



# Sozialtherapie Sehnde

## Anamnese

Anna Herr - Systemisch-integrative Sozialtherapeutin - Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin B.A. -  
Evolutionspädagogin®

**Datum:**

**Name:**

Vorangegangene Coachings, Beratungen oder Therapien:

Überlegungen zur Wahl des Beratungs-Zeitpunkts:

Psychische Erkrankungen:

Berufliche Situation:

Sind sie aktuell krankgeschrieben?

---

Körpergesundheit:

Medikamente:

Fühlen Sie sich durch die Medikamente eingeschränkt?

Schlafgewohnheiten:

Essgewohnheiten:

Psychische Stabilität Skala 1-10 (je höher der Wert desto stabiler das subjektive Erleben der psychischen Stabilität):

Selbstverletzendes Verhalten:

Suizidalität:

Drogen- oder Medikamenten Missbrauch:

---

Wie laden Sie ihren persönlichen Akku wieder auf?

Durch welche Techniken können Sie sich auch in schwierigen Situationen beruhigen?

Durch welche Faktoren in ihrem Leben fühlen Sie sich gestärkt und stabilisiert?

Wen können Sie nach Hilfe und Unterstützung fragen?

Hobbys:

---

Aktuelle Familien- und Beziehungssituation:

Ehe- oder Partnerschaftsprobleme:

Kinder:

Erziehungsschwierigkeiten:

Psychische Erkrankungen innerhalb der Familie:

Haben Sie Menschen die Sie unterstützen?

Bitte Unterstreichen Sie welche folgenden Beschwerden auf Sie aktuell zutreffen:

depressive Verstimmungen - Rededrang - Angst in Menschenmengen - überaktiv - immer fröhlich - oft den Tränen nahe - sorglos - kein Interesse/ keine Freude an Aktivitäten - die Ärzte wissen nicht, woran ich leide - rastlos - Angst das Haus zu verlassen - manchmal nehme ich meine Umgebung als leblos wahr - Angst zu reisen - sehr schnell ablenkbar - ich habe das Gefühl „neben mir zu stehen“ - die Ärzte nehmen meine Beschwerden nicht ernst - mein Körper ist mir fremd - unsicher und gehemmt im Umgang mit anderen Menschen - Angst sich zu blamieren - manchmal habe ich das Gefühl, meine Umgebung sei unwirklich - emotionale Taubheit - unruhig - Selbstmordgedanken - plötzliche Angstanfälle ohne Grund - Selbstmordversuche - dauerhaft Angst - mir drängen sich Handlungen auf, die ich ausführen muss - müde - kraftlos - ich fühle mich wertlos - meine Gefühle kommen mir oft fremd vor - ich kann mich oft nur schwer an Dinge erinnern - ständig nervös - ich habe Schuldgefühle - mir drängen sich Gedanken auf, die ich ausführen muss - Konzentrationsprobleme - ich kann mich oft nicht entscheiden - Angst zu sterben

Herzrasen - Schmerzen in der Brust - Schlaflosigkeit - Schmerzen im Rücken/ in den Schultern/ im Nacken - Gewichtszunahme - Erstickungsgefühle - Schwindel - Magenbeschwerden - erhöhte Muskelspannung - meine Haut juckt/brennt/fühlt sich taub an - Gewichtsverlust - Oberbauchbeschwerden - Engegefühl in der Brust - vermehrter Schlaf - Zittern - Schweißausbrüche - Taubheitsgefühle - Kribbeln - Übelkeit - Benommenheit

