

Biografischer Fragebogen

Mithilfe des vorliegenden Fragebogens soll ein Eindruck von Ihrem lebensgeschichtlichen Hintergrund gewonnen werden. Er ist damit ein wichtiges Werkzeug, um Sie, Ihre Ressourcen als auch problematische Aspekte Ihres Erlebens besser verstehen zu lernen.

Indem Sie die folgenden Fragen vollständig und sorgsam bearbeiten, tragen Sie einen wesentlichen Teil zu einer gelungenen Behandlung bei und Sie vertiefen dabei Ihre eigene Problemsicht. Vielen Menschen sind allein schon beim Ausfüllen dieses Bogens wichtige Zusammenhänge bewusst geworden.

Hinweis zum Datenschutz: Wie alle Ihre Therapieunterlagen werden Ihre Antworten vertraulich behandelt. Dritte erhalten ohne Ihre Zustimmung keinen Zugang zu diesen Informationen.

Wenn Sie nicht in der Lage sind, eine Frage zu beantworten, machen Sie einen Strich. Sie dürfen selbstverständlich auch Ergänzungen machen, falls es aus Ihrer Sicht von Bedeutung sein sollte.

Herkunftsfamilie

Vater

Name	Geburtsjahr	ggf. Todesjahr, -ursache
.....		

Beruf	Krankheiten
.....	

Typische Eigenschaften Ihres Vaters, als Sie ein Kind waren:
.....

Typische Sätze Ihres Vaters (Lebensmotte, Leitsätze, Prinzipien), die Sie als Kind gehört haben:
.....
.....

Fragebogen_Lebensgeschichte

Bedeutende Erlebnisse mit Ihrem Vater in Ihrer Kindheit:

.....

.....

Mutter

Name Geburtsjahr ggf. Todesjahr, -ursache

.....

Beruf Krankheiten

.....

Typische Eigenschaften Ihrer Mutter, als Sie ein Kind waren:

.....

Typische Sätze Ihrer Mutter (Lebensmotive, Leitsätze, Prinzipien), die Sie als Kind gehört haben:

.....

.....

Bedeutende Erlebnisse mit Ihrer Mutter in Ihrer Kindheit:

.....

.....

Heirat der Eltern im Jahr

Trennung / Scheidung im Jahr

Wie alt waren Sie zu diesem Zeitpunkt

.....

Geschwister

Name	Geschlecht (m/w)	Geburtsjahr	evt. Todesjahr	Beruf
------	------------------	-------------	----------------	-------

.....

.....

.....

.....

Kindheit

Vermitteln Sie einen Eindruck von der Atmosphäre zu Hause bzw. in der Familie, in der Sie aufgewachsen sind. Was prägte die Stimmung? Wie haben Sie sich als Teil der Familie gefühlt?

.....

.....

.....

Wie beschreiben Sie die Beziehung zwischen Ihren Eltern:

.....

.....

.....

Wie gingen die Eltern mit Ihnen (und Ihren Geschwistern) um? Welche Werte waren Ihren Eltern besonders wichtig?

.....

.....

.....

Ihr Gesundheitszustand während der Kindheit? Wie ist Ihre Familie mit Krankheiten umgegangen?

.....

.....

.....

Schule

Schulstufen

Schulort

(von

bis)

.....

.....

.....

Wie haben Sie die Schulzeit erlebt? Ihre schulischen Stärken und Schwächen?

.....

.....

.....

Wie war Ihre Beziehung zu den Mitschülerinnen und –schüler und zu den Lehrpersonen?

.....

.....

.....

Wie haben Sie Ihre Freizeit verbracht damals?

.....

.....

Beruf

Ausbildung und erreichter Abschluss als

- keiner
- Anlehre
- Berufslehre
- Meisterprüfung
- höhere Fachschule
- Matura / Lehrerseminar

Weiterbildungen?

.....

.....

.....

.....

Arbeitsorte und Tätigkeiten:

.....

.....

.....

.....

Freundschaften und Liebesbeziehungen im (jungen) Erwachsenenalter

Beschreiben Sie Ihre soziales Leben? Mit wem und wie haben Sie Ihre Arbeits- und Freizeit verbracht?

.....

.....

Welches waren für Sie bedeutende Freundschaften? Wie wurde sie geknüpft, wie ggf. beendet? Was haben Sie als Erfahrungen für sich mitgenommen?

.....

.....

.....

Waren Sie einmal verliebt? Wenn ja, wann, in wen? Wie entwickelte sich dieses Gefühl weiter, was wurde daraus?

.....

.....

.....

Haben Sie Erfahrungen mit Liebesbeziehungen? Welche?

.....

.....

.....

Wie kam es zu Partnerschaften? Was hat Sie mit Ihrem Partner, Ihrer Partnerin verbunden?
Welches waren problematische Aspekte? Wie und wann kam es möglicherweise zur Trennung?
Wie haben Sie diese Erlebnisse geprägt?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Sexualität

Einstellung Ihrer Eltern zur Sexualität und ihr Umgang damit:

.....

.....

Wurden Sie aufgeklärt? Wurde über Sex gesprochen? Wenn ja, wie? Wann und durch wen haben Sie zum ersten mal von sexuellen Dingen gehört?

.....

.....

.....

.....

Wann und auf welche Weise wurden Ihnen zum ersten Mal Ihre eigenen sexuellen Impulse bewusst?

.....

.....

.....

Bitte beschreiben Sie wichtige Aspekte Ihrer ersten sexuellen Erfahrungen, falls es solche gibt:

.....

.....

.....

Selbstbeschreibung

Worin liegen Ihre Begabungen und Fähigkeiten?

.....

.....

Wofür erhalten Sie Lob und Anerkennung?

.....

.....

Worauf sind Sie besonders stolz in Ihrem Leben?

.....

.....

Welche Lebensanforderungen können Sie besonders schwer erfüllen?

.....

.....

Welche Schwächen sind Ihnen bewusst?

.....

.....

Was vermeiden Sie?

.....

.....

Welches Lebensmotto verfolgen Sie (z.B. „Erst die Arbeit, dann das Vergnügen“)?

.....

.....

Abschluss

Möchten Sie noch etwas anfügen, was für Ihre Therapie von Bedeutung ist?

.....

.....

.....

.....

.....