

MBSR Hintergrundinformationen

Um Ihr Wohlergehen und Ihre Sicherheit während des MBSR-Kurses bestmöglich unterstützen zu können, bitte ich Sie um Beantwortung der folgenden Fragen. Alle Angaben sind streng vertraulich und werden ausschließlich von dem Kursleiter gelesen. Wenn Sie Bedenken haben sollten, machen Sie bitte einen entsprechenden Vermerk auf dem Formular. Der Kursleiter wird dann vor Kursbeginn ein vertrauliches Gespräch mit Ihnen führen. Die Nichtbeantwortung einer Frage hat keinen Einfluss auf die Entscheidung über Ihre Kursteilnahme. Vielen Dank.

Name und Anschrift

Telefonnummer

Beruf

Geburtsdatum

Geschlecht

Nehmen Sie gemeinsam mit einer nahestehenden Person am Programm teil (Lebensgefährte/-in, Verwandte(r), Freund/-in)? Wenn ja, geben Sie bitte den/die Namen an:

Was ist der Grund für Ihr Interesse an einer Teilnahme an MBSR zum jetzigen Zeitpunkt?
(Wir weisen darauf hin, dass MBSR vor allem zur Unterstützung von persönlicher Entwicklung und persönlichem Wachstum entwickelt wurde.)

Meditieren Sie regelmäßig? Wenn ja, in welcher Form und seit wann? Vorerfahrungen mit Meditation sind keine Voraussetzung für eine Teilnahme am Programm.

Haben Sie Erfahrung mit Meditationsretreats? []Ja []Nein

Liegen körperliche Erkrankungen oder Einschränkungen vor, die einen Einfluss auf Ihre Teilnahme am Programm haben könnten? []Ja []Nein

Falls ja, machen Sie bitte nähere Angaben:

Gibt es aktuell in Ihrem Leben Umstände, die Sie außergewöhnlich belasten und die Ihre Teilnahme am Kurs erschweren (z.B. kürzlicher Verlust eines geliebten Menschen, Verlust des Arbeitsplatzes, Abhängigkeit, Fasten)?

Sind Sie zurzeit in psychotherapeutischer Behandlung? []Ja []Nein

Falls ja, ist Ihr(e) Therapeut(in) über Ihre Teilnahme an diesem Kurs informiert?
[]Ja []Nein

Dürfen wir Ihre(n) Therapeutin(-en) im unwahrscheinlichen Falle eines psychischen Notfalls kontaktieren? Wenn ja, nennen Sie bitte Kontaktdaten:

Nehmen Sie zur Zeit Psychopharmaka oder andere Medikamente, die Ihre Gefühlslage stark beeinflussen? Wenn ja, machen Sie bitte genaue Angaben.

Gibt es andere Dinge, über die die Kursleitung informiert sein sollte?

Meine Teilnahme an diesem Kurs erfolgt freiwillig. Ich kann die Teilnahme zu jeder Zeit beenden. Die Kursgebühr wird in diesem Fall nicht erstattet. Zum gegenwärtigen Zeitpunkt beabsichtige ich, am gesamten Kurs (einschließlich des Retreat-Tages) teilzunehmen und täglich 40 Minuten (formal oder informell) zu praktizieren.

Unterschrift:

Datum: