



EFT-Nijmegen-Sanitas
Emotional Freedom Techniques

Inleiding intake-vragenlijst

Om snel en effectief met de behandeling te kunnen starten, is het belangrijk om een goed en volledig beeld te krijgen van wie je bent, waar je mee zit en wat de achterliggende en diepere oorzaak van je klacht is.

De vragenlijst is bewust heel ruim opgezet, om je zodoende te helpen die zaken te benoemen, die van belang zouden kunnen zijn om de oorzaak van je klachten te achterhalen. Pas dan kunnen we gericht aan de slag, recht op het doel af, namelijk het opheffen van de (emotionele) blokkades die jouw klacht(en) veroorzaken.

Sommige vragen zijn mogelijk niet relevant voor je, je kunt ze dan ook gerust overslaan. Twijfel je, bespreek ze dan tijdens het intake-gesprek. We kunnen dan samen kijken of er toch mogelijk een oorzakelijk verband is tussen jouw klacht en het betreffende onderwerp.

Je kunt de vragenlijst thuis uitprinten, met pen invullen en vervolgens bij het intakeconsult inleveren. Aan de hand van deze gegevens kan er direct behandeld worden.

Veel succes met het invullen van de vragenlijst.

Guen Leesberg
EFT-therapeut



EFT-Nijmegen-Sanitas Emotional Freedom Techniques

Personalia

Naam :
Adres :
Telefoon :
Geb datum :
E-mail :

1. Wat is je probleemstelling? Symptomen? Klachten?

Plaats klachten in volgorde van belangrijkheid. Belangrijkste boven. De ernst bepaal je in de vorm van de intensiteit van de klacht tussen 0 en 10 en de mate van beperking.

	Klacht	Sinds	Ernst	Beperking
1		Jaar		
2		Jaar		
3		Jaar		
4		Jaar		
5		Jaar		
6		Jaar		

Wat is de geschiedenis van de klachten?

Waardoor zijn de klachten ontstaan?



EFT-Nijmegen-Sanitas **Emotional Freedom Techniques**

Wat zorgt voor verbetering of verergering van de klacht?

Wat vind je van de klachten en wat doen de klachten met jou?

- 2. Wat wil je met therapie, coaching en individuele training bereiken? Stel deze doelen positief.**

- 3. Wat zijn de doelstellingen en verwachtingen van de therapeut over de behandelserie?**
(dit in te vullen door therapeut)

- 4. Heb je ten aanzien van de klacht andere hulpverleners geraadpleegd? Zo ja, wie?**
 - Wat is de diagnose van je huisarts / specialist/hulpverlener?
 - Wat zijn de adviezen van je huisarts /specialist/hulpverlener?
 - Welke behandelingen heb je voor deze klacht gevolgd en met welk resultaat?
 - Bent u momenteel onder behandeling? Zo ja, bij wie?



EFT-Nijmegen-Sanitas **Emotional Freedom Techniques**

5. **Zijn er familiere afwijkingen en/of –ziekten? En zijn er familiere problemen?**
6. **Heb je voorheen, of gebruik je momenteel één van de volgende middelen?**
Medicijnen, natuurlijke middelen (bv. vitaminen, voedingssupplementen, kruiden) koffie, alcohol, thee, tabak, drugs, chocolade, vlees, en in welke dosering?
7. **Heb je wel eens last gehad van automutilatie /zelfmoord willen plegen/ psychoses/ hallucinaties / epilepsie/ toevallen?**
Zo ja, graag toelichten:
8. **Geef een korte beschrijving van je levensloop:**
- Alle grote veranderingen in je leven.
 - Geef informatie over je geboorte (en hoe de zwangerschap verliep)
 - Het gezin waarin je bent opgegroeid (ook eventueel over de grootouders en andere belangrijke personen).
 - Verhuizingen, overlijdens, het verloop van je relaties.
 - De samenstelling van je huidige gezins- en/of leefomstandigheden.
 - Wat zijn de keerpunten in je leven geweest?
 - Indien er veranderingen zijn geweest voordat een emotionele klacht zich openbaarde, geef dit dan specifiek aan.



EFT-Nijmegen-Sanitas Emotional Freedom Techniques

9. Hebben er zich in je jeugd en/of later voor jou schokkende gebeurtenissen voorgedaan? (bijv.: verkeersongeval, (seksueel) geweld, ziekten, medische ingrepen). Zo ja, geef daarvan een korte beschrijving.

10. **Seksualiteit en relaties:**

- Geaardheid, start, ontwikkeling, eigen houding tegenover seksualiteit en houding van je familie tegenover seksualiteit.
- Leeftijd eerste relatie.
- Aantal relaties.
- Ervaringen die een onprettig of ongemakkelijk gevoel achterlieten.
- Tevredenheid over seksualiteit.



EFT-Nijmegen-Sanitas **Emotional Freedom Techniques**

11. In hoeverre kun je contact maken met je gevoelens en emoties?

- Niet voelen, (gedissocieerd) afwezig zijn, gesloten of geblokkeerd zijn.
- Hypergevoelig zijn, overspoeld worden door gevoelens.
- Rationeel of zeer emotioneel.
- Stabiliteit?

12. Geef jezelf een beoordeling omtrent de volgende onderwerpen:

(g)=goed, (v)=voldoende, (m)=matig, (o)=onvoldoende, (s)=slecht

- gezondheid
- werk
- hobby's
- vrienden
- eetgewoonten
- snoepen
- drinken
- relaties
- beslissen
- woonomgeving
- succes

13. Zijn er dingen die je expliciet niet wilt laten behandelen in deze behandelserie.



EFT-Nijmegen-Sanitas **Emotional Freedom Techniques**

- 14. Hoe ben je gekomen bij deze therapeut en deze therapievorm?**
Huisarts / bedrijfsarts / bekenden / internet / anders

De volgende vragen zijn bedoeld om meer achtergrondinformatie te verzamelen over de persoon achter de hulpvraag en klachten. Ook wil ik graag weten hoe het heeft kunnen gebeuren dat deze klachten zich bij jou hebben kunnen ontwikkelen. Vul alleen die vragen in die nuttig lijken om jou beter te leren kennen.

- 15. Wat zijn je doelen, ambities en dromen?**
- Heb je je levensdoelen en ambities waargemaakt?
 - Waarom lukte het wel of niet om deze doelen te bereiken?

- 16. Wat mist er in je leven om het perfect te maken?**

- 17. Als je je leven zou kunnen overdoen, wat zou je dan overslaan?**
Wat had nooit mogen gebeuren?



EFT-Nijmegen-Sanitas **Emotional Freedom Techniques**

- 18. Familie:**
Hoe zijn de banden met je familie?
- 19. Hoe zou je de karaktereigenschappen van jouw vader omschrijven?**
Waarin lijkt je op je vader, en wat heb je van je vader overgenomen?
- 20. Hoe zou je de karaktereigenschappen van jouw moeder omschrijven?**
Waarin lijkt je op je moeder, en wat heb je van je moeder overgenomen?
- 21. Beschrijf de gezinssamenstelling en jouw plaats in het gezin.**
Hoe was het thuis met broers en zussen?
- 22. Heb je een sociaal netwerk? Hoe groot?**
- 23. Wat verandert er concreet in je leven als jouw therapiedoelen al dan niet worden bereikt?**
Hoe voel je je dan?



EFT-Nijmegen-Sanitas **Emotional Freedom Techniques**

24. Vitale kenmerken:

- Hoe is je slaappatroon?
- Sta je 's morgens fris op?
- Hoe snel herstel je je van vermoeidheid?

25. Relatie:

- Heb je een relatie, hoe lang, etc.
- Hoe zou je de karaktereigenschappen van je partner omschrijven?
- Hoe is je relatie?
- Hoe is de communicatie in de relatie?
- Ben je tevreden, is de relatie vervullend?

26. Wat vind je van je werk en leven?

27. Beschrijf je vriendenkring als kind en volwassene.



EFT-Nijmegen-Sanitas **Emotional Freedom Techniques**

28. Wat/wie heeft je het meeste gevormd?
Wat/wie is het belangrijkste in je leven?

29. Kan je jezelf accepteren?

- Hou je van jezelf?
- Ben jij OK?
- Is er ruimte voor jou?

30. Wil je zelf nog iets toevoegen?