



Heilpraktikerin für Psychotherapie Kathryn Hardtke

Anamnesebogen

Persönliche Daten

Name: _____

Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

Telefonnummer: _____

E-Mail: _____

Beruf: _____

Familienstand/Partnerschaft: _____

Kinder (Anzahl/Alter): _____

Aktuelle Beschwerden und Anliegen

1. Was führt Dich heute zu mir? (Hauptanliegen):

2. Wie äußern sich die Beschwerden (z. B. Gedanken, Gefühle, innere Zustände, körperliche Symptome)?



3. Seit wann bestehen die Beschwerden?

4. Gibt es Auslöser oder besondere Belastungen in letzter Zeit? In der Vergangenheit?

5. Wie stark und auf welche Weise beeinträchtigen die Beschwerden (Gedanken Gefühle, Zustände) Deinen Alltag?

6. Hast Du bereits etwas unternommen, um die Beschwerden (Gedanken, Gefühle, innere Zustände, körperliche Symptome) zu lindern?



7. Hast Du schon einmal psychotherapeutische oder psychiatrische Unterstützung in Anspruch genommen?

☐ Ja ☐ Nein

Wenn ja, wann und wo?

8. Gab es bereits Diagnosen (z. B. Depression, Angststörung, Burnout)?

☐ Ja ☐ Nein

Falls ja, welche? Seit wann? Und fandest Du sie zutreffend?

9. Hast Du schon einmal Psychopharmaka (Antidepressiva, Neuroleptika, Beruhigungsmittel) eingenommen?

☐ Ja ☐ Nein

Falls ja, welche? Seit wann? Und haben sie geholfen?

10. Gibt es andere Dinge (Yoga, Sport, Aromatherapie, Kräuter, Massagen, Reiki oder etwas ganz anderes), die Dir schon einmal geholfen haben?



11. Besteht aktuell oder bestand jemals Suizidgefahr?

☐ Ja ☐ Nein

Falls ja, wann und in welchem Zusammenhang?

12. Gibt es eine Familiengeschichte von psychischen Erkrankungen?

☐ Ja ☐ Nein

Falls ja, welche Erkrankungen und bei welchen Familienmitgliedern?

Körperliche Gesundheit

1. Leidest Du an chronischen Erkrankungen oder körperlichen Beschwerden?

☐ Ja ☐ Nein

Falls ja, welche? Wenn ja, seit wann?



2. Bist Du aktuell wegen einer körperlichen Erkrankung in Behandlung?

☐ Ja ☐ Nein

Falls ja, weswegen? Bei einem Arzt / Ärztin oder Heilpraktiker/in? Und seit wann?

3. Nimmst Du regelmäßig Medikamente ein?

☐ Ja ☐ Nein

Falls ja, welche? Und seit wann?

3. Gab es in der Vergangenheit schwere Erkrankungen, Operationen oder Unfälle?

☐ Ja ☐ Nein

Falls ja, welche und wann?

4. Konsumierst Du Alkohol, Tabak, Marihuana oder andere Substanzen?

☐ Ja ☐ Nein

Falls ja, wie oft / in welcher Menge? Und seit wann?

Lebensumstände und Biografie



1. Wie würdest Du Deine Kindheit und Jugend beschreiben? Gab es prägende Ereignisse?

2. Gab es in Deinem Leben Verlusterfahrungen oder traumatische Erlebnisse?

3. Wie ist Deine aktuelle Lebenssituation? Gibt es belastende Faktoren (z. B. Konflikte, finanzielle Sorgen, starke Arbeitsbelastungen)?

4. Wie sieht Dein soziales Umfeld aus? Hast Du Freunde, die zu Dir stehen, eine Familie, Eltern oder Kinder, die Dich unterstützen? Oder Arbeitskollegen, die Dir nahe stehen?



Ziele und Erwartungen

1. Was erhoffst Du Dir von der Arbeit mit mir?

2. Hast Du bestimmte Ziele, die Du erreichen möchtest?

3. Gibt es etwas, das Du für den therapeutischen Prozess besonders wichtig findest?

Köln, den ____ . ____ . ____ Unterschrift: _____