

## Ihre Angaben zur Vorbereitung des MBSR-Kurses

\_\_\_\_\_

**Kursort**

\_\_\_\_\_

**Monat, Jahr des Kursstarts**

\_\_\_\_\_

**Datum Vorgespräch**

\_\_\_\_\_

**Name, Vorname**

- 1.) Wie sind Sie auf das Kursangebot gekommen?
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 2.) Haben Sie Erfahrungen mit Meditation/ Achtsamkeitspraxis? Welche? Bei wem?
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 3.) Haben Sie Erfahrungen mit Yoga/ achtsamer Körperbewegung? Welche? Bei wem?
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 4.) Welche Erfahrungen mit Stress haben oder hatten Sie? In welchen Bereichen erleben Sie Stress?
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 5.) Was erwarten Sie von dem Kurs? Soll sich konkret etwas bei Ihnen/ in Ihrem Leben ändern?
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 6.) Haben Sie aktuell oder wiederholt Probleme mit einer chronischen gesundheitlichen Beeinträchtigung? Wenn ja, können Sie nähere Angaben machen?
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- 7.) Haben Sie aktuell oder wiederholt Probleme mit einer plötzlich auftretenden gesundheitlichen Beeinträchtigung? Wenn ja, können Sie nähere Angaben machen?

8.) Sind Sie aktuell oder regelmäßig bzw. waren Sie in den letzten Monaten in ärztlicher, psychologischer, psychotherapeutischer oder sonstiger therapeutischer Behandlung? Wenn ja, können Sie nähere Angaben machen?

9.) Welche Medikamente nehmen Sie regelmäßig bzw. bei Bedarf ein?

10.) Welche Art und welche Menge Alkohol trinken Sie regelmäßig/ gelegentlich?

11.) Falls Sie Zigaretten o.ä. rauchen – tägliche Menge, seit wie vielen Jahren?

12.) Besteht oder bestand bei Ihnen eine Abhängigkeit von Nikotin, Alkohol, Medikamenten oder (anderen) berauschenden oder das Bewusstsein verändernden Substanzen?

13.) Gibt es noch etwas, dass Sie dem Kursleiter mitteilen möchten? (Einschränkungen, Probleme, Ängste, Fragen, Zweifel, Organisatorisches, ...)

14.) Im Kurs erhalten Sie ein Teilnehmerheft und Anleitungen zu den Achtsamkeits-Übungen. In welcher Form möchten Sie die Medien erhalten? (Zutreffendes bitte markieren)

**Teilnehmerheft**



in <u>Papierform</u> (ca. 55 Seiten A4 Format)	
als <u>pdf-Datei auf USB-Stick</u> (einzelne Seiten müssen zur Bearbeitung im Kurs selbständig ausgedruckt werden)	
als <u>pdf-Datei per Email</u> (einzelne Seiten müssen zur Bearbeitung im Kurs selbständig ausgedruckt werden)	
Ihre Email-Adresse:	

**Übungsanleitungen**

Auf drei CD's (mit CD-Player oder CD-Laufwerk Ihres Computers/ Laptops abspielbar)	
Als Audiodatei auf USB-Stick	
Als mp3-Datei per download	

15.) Ca. zwei Woche vor Ende des Acht-Wochen-Kurses findet ein Tag der Achtsamkeit statt. Dies ist meist ein Samstag oder ein Feiertag. Es gibt eine Pause für das Mittagessen. Welche Form des Mittagessens bevorzugen Sie? (Zutreffendes bitte markieren)



Warme Mahlzeit (Catering)	
Buffet: alle im Kurs bringen Essen und Getränke nach vorheriger Abstimmung mit – vielleicht Ihre Buffet-taugliche Lieblingspeise, einen Kuchen, einen Salat...	
Andere Idee	

### Datenschutz:

Wir verarbeiten die Daten unserer Teilnehmer und Interessenten und anderer Auftraggeber oder Vertragspartner (einheitlich bezeichnet als „Teilnehmer“) entsprechend Art. 6 Abs. 1 lit. b) DSGVO, um ihnen gegenüber unsere vertraglichen oder vorvertraglichen Leistungen zu erbringen. Die hierbei verarbeiteten Daten, die Art, der Umfang und der Zweck und die Erforderlichkeit ihrer Verarbeitung, bestimmen sich nach dem zugrundeliegenden Vertragsverhältnis. Zu den verarbeiteten Daten gehören grundsätzlich Bestands- und Stammdaten der Teilnehmer (z.B., Name, Adresse, etc.), als auch die Kontaktdaten (z.B., E-Mailadresse, Telefon, etc.), die Vertragsdaten (z.B., in Anspruch genommene Leistungen, erworbene Produkte, Kosten, Namen von Kontaktpersonen) und Zahlungsdaten (z.B., Bankverbindung, Zahlungshistorie, etc.).

In Rahmen unserer Leistungen verarbeiten wir ferner besondere Kategorien von Daten gem. Art. 9 Abs. 1 DSGVO, hier insbesondere Angaben zur Gesundheit der Teilnehmer. Hierzu holen wir, sofern erforderlich, gem. Art. 6 Abs. 1 lit. a., Art. 7, Art. 9 Abs. 2 lit. a. DSGVO eine ausdrückliche Einwilligung der Teilnehmer ein und verarbeiten die besonderen Kategorien von Daten ansonsten zu Zwecken der Gesundheitsvorsorge auf Grundlage des Art. 9 Abs. 2 lit h. DSGVO, § 22 Abs. 1 Nr. 1 b. BDSG.

Wir übermitteln Ihre personenbezogenen Daten nur dann an Dritte, wenn dies gesetzlich erlaubt ist oder Sie eingewilligt haben.

In Anlehnung an rechtliche Vorgaben für Ärzte bewahren wir die Daten mindestens 10 Jahre nach Abschluss des Kurses auf.

### Einwilligungserklärung

Hiermit erkläre ich \_\_\_\_\_ (Name, Vorname in Druckbuchstaben) mich mit dem o.g. Vorgehen und der Verarbeitung meiner Angaben zur Gesundheit einverstanden. Folgenden Hinweis habe ich zur Kenntnis genommen:

Ausführliche Informationen zu dem von uns praktizierten Datenschutz finden Sie hier: <http://www.sei-nun.de/impressum-datenschutz.html>

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift