

# Daten zum Mensch

Name:

Adresse:

Telefon:

Geburtstag:

Geburtsort:

Kinder:

Partnerschaft:

email:

Beruf:

# Anamnesebogen Mensch

Welche Menschen haben dein Leben besonders geprägt, sowohl positiv als auch negativ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Stell dir vor, wie dein Leben in 12 Monaten sein wird. Welche wichtigen Themen konntest du klären?

---

---

---

---

---

---

---

---

Wie ist grundsätzlich dein Lebensgefühl?

---

---

---

---

---

---

---

---

Welches sind deine 3-5 wichtigsten Erkenntnisse in den letzten 6 Monaten?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Welches sind deinen einschneidensten Ereignisse in deinem bisherigen Leben?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Was würdest du wirklich gerne können?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Welche Themen würdest du gerne im gemeinsamen Coaching mit mir angehen?

  
  
  
  
  
  
  
  

Auf einer Skala von 1-10, wobei 1 besonders gut und 10 besonders schlecht ist, wie würdest du dein Wohlbefinden derzeit beschreiben?

Welcher Wert, auf die o.g. wäre für dich wünschenswert?

In welchem Zeitraum möchtest du gerne welche Verbesserung erwirken?

  

Welche Eigenschaften magst du besonders an dir?

Welche Eigenschaften an dir magst du noch nicht so gerne?

  
  
  
  
  
  
  
  

Kennst du Trigger von dir?

  
  
  
  
  
  

Wenn dir eine gute Fee einen Wunsch erfüllen könnte, welchen würdest du dann wählen und warum gerade diesen?



**Deine Biographie-Daten:**

Ereignis	Alter	Dauer	Ort	Erfahrungen
Kindergarten				
Grundschule				
Weiterführende Schule				
Ausbildung				
Studium				
Weiterbildungen				
Umzug				
Krankheiten				
Krankenhausaufenthalt				

weitere wichtige Ereignisse, die eine Rolle, in deinem Leben gespielt haben, können gerne ergänzt werden

**Ergänzungen/Sonstiges**

15 horizontal white rounded rectangular boxes for additional notes.

Wohnverhältnisse:

  
  

Freizeitgestaltung:

  
  

Werte:

  
  

Verhältnis zur Mutter:

  
  
  

Verhältnis zu Vater:

  
  
  

Verhältnis zu Geschwistern:

  
  
  

Verhältnis zu anderen Familienmitgliedern:

  
  
  

Normaler Tagesablauf:



Was ist bisher gelaufen, was war erfolgreich, was erfolglos?

Handwritten notes in a lined box.

Innerfamiliäre Konflikte

Handwritten notes in a lined box.

Wiederkehrende Themen:

Handwritten notes in a lined box.

Partnerschaftliche Beziehungen:

Handwritten notes in a lined box.

Bisherige Bewältigungsstrategien

Handwritten notes in a lined box.



Welche Strategien empfindest du als problematisch und warum?

Handwritten response area with 7 horizontal lines.

Wie beschreibt ein Familienmitglied/Freund/Kollege deine Eigenschaften?

Handwritten response area with 7 horizontal lines.

Bist du damit einverstanden?

Handwritten response area with 7 horizontal lines.

Was spricht dafür, dass Problem ausgerechnet jetzt anzugehen?

Handwritten response area with 7 horizontal lines.

Fallbeispiele (ausführlich durch Spontanbericht schildern, mit Beispielen):

Handwritten response area with 12 horizontal lines.

Wie fühlst du dich ich während der Problemsituation: ängstlich, wütend, enttäuscht, panisch...

  
  
  
  
  
  

Wie interpretierst du die Situation?

  
  
  
  
  

**Zielvereinbarung:**

Was soll erreicht werden, z.B. keine Angst mehr haben, handlungsfähig bleiben, etc

  
  
  
  
  
  

Wie belastend ist die Situation gerade für Sie auf einer Skala von 1-10 (10 = sehr belastend) ?

Welcher Wert aus den o.g. Skalen ist noch in Ordnung?

In welchem Zeitraum soll da erreicht werden?

Gibt es eventuell Einwände/Bedenken?

  
  
  
  
  

Wie würde das optimale Verhalten/Beziehung aussehen?

