

Cabinet terapie Mihaela Mîndreci

Terapeut acreditat internațional în aplicarea profesională a metodei de vindecare emoțională "Calatoria" / "Journey"

Consilier dezvoltare personală

Profesor mindfulness pentru copii

Adresa: Str. Pajiștei nr. 5, sector 4, București; Tel: 0722.610.554;

E-mail: mindrecimihaela@gmail.com

Formular client nou

Data primei întâlniri: _____

Îți mulțumesc pentru oferirea următoarelor informații.

Completarea acestui formular ar trebui să consume aprox. 10 min din timpul tău. Îți recomand să le consideri 10 minute bine investite, deoarece întrebările sunt menite să mă ajute să încep să te înțeleg, astfel încât timpul petrecut împreună să fie cât mai productiv posibil.

Toate informațiile furnizate sunt confidențiale.

Nume: _____

Data nașterii: _____

Adresă: _____

Țara: _____

Tel. mobil: _____

Adresa de e-mail: _____

Am ajuns aici prin:

Furnizor medical: _____

Website <http://www.mihaelamindreci.eu>

Căutare Google

Prieten/familie: _____

Ai mai primit anterior vreun tip de servicii de sănătate mintală? Nu Da

Dacă da, care dintre următoarele:

psihoterapie medicație spitalizare în ambulatoriu internare spitalizată

Cabinet terapie Mihaela Mîndreci

Terapeut acreditat internațional în aplicarea profesională a metodei de vindecare emoțională "Calatoria" / "Journey"

Consilier dezvoltare personală

Profesor mindfulness pentru copii

Adresa: Str. Pajiștei nr. 5, sector 4, București; Tel: 0722.610.554;

E-mail: mindrecimihaela@gmail.com

Și în continuare, legat de acest aspect, te rog să menționezi:

Numele furnizorului de servicii de sănătate mintală sau al instituției:

Adresă: _____

Date de tratament: _____

Motivul tratamentului: _____

Pe scurt, ce te aduce aici?

Când a apărut pentru prima dată situația? În ultimele:

30 de zile 6-12 luni 2 ani În timpul adolescenței În timpul copilăriei

Care zone ale vieții tale au fost afectate din cauza acestei situații?

Te confrunți în prezent cu tristețe, durere sau depresie copleșitoare?

Nu

Da. Dacă da, de aproximativ cât timp? _____

În prezent te confrunți cu anxietate, atacuri de panică sau ai vreo fobie?

Nu

Da

Dacă da, de când ai început să experimentezi acest lucru? _____

Describe orice pierdere sau traume majore pe care le-ai experimentat:

Ce schimbări semnificative de viață sau evenimente stresante ai experimentat recent?

Cabinet terapie Mihaela Mîndreci

Terapeut acreditat internațional în aplicarea profesională a metodei de vindecare emoțională "Calatoria" / "Journey"

Consilier dezvoltare personală

Profesor mindfulness pentru copii

Adresa: Str. Pajiștei nr. 5, sector 4, București; Tel: 0722.610.554;

E-mail: mindrecimihaela@gmail.com

Ce ai dori să obții/realizezi din timpul acordat terapiei?

Istoria familiei tale

Unde te-ai născut? _____

Unde ai crescut? _____

la oraș

în suburbii

la țară

Te rog să faci o listă cu părinții și frații tăi. Dacă este necesar, poți folosi spațiul suplimentar pe spatele acestei pagini.

Nume	Vârsta	Relația	Unde trăiește acum?	Dacă e decedat (a), vârsta și cauza decesului

Cu cine ai trăit până din copilărie până ai crescut? _____

Activitatea mamei: _____

Ocupația tatălui: _____

Cabinet terapie Mihaela Mîndreci

Terapeut acreditat internațional în aplicarea profesională a metodei de vindecare emoțională "Calatoria" / "Journey"

Consilier dezvoltare personală

Profesor mindfulness pentru copii

Adresa: Str. Pajiștei nr. 5, sector 4, București; Tel: 0722.610.554;

E-mail: mindrecimihaela@gmail.com

În secțiunea de mai jos, te invit să identifici dacă există o istorie familială a oricăreia dintre următoarele situații. Dacă da, te rog să indici relația membrilor familiei cu tine în spațiul furnizat (tată, bunica, unchi, etc.).

Situație	Încercuiește	Lista membrilor familiei
Alcool/Abuz de substanțe	Da/Nu	
Anxietate	Da/Nu	
Depresie	Da/Nu	
Violența domestică	Da/Nu	
Abuz sexual	Da/Nu	
Tulburări de nutriție	Da/Nu	
Obezitate	Da/Nu	
Comportament obsesiv compulsiv	Da/Nu	
Schizofrenia	Da/Nu	
Încercări de suicid	Da/Nu	
Alte afecțiuni mentale diagnosticate	Da/Nu Anume: _____	

Starea civilă:

Nu am fost căsătorit(ă) niciodată Am un(o) partener(ă) de viața Căsătorit(ă) De cât timp? _____

Te rog să menționezi numele partenerului: _____

Pe o scară de 1-10 (cel mai bun), cum ai evalua relația voastră.? _____

Separat(ă) Divorțat(ă) De câtă vreme? _____

Văduv(ă): te rog să menționezi numele partenerului și anul decesului: _____

Te găsești în prezent într-o relație romantică? Nu Da Dacă da, de cât timp? _____

Pe o scară de la 1 la 10, cum ai evalua relația ta? _____

Cabinet terapie Mihaela Mîndreci

Terapeut acreditat internațional în aplicarea profesională a metodei de vindecare emoțională "Calatoria" / "Journey"
Consilier dezvoltare personală
Profesor mindfulness pentru copii

Adresa: Str. Pajiștei nr. 5, sector 4, București; Tel: 0722.610.554;
E-mail: mindrecimihaela@gmail.com

Te rog să enumeri toți copiii, numele și vârsta lor:

Nume	Vârsta	Numele celuilalt părinte	Dacă a decedat, vârsta și cauza morții

Sănătate fizică

Te rog să enumeri orice medicamente, plante sau suplimente iei. O să te rog să menționezi și pentru ce anume le iei, deoarece unele medicamentele pot fi prescrise și pentru alte utilizări, în afara celor menționate pe etichetă. Poți folosi și versoul acestei pagini dacă este necesar sau scrie o listă separată.

Cum ai evalua sănătatea ta fizică actuală? (te rog să încercuiești răspunsul care corespunde)

Slab Nesatisfăcător Satisfăcător Bine Foarte bine

Te rog să enumeri toate problemele de sănătate specifice pe care le întâmpini în prezent:

Cum ai evalua obiceiurile tale de somn? (te rog să încercuiești răspunsul care corespunde)

Slab Nesatisfăcător Satisfăcător Bine Foarte bine

Dacă ai probleme cu somnul, în ce fază apar acestea? (te rog să încercuiești răspunsul care corespunde)

Când adorm În timpul somnului Mă trezesc devreme Apnee în somn

Te rog să enumeri orice alte probleme/simptome de somn specifice pe care le întâmpini în prezent:

Cabinet terapie Mihaela Mîndreci

Terapeut acreditat internațional în aplicarea profesională a metodei de vindecare emoțională "Calatoria" / "Journey"

Consilier dezvoltare personală

Profesor mindfulness pentru copii

Adresa: Str. Pajiștei nr. 5, sector 4, București; Tel: 0722.610.554;

E-mail: mindrecimihaela@gmail.com

De câte ori pe săptămână faci exercițiu fizic, în general? _____

La ce tipuri de exercițiu fizic participi? Ce tipuri de exerciții fizice practici?

Te rog să menționezi toate dificultățile pe care le întâmpini legat de apetitul său cu obiceiurile tale alimentare: _____

Vreo schimbare în greutate în ultimul an? Nu Da: _____

Te confrunți în prezent cu vreo durere cronică? Nu Da Dacă da, te rog să descrii:

Te rog să descrii utilizarea curentă a alcoolului, țigărilor și/sau a drogurilor recreaționale:

Te rog să descrii utilizarea anterioară a alcoolului, țigaretelor și/sau a drogurilor recreaționale:

Cabinet terapie Mihaela Mîndreci

Terapeut acreditat internațional în aplicarea profesională a metodei de vindecare emoțională "Calatoria" / "Journey"

Consilier dezvoltare personală

Profesor mindfulness pentru copii

Adresa: Str. Pajiștei nr. 5, sector 4, București; Tel: 0722.610.554;

E-mail: mindrecimihaela@gmail.com

Informații suplimentare

Ce îți place la munca ta în prezent? (aplicabil și dacă e vorba de munca part-time sau de acasă)
În cazul în care ești pensionat (a), ce ți-a plăcut în legătură cu munca ta?

Ce consideri că fiind deosebit de stresant în legătură cu munca ta curentă sau anterioară?

Ce îți place să faci în timpul liber? Ce faci pentru a te relaxa?

Te consideri spiritual sau religios? Nu Da Dacă da, descrie-ți credința sau convingerea legat de acest aspect: _____

Care crezi că sunt unele dintre punctele tale forte ale tale?

Care crezi că sunt unele dintre slăbiciunile tale/punctele slabe?

Îți mulțumesc pentru că ai acordat timp să completezi acest formular.