

Datum:		Heimübung:						
		0 - 6 Uhr	6 - 9 Uhr	9 - 12 Uhr	12 - 15 Uhr	15 - 18 Uhr	18 - 21 Uhr	21 - 24 Uhr
Montag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Dienstag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Mittwoch	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Donnerstag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Freitag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Samstag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Sonntag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							

Datum:		Heimübung:						
		0 - 6 Uhr	6 - 9 Uhr	9 - 12 Uhr	12 - 15 Uhr	15 - 18 Uhr	18 - 21 Uhr	21 - 24 Uhr
Montag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Dienstag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Mittwoch	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Donnerstag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Freitag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Samstag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							
Sonntag	Meßwert							
	Beschwerden							
	Stimmung							
	Ereignis							

Behandlungskalender



**Institut für Biofeedback und
Gesundheitspsychologie**

Mag. Dr. Gerhard Blasche
Auhofstrasse 94/9, 1130 Wien, Tel. 803 44 03

Name: _____

Datum: _____

Der Behandlungskalender dient der Erfassung von

- Beschwerden, z.B. Kopfschmerz
- etwaigen Meßwerten, z.B. Blutdruck
- Stimmung, z.B. gereizt
- vorgefallenen Situationen, z.B. aufregendes Gespräch
- etwaiger Medikamenteneinnahme
- Heimübungen

Ihr behandelnder Psychologe wird mit Ihnen besprechen, welche Daten Sie genau eingetragen sollen.

Machen Sie täglich Ihre Aufzeichnungen, denn das Führen des Kalenders ist wichtiger Bestandteil der Behandlung.

Nehmen Sie bitte Ihren Behandlungskalender zu jedem Behandlungstermin mit !

+ + + + +

Tragen Sie täglich folgende Daten ein :

Meßwerte:

- *Blutdruck* (systolisch, diastolisch)
- *Pulsfrequenz*
- *Handtemperatur*
Skala 1-10; 1=sehr kalt, 10=sehr warm
- _____

Beschwerden:

- *Kopfschmerz* Skala 1-10; 1=kaum, 10=sehr stark
- *Rückenschmerz* Skala 1-10; 1=kaum, 10=sehr stark
- *Panikanfall* Skala 1-10; 1=kaum, 10=sehr stark
- *Angst* Skala 1-10; 1=kaum, 10=sehr stark
- *Schlaf* Skala 1-10; 1= gut, 10= schlecht
- _____

Stimmung:

- *unruhig (U)* Skala 1-10; 1=kaum, 10=sehr
- *gereizt: (G)* Skala 1-10; 1=kaum, 10=sehr
- *angespannt (A)* Skala 1-10; 1=kaum, 10=sehr
- *gedrückt (D)* Skala 1-10; 1=kaum, 10=sehr
- *fröhlich (F)* Skala 1-10; 1=kaum, 10=sehr

z.B.: „ U 7 “

- _____

Heimübung: „ Ü “

Medikamenteneinnahme:

- _____
- _____
- _____
- _____

weilers:

- _____
- _____
- _____

Erläuterungen zum Drucken

Cover aussen mit Logo (Balken) versehen

Text auf Coverinnenseite anfang sowie 1 Seite

ab dann (Seite 2&3 etc.) Kalender

Kalender soll ohne Deckblatt 16 Seiten umfassen (=15 Wochen)

GSB