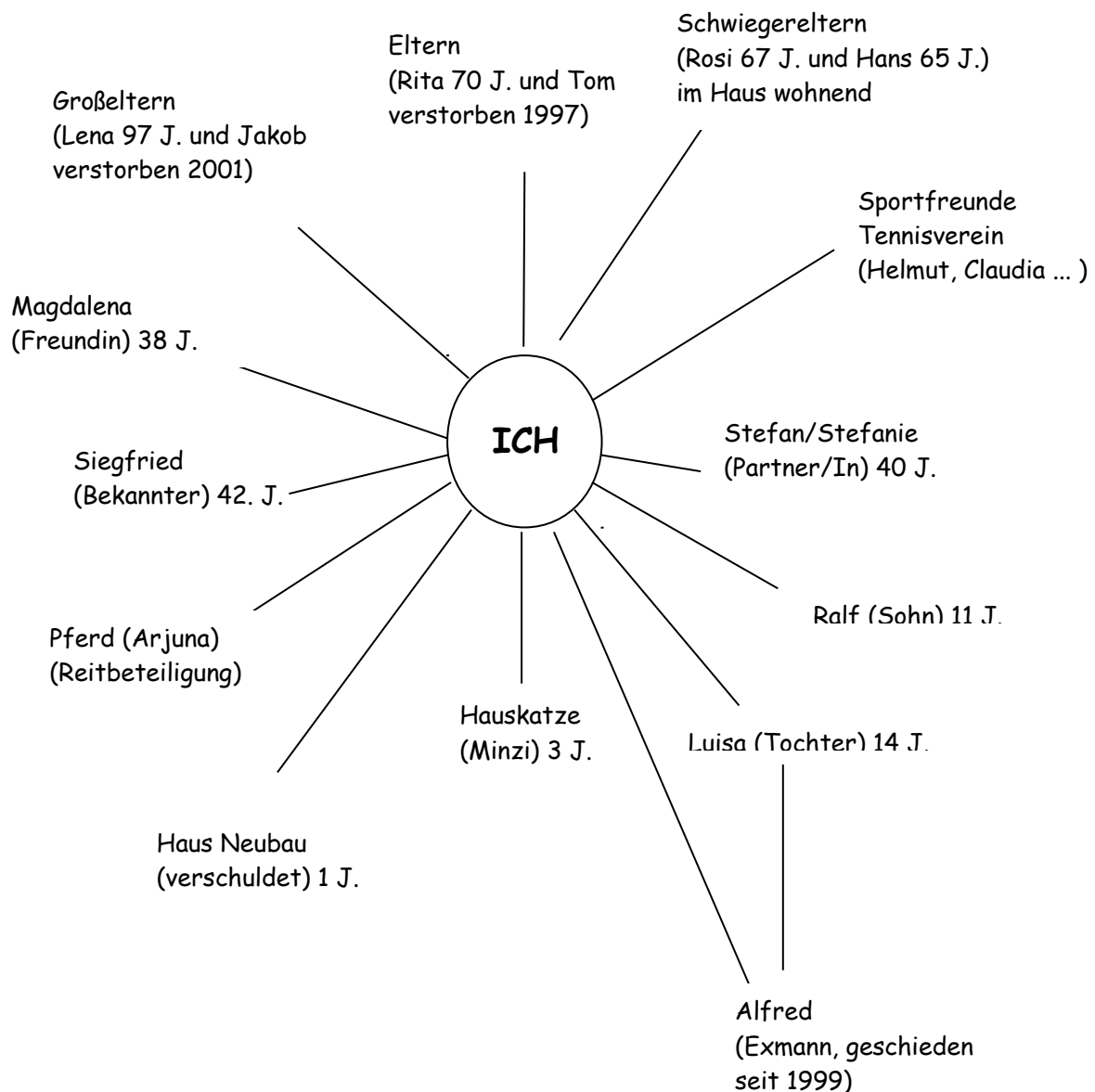
Beginnen Sie dabei bei Ihrer Geburt (evtl. inkl. Schwangerschaft) bis zum jetzigen Zeitpunkt. Falls nötig, können Sie die Liste auf einem Extra-Blatt verlängern.

Erstellen des Beziehungskreises

Im Therapieverlauf und im Speziellen zum Auffinden von Krankheitsauslösern, ist es oft hilfreich, wenn Sie selbst und auch ich als Therapeut einen möglichst guten Überblick über ihre Lebenssituation erhalten. Dazu können Sie vorab schon einmal beitragen, indem Sie einen Beziehungskreis erstellen, durch den ein guter Überblick möglich wird.

Wie im folgenden Beispiel, können Sie auf einem gesonderten Blatt, sich selbst (ICH) in die Mitte schreiben und nach freier Wahl alle Personen, Lebewesen, Dinge und Lebensverhältnisse drumherum gesellen, die Ihnen wichtig sind. Schreiben Sie die Personen möglichst mit dem Namen, mit dem Sie sie ansprechen, auf das Blatt.

Unten dargestelltes Beispiel soll nur als möglicher Anhaltspunkt dienen.



**Dieses Blatt können Sie für Ihren persönlichen, handschriftlichen
Beziehungskreis nutzen.**

Familiengeschichte

Welche besonderen belastenden ... Ereignisse gab es in der bisherigen Familiengeschichte?

Streitigkeiten, Unfälle, früher Tod, Vertreibungen, Scheidungen, Ungerechtigkeiten, Weiteres ...

(Eltern, Großeltern, Urgroßeltern ... / Schwiegereltern, Großeltern und Urgroßeltern des Partners)

Welche nennenswerten körperlichen und psychischen Erkrankungen traten bisher in der Familiengeschichte auf?

Eltern, Großeltern, Urgroßeltern ...