



## Anamnese: Hypnose (Teil 2)

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Geb.Dat.: \_\_\_\_\_ Adresse: \_\_\_\_\_

Vorgespräch auch Tel: Datum: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: \_\_\_\_\_

### Lebensgewohnheiten

Machen sie regelmäßig Sport? Wenn ja, welchen Sport und wie häufig \_\_\_\_\_

Wie sind ihre typischen Schlafenszeiten? \_\_\_\_\_

Wie ernähren sie sich (regelmäßig, gesund, augewogen)? \_\_\_\_\_

Bekommen sie genug Licht bzw. Sonne? \_\_\_\_\_

Befinden Sie sich in einer Beziehung. Bestehen hier oder im familiären Umfeld aktuelle Krisen oder Unzufriedenheiten?

---

---

### Fragen zur Hypnose

Wurden sie schon hypnotisiert? Wenn ja, wie war das und wie ist der Therapeut vorgegangen?

---

---

Haben sie Kenntnisse in einer Therapie, Coachingmethode oder in einer meditativen Anwendung (NLP, mental Training, Selbsthypnose, Qigong, o.Ä.)?

---

Sind sie bereits über die Vorgehensweise bei einer Hypnosebehandlung informiert und wissen sie worauf sie dabei achten müssen (siehe Infoblatt Informationen zur Hypnose)?

---

Wie stellen sie sich eine Hypnosebehandlung vor?

---

---

Gibt es etwas, dass ich unbedingt bei meiner Behandlung beachten sollte (etwas unbedingt tun bzw. vermeiden)?

---

---



## Fragen zu Psychotherapien

Haben Sie schon einmal Psychotherapie in Anspruch genommen? Wenn ja, Grund, Ergebnisse und Art der Behandlung

---

---

## Themenbezogene Anamnese- und Erfassungsfragen

Was genau ist das Thema, an dem sie mit Hilfe der Hypnose arbeiten möchten?

---

---

Seit wann bestehen etwaige Themen, Problematiken oder Unsicherheiten?

---

---

Wo sehen Sie den Kern, das zentrale Problem, den zentralen Auslöser, weshalb sie sich eine Hypnose wünschen?

---

---

Für wie belastend empfinden sie ihr Thema für Ihren Alltag auf einer Skala von 0 bis 10?

---

Was waren die 3 intensivsten oder schlimmsten Situationen, die sie damit erlebt haben?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Welche Einflussfaktoren kennen sie, die sich auf ihr Thema auswirken und es verändern, beziehungsweise verstärken?

(Beispielsweise Stress bei der Arbeit oder im Privatleben oder bei bestimmten Personen oder Situationen)

---

---

Hatten sie schon einmal eine oder mehrere Phasen, in denen alles so war, wie sie es nun mit der Hypnose erreichen möchten? \_\_\_\_\_

Was war da anders? \_\_\_\_\_



Wie genau hätten sie es gerne, dass sich ihr Thema entwickelt?

Bitte beschreiben sie was zukünftig anders wäre. Was wäre der Hauptunterschied zu jetzt?

---

---

Möchten sie noch etwas integrieren das ihnen wichtig ist?

---

---

Soll ihr Unterbewusstsein über das Besprochene hinaus einen besonderen Schwerpunkt auf etwas Bestimmtes legen?

---

---

Gibt es sonst noch etwas, was Sie mir mitteilen möchten oder was ich wissen sollte?

---

---

Arget, den \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_