

## Заявка на прохождение бесплатного курса психотерапии

Если вам тяжело ответить на какой-либо вопрос, так и пишите: затрудняюсь ответить, такого не помню, не совсем уверен и т.п.

1. Имя Фамилия Отчество, год рождения

.....

2. Были ли ранее обращения к психологу или психиатру. Какая по результату обращения была сформулирована проблема?

.....

3. Опишите Вашу проблему на настоящее время. Почему Вы решили обратиться за психологической помощью?

.....

4. Какими хроническими заболеваниями Вы страдаете. Как они ухудшают качество вашей жизни?

.....

5. Хотелось ли вам причинить себе вред (царапать, кусать себя, вырывать волосы, тушить об себя сигареты и т.п.). Были ли в прошлом попытки суицида?

.....

6. Что бы вы хотели получить от прохождения курса психотерапии?

.....

7. Оцените свое настроение за прошедшую неделю (последние семь дней), по шкале от 0 до 10. Где 0 полное отсутствие настроения, а 10 очень сильный эмоциональный подъем?

.....

8. Оцените свою тревогу за прошедшую неделю (последние семь дней) по шкале от 0 до 10. Где 0 полное отсутствие тревоги, а 10 ожидание катастрофы?

.....

8. Как вы видите свое будущее по шкале от 0 до 10. Где 0 это отсутствие будущего или ужасное будущее, а 10 прекрасное будущее?

.....

9. Какой диагноз из области душевного здоровья Вы бы поставили сами себе?

.....

10. Какое психотравмирующее событие (или события) вам тяжело забыть?

.....

11. Подвергались ли Вы в прошлом буллингу или насилию. Опишите, что это было. Как вы считаете люди в основном хорошие, плохие или наполовину хорошие, наполовину плохие?

.....

12. Как вы оцениваете себя по шкале от 0 до 10. Где 0 это полное ничтожество, а 10 это суперличность?

.....

13. Какие негативные мысли мелькают в вашей голове?

.....

14. Какие негативные воспоминания или образы всплывают в вашем воображении?

.....

15. Какие у вас основные проблемы во взаимоотношении с другими людьми.

.....

16. У вас нормальный сон? Вы высыпаетесь? Часто ли вам сняться кошмары, общая тема этих кошмаров?

.....

17. Бывает ли шум в вашей голове или, например играет внутренняя мелодия, кто-то поет или что-то подобное?

.....

18. У вас были строгие, требовательные родители, которые в детстве вас заставляли усиленно заниматься какой-либо деятельностью?

.....

19. Правила и требования нужно соблюдать в любом случае, или когда нельзя, но очень хочется то иногда можно правило нарушать, или мне наплевать на правила, я действую как хочу?

.....