

# Psychomenal - Andrea Koberstein

## Anamnesebogen für Paarberatung



### DEIN ABSCHNITTSTEXT

Willkommen zu unserer Paarberatung! Um Sie bestmöglich zu unterstützen, ist es wichtig, dass Sie in diesem Bogen offen und ehrlich Ihre Gedanken, Gefühle und Erfahrungen teilen. Dieser Anamnesebogen dient nicht nur dazu, einen Überblick über Ihre aktuelle Situation zu erhalten, sondern auch als Chance für Sie, eine Selbstanalyse vorzunehmen. Ihre Angaben werden streng vertraulich behandelt.

Bitte nehmen Sie sich Zeit, um die folgenden Fragen so ausführlich wie möglich zu beantworten. Es gibt keine „richtigen“ oder „falschen“ Antworten – es geht um Ihre individuelle Wahrnehmung und Perspektive.

### PERSÖNLICHE INFORMATIONEN

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Geburtsdatum/- \_\_\_\_\_ Partner: \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_ Familienstand / Kinder: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Email Address: \_\_\_\_\_

### ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZUR BEZIEHUNG

Wie lange sind Sie in Ihrer aktuellen Beziehung? Haben Sie zusammengelebt? Wenn ja, wie lange?

1) \_\_\_\_\_ 2) \_\_\_\_\_

Welche Eigenschaften haben Sie am Partner besonders geschätzt, als Sie ihn kennenlernten?

3) \_\_\_\_\_

4) Gibt es besondere Herausforderungen oder Veränderungen in letzter Zeit?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### STÄRKEN UND WERTE DER BEZIEHUNG

Was schätzen Sie an Ihrem Partner/Ihrer Partnerin am meisten?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Gibt es gemeinsame Aktivitäten oder Hobbys, die Sie verbinden?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Was sind die wichtigsten Werte, die Ihre Beziehung prägen?

  

### KOMMUNIKATION UND KONFLIKTLÖSUNG

Wie würden Sie die Kommunikation in Ihrer Beziehung beschreiben?

  

Gibt es bestimmte Konflikte oder Muster, die häufig auftreten?

  

Wie gehen Sie normalerweise mit Streitigkeiten um?

  

Kennen Sie Ihre Bedürfnisse und können Sie diese Ihrem Partner offen mitteilen?

  

### PERSÖNLICHE REFLEXION

Welche Erwartungen haben Sie an diese Paarberatung?

  

Gibt es Dinge, die Sie an sich selbst oder in Ihrer Beziehung ändern möchten?

  

Was soll auf keinen Fall verändert werden?

  

Wie gehen Sie persönlich mit Stress oder schwierigen Situationen um?

  

Welche Handlungen aus der Ehe Ihrer Eltern wenden Sie heute auch bei Ihrem Partner an?

OFFENE FRAGEN UND ANMERKUNGEN

Welche Fragen möchten Sie Ihrem Partner offen stellen?

Four horizontal grey bars for writing answers.

Haben Sie Wünsche oder Bedenken, die Sie teilen möchten?

Four horizontal grey bars for writing answers.

Sind Sie bereit auch noch einmal Dinge Ihrer Vergangenheit aufzuzeigen? - Biographiearbeit?  
Nennen Sie doch bitte einige wichtige Stationen aus Ihrem Leben

Eighteen horizontal grey bars for writing answers.

Wären Sie an einer Familienaufstellung interessiert?

Two horizontal grey bars for writing answers.