

Zeven Levensprocessen

Anamnese vragen

Naam	
Adres, postcode, woonplaats	
Telefon	
E-mailadres	
Geboortedatum	
Datum van vandaag	
Welke ziekten heb je?	
Ben je ook bij andere artsen, therapeuten?	
Was is je wens je van deze therapie?	
Gebruik je medicijnen? Allergieën?	

De vragen zijn gericht op: het lichamelijke vlak (a) en op het zielenleven, hoe worden dingen beleefd (b)

Opnemen

1. Opnamen

a) Ademhaling

Hoe is de ademhaling?

-Is er een buikademhaling of borstademhaling?

-Gaat de ademhaling normaal of snel?

b) Indrukken

Hoe komen indrukken binnen?

-Komen indrukken snel of langzaam binnen?

-Komen indrukken diep binnen of blijven ze aan de oppervlakte

2. Aanpassen

a) Warmte

Hoe is het met de lichamelijke warmte?

- Is de huidskleur bleek of rood?
- Zijn er blosjes zichtbaar op de wangen?
- Zijn de handen en voeten warm of koud?
- Zijn er andere delen van het lichaam opvallend koud of warm?

b) Aandacht komen?

Kan er met aandacht gekeken worden naar de indrukken die binnen

- Is er interesse in de omgeving?
- Is er verbinding met de omgeving
- Hoe komt deze verbinding tot stand?

3. Afbreken

a) Voeding

Wat wordt er door de dag heen gegeten en gedronken?

- Wat wordt er gegeten bij het ontbijt/lunch/avondeten?
- Wat wordt er tussendoor gegeten?
- Is er voorkeur voor zoet of hartig?
- Is er voorkeur voor brood of juist voor warm eten?
- Hoeveel wordt er gedronken op een dag?
- Wordt er koffie, energiedrankjes en alcohol gedronken en hoeveel?

b) Verteren

Kunnen binnengekomen indrukken verwerkt worden?

- Wat zijn voedende indrukken?
- Kunnen indrukken verteerd worden.
- Kunnen er vragen gesteld worden, is er nieuwsgierigheid?
- Is er sprake van irritatie, boosheid of agressie?

4. **Scheiden**

a) Uitscheiden

Wat verlaat het lichaam?

- Hoe vaak wordt er per dag geplast?
- Hoe vaak is er ontlasting?
- Is er ontlasting in de ochtend/middag/avond/nacht?
- Hoe ziet de ontlasting eruit? Dik/normaal/dun?
- Is er sprake van zweten? In rust en bij inspanning?
- Is er sprake van kwijlen? Weinig of veel?
- Is er sprake van gesnotter? Weinig of veel?
- Hoe verloopt de menstruatie? Hoe vaak en hoeveel bloedverlies?

b) Keuzes maken

Zijn er grenzen?

- Kunnen er keuzes gemaakt worden?
- Kan er ja gezegd en gedaan worden?
- Kan er nee gezegd en gedaan worden?

5. **In stand houden**

a) Herstel en genezingsprocessen

Hoe is de slaap en de ritmes?

- Hoe laat gaat men slapen?
- Hoe gaat het inslapen?
- Wordt er doorgeslapen?
- Op welke tijdstippen wordt men wakker?
- Wordt er gedroomd?
- Hoe laat wordt men wakker? Zelf of door de wekker?
- Wordt men moe of uitgerust wakker?
- Wordt er een middagdutje gedaan en hoe lang?
- Hoe wordt men wakker na een middagdutje

b) Geneest een wond zonder problemen of is er een neiging tot ontsteken?

-Hoe lang duur het voor men hersteld is na ziekte?

b) Staande houden

Hoe blijft men staan?

-Wat zorgt ervoor dat iemand zich staande houdt?

-Kunnen basale gewoontes en ritmes vastgehouden worden?

6. Groei

a) Lichamelijke groei

Hoe zijn lengte en gewicht?

-Wat is de lengte?

-Wat is het gewicht?

b) Innerlijke ontwikkeling

Is er sprake van innerlijke groei en ontwikkeling?

-Hoe zijn de mogelijkheden tot ontwikkeling?

-Wat wordt er gedaan om te blijven ontwikkelen?

7. Tot stand brengen

a) Reproductie

Kan het lichaam iets nieuws produceren?

-Hoe verloopt de seksuele ontwikkeling?

-Hoe geneest een wond?

b) Iets nieuwe scheppen

Kan er met het geleerde iets nieuws gevormd worden?

-Is er sprake van creativiteit?

-Kunnen er eigen gedachten of ideeën gecreëerd worden?

-Kunnen er nieuwe gewoontes aangeleerd worden?

-Kunnen problemen op een eigen wijze opgelost worden?