

Fragebogen zum Mindful Self-Compassion (MSC) Kurs

Hinweis: Die folgenden Informationen werden nur von der Kursleitung eingesehen. Wenn Sie einige der Fragen nicht auf dem Fragebogen beantworten möchten, dann notieren Sie das bitte und wir können es dann persönlich besprechen, bevor der Kurs beginnt.

Vor- und Nachname:

Adresse:

Email:

Telefon:

Geburtsdatum:

Ausgeübter Beruf:

1. Was ist Ihre Motivation, an diesem Kurs teilzunehmen?
2. Meditieren sie regelmäßig? Wenn ja, in welcher Tradition und wie häufig?
3. Haben Sie Erfahrungen mit Achtsamkeit bzw. MBSR oder ähnlichen Ansätzen?
4. Wie würden Sie Ihren körperlichen Gesundheitszustand beschreiben? (Hervorragend, mittel, schlecht – ev. mit kurzer Erläuterung)
5. Wie würden Sie Ihren psychischen Gesundheitszustand beschreiben? (Hervorragend, mittel, schlecht – ev. mit kurzer Erläuterung)
6. Befinden Sie sich zu Zeit in psychotherapeutischer Behandlung? Wenn ja, dann geben Sie bitte den Namen und Kontaktdaten/Tel Ihrer(s) Psychotherapeutin(en) an.
7. Nehmen Sie zur Zeit Psychopharmaka oder andere Medikamente, die ihre Gefühlslage stark beeinflussen? (ev. Kontaktdaten d. Psychiaters)
8. Gibt es andere Dinge, die die Kursleitung wissen sollte?

Bitte an Sabine Hanna Witte mail@mindful.berlin

Bei Rückfragen auch gerne telefonisch: 0177 7888988

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung, Haftung von Seiten der Kursleitung ist ausgeschlossen. MSC ist eine ergänzende Form der Gesundheitsfürsorge und stellt keinen Ersatz für psychotherapeutische oder andere eventuell notwendige medizinische Behandlung dar.