Pokochaj Siebie

Aleksandra Swierkosz

www.pokochajsiebie.de

FORMULARZ PSYCHOTERAPII

Sesja indywidualna

Wypełnienie ankiety zajmie Ci około 5-10 minut. Pomoże mi ona lepiej poznać Twoje potrzeby i przygotować się do naszej sesji. Pokaże również Twoją gotowość do naszej wspólnej pracy.
*Wymagane

Imię i nazwisko *

.....

Adres email *

.....

Numer telefonu *

.....

Od kogo lub skąd dowiedziałeś/aś się o mnie? *

.....

Czy korzystałeś/aś już z jakichś form pomocy w rozwiązaniu swoich problemów? *
Tak
Nie

Z jakich form korzystałeś/aś? *
Terapia
Coaching
Inne:.....

Co z nich wyniosłeś/aś? Co się w Twoim życiu zmieniło?

.....

.....

Czy korzystałeś/aś już z ustawień systemowych?
Tak, z grupowych
Tak, z indywidualnych
Z jednych i drugich
Nie korzystałem/am
Inne: .....

Jeśli korzystałeś/aś z ustawień to jak dawno?

.....

Czy po ustawieniach zauważyłeś/aś w swoim życiu zmiany?
Tak
Nie
Może
Inne: .....

Czy znasz metodę Pojednania z Rodzicami wg etyki Prekop?
Tak
Nie
Inne: .....

Czy aktualnie jesteś w trakcie jakiejś terapii/leczenia/procesu?
Tak
Nie
Jeśli tak, to jakiej? .....

Jaka dziedzina Twojego życia wymaga teraz Twojej największej uwagi? Z czym chcesz ze mną pracować? *
Związki/Relacje
Zdrowie
Finanse
Inne: .....

Jaki jest największy problem, który chciał(a)byś rozwiązać w dziedzinie/dziedzinach, które zaznaczyłeś/aś powyżej? *

.....

.....

.....

Co chcesz, aby się zmieniło? Jak chciał(a)byś, żeby ta dziedzina/dziedziny wyglądały? (np chcę mieć dobry związek; chcę zarabiać tyle i tyle) *

.....

.....

.....

Czy kiedykolwiek w Twoim życiu ta dziedzina wyglądała już w sposób spełniający Twoje oczekiwania? *

Tak

Nie

Inne: .....

Jeśli odpowiedź brzmi tak, to, jak sądzisz, co się stało, że to się zmieniło?

.....

.....

.....

Jak określił(a)byś swoje relacje z mamą w skali 0-5? (jeśli mama nie żyje, jak wyglądały za jej życia, jak je dzisiaj oceniasz?) *

bardzo słabe		trudne		żadne		bardzo dobre		wspaniałe
0	1		2		3		4	5

Opisz swoją mamę w kilku zdaniach. Tak, jak ją pamiętasz z dzieciństwa i okresu nastoletniego. Jaka była?

.....

.....

.....

Jak określił(a)byś swoje relacje z tatą w skali 0-5? (jeśli tata nie żyje, jak wyglądały za jego życia, jak je dzisiaj oceniasz?) *

bardzo słabe		trudne		żadne		bardzo dobre		wspaniałe
0	1		2		3		4	5

Opisz swojego tatę w kilku zdaniach. Tak, jak go pamiętasz z dzieciństwa i okresu nastoletniego. Jaki był?

.....

.....

.....

Jaki jest Twój największy lęk, najgorsze, co mogłoby Cię spotkać? Spróbuj napisać to jednym zdaniem.

.....

.....

.....

Czy jest coś jeszcze, co chciał(a)byś dodać, zanim się spotkamy?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....