



Fragebogen zur Ersten Hypnose-Sitzung

Name: _____

Vorname: _____

Geb.Dat.: _____

Telefon: _____

Adresse: _____

1. Was sind Situationen, in denen Sie „abschalten“ können?

2. Wie können Sie nach anstrengenden Tätigkeiten gut entspannen und ausruhen?

3. Hören sie bestimmte Musik dabei? Welche? (eventuell CD-mitbringen)

4. Gibt es Vorbilder die für sie wichtig sind? Sportler, Schauspieler, Musiker „Stars“ oder andere? Romanfiguren, Comic-Figuren?

5. Was für Hobbys gibt es im kreativen Bereich? (Musik, Malen, basteln, etc.)



6. *Gibt es sportliche Aktivitäten?*

7. *Gibt es eine besondere Beziehung zur Natur? (Campen, Bergsteigen, Wandern usw.)*

8. *Wo sind Ihre besonderen Stärken? Geistig, vom Gehirn her oder mehr körperlich, handwerklich oder sozial. Können Sie gut zuhören oder etwas anderes? „Können Sie gut“ mit anderen Menschen, haben Sie besonderen Sinn für Humor, sind Sie ein guter „Unterhalter-Entertainer“? Wegen welchen Fähigkeiten werden Sie sogar von Ihren Feinden respektiert?*

Was sagen andere Gutes über Sie? Fragen Sie ruhig Ihre Freunde!

Verwenden Sie viel Platz um Ihre guten Seiten zu beschreiben!



9. a) Wegen welchem Symptom/Problem sind Sie bei mir?

9. b) Wie nennen Sie Ihr „Problem“? Wie sagen Sie zu dem...? Hat es einen Namen?

10. Seit wann besteht das „Problem“?

11. Gab es eventuell einen Auslöser? Oder vermuten Sie selbst Auslöser?

12. Wie haben Sie bisher versucht das „Problem“ zu lösen? Welche Hilfen haben Sie in Anspruch genommen auch von Institutionen (Ärzte, Krankenhaus, Sozialarbeiter, Beratungsstellen)?

12. b) Müssen Sie wegen dem Problem oder anderen Gesundheitsproblemen Medikamente einnehmen? (Welche?)



13. *Träumen sie? Haben Sie wiederkehrende Träume mit gleichen Themen?*

14. *Wie lernen Sie am Besten? Haben Sie schon etwas festgestellt ob es mehr beim Hören, beim Schreiben, beim Lesen funktioniert?*

15. *Was möchten Sie noch gerne erreichen, was würden Sie demnächst oder irgendwann unheimlich gerne tun und erleben? Urlaubsreisen, Familiäres, Erfindungen machen, etwas bestimmtes besitzen, einen Berg besteigen oder was auch immer?*

16. *Was müssten Sie in Ihrem Leben noch mehr einbauen? Was für Fähigkeiten müssten sie Ihrer Meinung nach noch verbessern? Gibt es Vorbilder für Sie, die diese Fähigkeiten irgendwie schon haben?*

17. *Woher haben Sie von Hypnose gehört? Was waren ihre bisherigen Erfahrungen mit Hypnose?*



18. Warum glauben Sie, dass gerade Hypnose in Ihrem Fall wirksam sein könnte?

19. Welche Voraussetzungen sind gerade in ihrer Umgebung gegeben, dass ihr Problem gerade jetzt gelöst werden könnte? Welche Unterstützung erhalten Sie von ihrer Umgebung (Familie, Freunde, berufliches Umfeld) Was sind im Moment noch größere Hindernisse aus ihrer Umgebung- ihrem Umfeld die eine Veränderung behindern?

20. Wo genau sind sie auf mich aufmerksam geworden? Google? Unter welchem Stichwort? Ein Heilpraktiker-Verzeichnis im Internet? Empfehlung? (wäre nett, wenn sie diese Frage möglichst beantworten ☺)

Danke für das intensive Nachdenken. Es ist kein Noten-Test :-) man darf etwas auslassen. Aber dann verpasst man meistens etwas interessantes. Wir werden gut arbeiten mit allem was da ist. Um das Gute zu erreichen, was noch nicht da ist.



Wichtiger Hinweis:

Bitte beachten Sie, dass ich als Hypnotiseur keine Krankheiten diagnostiziert oder behandle, sondern die Hypnose ausschließlich nichtmedizinisch als Entspannungsmethode im Rahmen der Lebensberatung einsetze. Bei Krankheiten sollte unbedingt ein Arzt oder Heilpraktiker konsultiert werden.

Mit freundlichen Grüßen



Elisa Dietze

Wellness für bewusst und Unterbewusstsein

Pappenheimer Straße 20

91781 Weißenburg

Telefonnummer: 01573 8819852

www.wellnessfuerbewusstundunterbewusstsein.com