



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, ausgewogen)? _____

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 eine 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 _____