**Fragebogen zum Mindful Self-Compassion (MSC) Kurs**

*Hinweis:* Die folgenden Informationen werden nur von der Kursleitung eingesehen. Wenn Sie einige der Fragen nicht auf dem Fragebogen beantworten möchten, dann können wir ein Vorgespräch führen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Jegliche Haftung von Seiten der Kursleitung ist ausgeschlossen. Der Kurs stellt keinen Ersatz für psychotherapeutische oder andere notwendige medizinische Behandlung dar.

Vor-und Nachname:

Adresse:

Email: Telefon:

Geburtsdatum: Ausgeübter Beruf:

1. Wie haben Sie von dem Kurs bzw. MSC erfahren?
2. Warum möchten Sie an diesem Kurs teilnehmen?
3. Meditieren Sie regelmäßig? Wenn ja, was für eine Art und wie lange? Haben Sie schon an einem MBSR-Kurs oder ähnlichem teilgenommen? (*Keine Vorerfahrung notwendig*)
4. Wie würden Sie Ihren körperlichen Gesundheitszustand beschreiben? (Hervorragend, mittel, schlecht)
5. Wie würden Sie Ihren psychischen Gesundheitszustand beschreiben? (Hervorragend, mittel, schlecht)
6. Befinden Sie sich zurzeit in psychotherapeutischer Behandlung? Wenn ja, dann geben Sie bitte den Namen und Telefonnummer Ihres Psychotherapeuten an.

*Name: Telefonnummer:*

1. Nehmen Sie zur Zeit Psychopharmaka oder andere Medikamente, die Ihre Gefühlslage stark

beeinflussen? (evtl. Name und Telefon des Psychiaters angeben)

1. Gibt es andere Dinge über die Kursleitung wissen sollte?

**Bitte an** [**info@malzer-gertz.de**](mailto:info@malzer-gertz.de)  **emailen. Vielen Dank!**