

## 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](mailto:info@auszeithaus.eu) oder per Post an:

**Geschäftsstelle · Auszeithaus Oberschwaben · Goetheplatz 2 · 88214 Ravensburg**

Gerne laden wir Sie zur Klärung der fachlichen Begleitung sowie Klärung von inhaltlichen und organisatorischen Fragen zu einem persönlichen Vorgespräch (selbstverständlich auch telefonisch möglich) 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: \_\_\_\_\_

Vorerfahrung mit Auszeit:  Nein  Ja Wo? \_\_\_\_\_ Wann? \_\_\_\_\_

Informiert über das AZH durch: \_\_\_\_\_

Motivation / Auslöser jetzt: \_\_\_\_\_

Zur Abstimmung eines Vorgesprächs bitten wir Sie, uns in der Regel montags zwischen 12.30 und 14.30 Uhr unter der Nummer 0751 359777-7 persönlich anzurufen.

Eine Auszeit von: (bitte ankreuzen)  1 Woche  2 Wochen  3 Wochen

wäre für mich günstig von Freitag den: \_\_\_\_\_ bis Freitag den: \_\_\_\_\_

Anmerkungen: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

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 Ihrer 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 gewährleisten 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 unbedingt eine Auszeit mit Ihrem behandelnden Therapeuten 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? \_\_\_\_\_

### 6. Sonstige Anmerkungen: