

Zu folgenden Fragen können Sie sich vor der ersten Therapieeinheit Gedanken machen:

- *„Was ist Ihr Hauptproblem?“*

Überlegen Sie sich wie Sie das Hauptproblem, weswegen Sie zur Physiotherapie kommen in Worte fassen würden und wie es ihre Aktivitäten beeinträchtigt. Z.B. „Ich habe beim Stufen runtergehen einen stechenden Schmerz an der Innenseite des Knies“

- *„Was denken Sie kann ich für Sie tun?“*

Was für Ziele und Erwartungen haben Sie an mich und die Therapie.

- *„Was ist ihrer Meinung nach der Grund für ihre Beschwerden?“*

Überlegen Sie sich warum Sie ihrer Meinung nach ihre Beschwerden bekommen haben könnten oder diese beispielsweise immer wieder auftreten.

- *„Was hilft Ihnen bzw. lindert ihre Beschwerden? Gab es vorhergegangene Therapien die ihnen geholfen haben? Wenn ja, was wurde gemacht?“*

Überlegen Sie sich, ob es Maßnahmen gibt die Sie selbst machen oder die früher angewandt wurden die Ihnen Linderung verschafft haben.

- *„Was würden Sie alles machen wenn Sie ihre Beschwerden nicht mehr hätten?“*