

Anmeldung und Fragebogen zum MBSR-Kurs

Hiermit melde ich mich verbindlich für einen MBSR-8-Wochen-Kurs nach Dr. Jon Kabat-Zinn unter der Leitung von Dr. med. Botho Hilber an.

Vorname, Nachname:	Straße, Hausnummer:
Postleitzahl, Ort:	Telefonnummer/n: <small>(Möglichst Handynummer für eventuelle kurzfristige Terminänderungen)</small>
Geburtsdatum:	E-Mail:
Aktuelle berufliche Tätigkeit:	Wie haben Sie von dem Kurs erfahren? <small>(wenn von Arzt/Ärztin oder Psychotherapeut/in bitte mit Name und Kontakt)</small>

Gewünschter Kurs (bitte Ort, Anfangs- und Enddatum des gewünschten Kurses eintragen):

--

Der Kurs umfasst neun Treffen: Acht Termine (à 2 1/4 Stunden) sowie einen Tag der Achtsamkeit, der größtenteils im Schweigen stattfindet. Bitte überweisen Sie die Kursgebühr von 390,- Euro (inklusive ausführlicher Teilnehmerunterlagen und drei Übungs-CD'S) auf das folgende Konto:

- Name: Dr. Botho Hilber
- IBAN: DE44 7012 0400 8401 3320 05
- BIC: DABBDMMXXX
- Name der Bank: Consors Bank / BNP Paribas

Die Kursplatzreservierung erfolgt in der Reihenfolge des Zahlungseinganges. Sollten Sie nach der Informationsveranstaltung, welche kurz vor Kursbeginn stattfindet, gegen die Kursteilnahme entscheiden, bekommen sie die Kursgebühr (abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 20€) zurück.

Fragebogen:

Liebe/r Kursteilnehmende/r, ich bitte Sie den nachfolgenden Fragebogen so detailliert wie möglich auszufüllen, damit ich Sie in einer angemessenen Weise auf Ihrem MBSR-Weg begleiten kann. Sie können sich darauf verlassen, dass alle Angaben streng vertraulich behandelt werden und der ärztlichen Schweigepflicht unterliegen.

Haben Sie schon Vorerfahrungen mit Entspannung, Körperarbeit und Meditation? Wenn ja, mit welchen Methoden und wie lange schon praktizieren Sie diese Methoden?

Was ist Ihre Motivation, um MBSR zu erlernen?

Leiden Sie unter körperlichen Beschwerden wie z.B. Asthma, Muskelkrämpfen, einer Herzkrankheit, akuten Schmerzen usw.? Wenn ja, unter welchen?

Befinden Sie sich aktuell in ärztlicher oder psychotherapeutischer Behandlung?

Haben Sie früher eine psychotherapeutische oder psychiatrische Behandlung erhalten? Wenn ja, wann und welche?

Nehmen Sie regelmäßig Medikamente ein? Wenn ja, welche?

Gib es sonst noch irgendetwas, was ich über Sie wissen sollte?

Information, Eigenverantwortlichkeit, Schweigepflicht

Ich bin über die Wirkungen des Trainings informiert und weiß, dass es seine volle Wirksamkeit nur dann entfalten kann, wenn ich mir eine tägliche Übungszeit (ca. 45min) einrichte, um die Achtsamkeitsübungen durchzuführen. Der MBSR-Kurs kann keine medizinisch oder psychotherapeutisch notwendige Behandlung ersetzen. Über akute körperliche oder psychische Beeinträchtigungen bzw. Erkrankungen habe ich die Kursleitung vor Kursbeginn informiert. Ich bin bereit, mich für die Dauer des Kurses und darüber hinaus an die Schweigepflicht zu halten und keine Informationen über andere Kursteilnehmenden weiterzugeben. Bei einer unerwarteten Verhinderung des Kursleiters wird – sollte sich kein gemeinsamer Ersatztermin finden lassen, pro Kursabend ein Betrag von 39,- € erstattet.

Die Teilnahme an der Veranstaltung geschieht auf eigene Verantwortung. Bei Unfällen, Beschädigungen, Verlust oder Diebstahl haftet der Veranstalter nicht.

Ort, Datum

Unterschrift