



Mindful Self-Compassion Nbg

MSC Core / Intensive – Hintergrundinformationen

Um dein Wohlergehen während des MSC-Seminars bestmöglich unterstützen zu können, bitten wir dich um Beantwortung der folgenden Fragen. Alle Angaben sind streng vertraulich und werden ausschließlich von den MSC-Seminarleiterinnen Carolin und Melanie gelesen.

Solltest du Bedenken haben, mache bitte einen entsprechenden Vermerk auf dem Formular. Wir sind gerne auch zu einem vertraulichen Gespräch vor Anmeldung bereit. Vielen Dank.

Ort und Datum des MSC-Kurses:
.....

Name + Anschrift:

.....
.....

Nimmst du gemeinsam mit einer nahestehenden Person am Programm teil (Lebensgefährte/-in, Verwandte(r), Freund/-in)?

Wenn ja, bitte hier den/die Namen angeben:

.....

Was ist der Grund für dein Interesse an einer Teilnahme an MSC zum jetzigen Zeitpunkt?

Wir weisen darauf hin, dass MSC vor allem zur persönlichen Entwicklung konzipiert wurde.

.....
.....
.....
.....

Meditierst du regelmäßig? Wenn ja, in welcher Form und seit wann?

(Vorerfahrung mit Meditation ist keine Voraussetzung für eine Teilnahme.)

.....
.....

Hast du Erfahrung mit Meditationsretreats?

.....
.....

Liegen körperliche Erkrankungen oder Einschränkungen vor, die einen Einfluss auf deine Teilnahme am Programm haben könnten? [☐]Ja [☐]Nein

Falls ja, bitten wir hier um nähere Angaben:

.....

Gibt es aktuell in deinem Leben Umstände, die dich außergewöhnlich belasten und die deine Teilnahme am Kurs erschweren (z.B. kürzlicher Verlust eines geliebten Menschen, Verlust des Arbeitsplatzes, Abhängigkeit, Fasten)?

.....

Bist du zur Zeit in psychotherapeutischer Behandlung? [☐]Ja [☐]Nein

Falls ja, ist dein(e) Therapeut(in) über deine Teilnahme an diesem Kurs informiert?

[☐]Ja [☐]Nein

Nimmst du zur Zeit Psychopharmaka oder andere Medikamente, die deine Gefühlslage stark beeinflussen? [☐]Ja [☐]Nein

Gibt es andere Dinge, über die die Seminarleiterinnen informiert sein sollten?

.....

Meine Teilnahme an diesem Seminar erfolgt freiwillig. Ich kann die Teilnahme zu jeder Zeit beenden. Die Seminargebühr wird in diesem Fall nicht erstattet. Ich verstehe auch, dass ich für meine persönliche Sicherheit verantwortlich bin und während des Kurses fürsorglich mit mir umgehen werde.

Unterschrift: **Datum:**