

Anmeldebogen für eine Auszeitwoche/n

Eine begleitete Auszeit im AuszeitHaus Oberschwaben beginnt mit einer guten Vorbereitung. Bitte füllen Sie dazu die Vorder- und Rückseite des Anmeldebogens aus und beantworten Sie die Fragen so ausführlich wie möglich. Schicken Sie uns den ausgefüllten Anmeldebogen per Mail an info@auszeithaus.eu oder per Post an die **Geschäftsstelle · AuszeitHaus Oberschwaben, Goetheplatz 2 · 88214 Ravensburg**.

Gerne laden wir Sie zur Klärung von inhaltlichen und organisatorischen Fragen zu einem persönlichen oder telefonischen Vorgespräch unter der Nummer 0751-3597777 in die Geschäftsstelle des AuszeitHaus Oberschwaben nach Ravensburg ein.

Alle hier gemachten Angaben werden von der Geschäftsstelle des Auszeithauses und dem Fachteam vertraulich behandelt:

Name: _____ Alter: _____

Adresse:

Telefon/Mobil: _____ E-Mail: _____

Beruf: _____

Ich würde über das AZH informiert durch: _____

Meine zentrale Motivation für die Auszeit ist: _____

Ich wünsche eine Auszeit von: (bitte ankreuzen) 1 Woche 2 Wochen 3 Wochen

Wenn möglich in der Zeit von Freitag den: _____ bis Freitag den: _____

Eine Auszeit bedeutet, mich auch innerlich auf den Weg zu machen. Um diesen Prozess fachlich gut begleiten zu können, bieten wir Ihnen die Möglichkeit eines persönlichen oder telefonischen **Vorgesprächs** an. **Zur Terminvereinbarung rufen Sie uns bitte an, unter ++49 751-3597777.**

Unter bestimmten Bedingungen, die Sie uns bitte bekannt geben, kann das Vorgespräch entfallen und wir schicken Ihnen gleich die Anmeldebestätigung und das Terminblatt für Ihre Auszeit zu.

Nein ich wünsche kein Vorgespräch, da ich im Jahr _____ schon einmal im AZH war.

Nein ich wünsche kein Vorgespräch, da ich _____

Während Ihrer Auszeit sind Sie für sich selbst verantwortlich, auch für psychische und organisch krisenhafte Situationen. Bitte beantworten und reflektieren Sie deshalb folgende Fragen, damit wir Sie im Blick auf Ihre Auszeit gut beraten und unterstützen können.

1. Gibt es eine körperliche Behinderung oder Beeinträchtigung, mit der Sie leben?

Nein

Ja › Notieren Sie hier kurz, welcher Art Ihre körperliche Behinderung oder Beeinträchtigung ist:

Bitte, besprechen Sie sich mit ihrem behandelnden Arzt, ob Ihre Behinderung oder Beeinträchtigung eine auf sich selbst gestellte Auszeit erlaubt. Falls Sie irgendwelche Hilfen von unserer Seite brauchen, fragen Sie im Vorgespräch, ob wir Ihnen diese gewähren können.

2. Durchleben Sie derzeit eine akute Krise und/oder Belastungssituation?

Nein

Ja › Welcher Art? _____

3. Waren oder sind Sie in psychiatrischer oder psychotherapeutischer Behandlung?

Nein

Ja › Wenn ja, wegen welchem Krankheitsbild, welcher Behandlungsart und wie lange?

Sprechen Sie eine Auszeit mit Ihrem behandelnden Ärzt*in oder Therapeut*in ab.

z.B.: * Ist eine Auszeit für Ihre momentane psychische Situation geraten?

* Ist eine Auszeit für die Phase ihrer laufenden Therapie geraten?

* Haben Sie für eine Auszeit mit deren Erfordernis von Alleinsein können genügend persönliche Ressourcen?

5. Wenn sie sich als Paar für eine Auszeit interessieren:

Sie werden in der Auszeit vermehrt Freizeit für Gespräche miteinander haben. Dabei kann es durchaus vorkommen, dass Sie sich, auch wenn ungewollt, weh tun. Aus Ihrer eigenen Erfahrung mit sich und Ihrem Partner reflektieren Sie bitte:

- Wie reagieren Sie, wenn Sie verletzt werden? _____
- Wie reagiert Ihr Partner, wenn Sie ihn verletzen? _____
- Was kann dabei zu einer Eskalation führen? _____
- Was würde aus der Sackgasse herausführen? _____

Weitere Anmerkungen: