

Lebenslauffragebogen

Liebe Patientin, lieber Patient,

bitte füllen Sie diesen Fragebogen zu Ihrer Lebensgeschichte vollständig aus. Informationen über Ihre Lebensgeschichte und die Entwicklung der Symptomatik sind notwendig, um ein Erklärungsmodell für Ihre psychischen Probleme zu entwickeln. Aus diesem Erklärungsmodell werden Therapieziele und Behandlungsmethoden abgeleitet. Der Lebenslauffragebogen stellt eine Grundlage und Ergänzung für unsere Therapiegespräche bezüglich Ihrer Lebensgeschichte und Symptomentwicklung dar. Bringen Sie den ausgefüllten Fragebogen bitte zur nächsten Therapiestunde mit. Die Angaben im Fragebogen unterliegen unserer Schweigepflicht. Er wird gemeinsam mit der Dokumentation Ihrer Therapiestunden verschlossen aufbewahrt.

Herkunftsfamilie

Sind in Ihrer Herkunftsfamilie psychische Erkrankungen bekannt oder zeigten Familienmitglieder auffälliges Verhalten (z.B. viele Wutausbrüche, sehr häufiger Alkoholgebrauch, nahezu ständig traurig)?

Wo sind sie geboren und aufgewachsen?

Bei wem sind Sie von wann bis wann aufgewachsen?

Wer war/en Ihre Hauptbezugsperson/en? Oder haben Sie die Dinge des Lebens mit sich alleine „abgemacht“?

Wie viele Geschwister haben Sie und wie ist Ihr Altersabstand zu den Geschwistern?

Gab es Umzüge (bitte Orte und Jahresangaben der Umzüge machen)?

Wenn ja, warum gab es Umzüge?

Bitte beschreiben Sie das Temperament (z.B. aufbrausend, schüchtern) und typisches Verhalten von...

Ihrer Mutter:

Ihrem Vater:

Ihren Geschwistern:

Weiteren:

Ihnen als...

Baby (z.B. pflegeleicht, Schreibaby):

Kind:

Jugendliche/r:

Erwachsene/r:

Wie war Ihre Beziehung zu...

Ihrer Mutter:

Ihrem Vater:

Ihren Geschwistern:

Weiteren:

Bitte benennen Sie vier typische Werte Ihrer Herkunftsfamilie:

Gab es für Sie einschneidende Erlebnisse mit Ihrer Familie, die sie womöglich bezüglich Ihrer heutigen seelischen Beschwerden geprägt haben (z.B. Scheidung, Gewalt)?

Können Sie Stärken oder positive Eigenschaften Ihrer Herkunftsfamilie benennen?

Kindergarten, Schule und Beruf

Waren Sie im Kindergarten?

Sind Sie gerne in den Kindergarten gegangen oder war es Ihnen unangenehm und warum?

Welche Schulen haben Sie besucht?

Schulnamen:	Schulformen:	Zeitraum (von...bis...:)	Abschluss:

Wie waren Ihre Beziehungen zu...

Mitschülern:

Lehrern:

Wie waren Ihre Schulleistungen? Wenn es Schwankungen in den Leistungen gab, womit schwankten Ihre Leistungen?

Welche Probleme gab es in Kindergarten und Schule?

Bitte notieren Sie, welche Berufsausbildungen und Studiengänge Sie durchlaufen haben:

Berufsausbildung / Studium:	Ausbildungsstätte / Universität:	Zeitraum (von...bis...):	Abschluss:

Bitte notieren Sie Ihre Arbeitgeber beziehungsweise berufliche Tätigkeiten:

Arbeitsstätte:	Tätig als:	Zeitraum (von...bis...)	Grund der Beendigung:

Wie waren und sind bei den unterschiedlichen Arbeitsstellen Ihre Beziehungen zu...

Kollegen:

Vorgesetzten:

Gibt es wiederkehrende Schwierigkeiten bei der Arbeit?

Wie erleben Sie Ihre Arbeit aktuell?

Falls Sie nicht arbeiten, wie erleben Sie ihren Alltag aktuell?

Gab es einschneidende Erlebnisse in Kindergarten, Schule oder Beruf, die Sie womöglich bezüglich Ihrer heutigen seelischen Beschwerden geprägt haben?

Freundschaften, Beziehungen und Familie

Bitte beschreiben Sie in einigen Stichworten Ihre Freundschaften in...

Kindergartenalter:

Grundschulalter:

Jugendzeit:

Erwachsenenleben:

Bitte kreuzen Sie an, welcher „Freundschaftstyp“ Sie sind (Mehrfachauswahl möglich):

- | | |
|---|--|
| ☐ wenige beständige, enge Freunde | ☐ wenige, eher oberflächliche Freunde |
| ☐ häufig wechselnde Freunde | ☐ viele enge Freunde |
| ☐ viele eher oberflächliche Bekannte | ☐ keine Freunde |
| ☐ sonstiges: | |

Gibt es wiederkehrende Probleme in Freundschaften?

Gab es einschneidende Erlebnisse in Freundschaften, die Sie womöglich bezüglich Ihrer heutigen seelischen Beschwerden geprägt haben?

Wie ist Ihre sexuelle Orientierung?

- | | |
|--|---|
| ☐ heterosexuell | ☐ homosexuell |
| ☐ bisexuell | ☐ kein sexuelles Interesse seit: |

In welchem Alter erwachte Ihr Interesse am anderen / gleichen Geschlecht?

In welchem Alter kam es zum ersten Geschlechtsverkehr?

In welchem Alter hatten Sie den ersten Partner / erste Partnerin?

Wie viele Partnerschaften hatten Sie bisher?

Wenn Sie ein Muster in Ihren bisherigen Partnerschaften erkennen, beschreiben Sie dieses bitte mit einigen Stichworten!

Leben Sie aktuell in einer Affäre, Partnerschaft oder Ehe?

Wenn ja, wodurch ist Ihre aktuelle Partnerschaft gekennzeichnet?

Welche Probleme bestehen in der Partnerschaft?

Was gefällt Ihnen an Ihrem Partner und an Ihrer Beziehung zueinander?

Gab es einschneidende Erlebnisse in Ihren Partnerschaften, Affären oder bei Bekanntschaften, die Sie womöglich bezüglich Ihrer heutigen seelischen Probleme geprägt haben?

Bitte kreuzen Sie an, ob körperliche Gewalterfahrungen gemacht wurden in...

- | | |
|--|--|
| ☐ Herkunftsfamilie | ☐ Kindergarten, Schule oder Job |
| ☐ Freundschaften | ☐ Beziehungen/Sexualität |
| ☐ es bestehen heutzutage Gewalterfahrungen fort | ☐ andere |

Von wem ging die Gewalt aus (z.B. Eltern, Mitschüler, mir selber)?

Bitte kreuzen Sie an, ob seelische Gewalterfahrungen (z.B. Beleidigungen, Geschrei) gemacht wurden in...

- ☐ Herkunftsfamilie ☐ Kindergarten, Schule oder Job
☐ Freundschaften ☐ Beziehungen/Sexualität
☐ es bestehen heutzutage Gewalterfahrungen fort ☐ andere

Von wem gingen die Gewalterfahrungen aus?

Haben Sie Kinder?

Wenn ja, wie viele?

Wo leben Ihre Kinder?

Bitte beschreiben Sie kurz Ihre Beziehung zu Ihren Kindern seit der Geburt bis heute:

Welche Schwierigkeiten bestehen mit Ihren Kindern?

Freizeit

Wie verbringen Sie Ihre Freizeit?

Welche Hobbys haben Sie gegebenenfalls?

Falls Sie derzeit keine Hobbys haben, welche Freizeitaktivitäten und Hobbys haben Ihnen früher Freude gemacht?

Symptomentwicklung

Welche psychischen Beschwerden bestehen?

Seit wann bestehen die seelischen Beschwerden und welche Auslöser für die seelischen Probleme können Sie benennen (z.B. Tod einer Angehörigen, Trennung, Dauerbelastung durch Erziehungsprobleme)?

Welche Beziehungen und Erlebnisse gab es in Ihrer Lebensgeschichte, die die (spätere) Entwicklung Ihrer seelischen Probleme begünstigt haben könnten?

Wie haben sich die seelischen Probleme im Laufe der Zeit entwickelt (z.B. zunehmend schlechter, phasenweise gebessert)?

Wenn es Schwankungen in der Symptomatik gab, wodurch kamen diese Schwankungen Ihrer Meinung nach zu Stande?

Was haben Sie schon alles versucht, um sich zu helfen?

Wie zuversichtlich sind Sie, dass eine Verhaltenstherapie Ihnen helfen wird?

Man sagt, in jeder Krise steckt auch eine Chance. Worin könnte die Chance für Sie liegen?

Vielen Dank!