



Dieser Anamnesebogen ist für dich zur Orientierung. Wenn du bei mir eine Hypnose buchst und die Fragen beantworten sollst, bekommst du Sie auf Anfrage per E-Mail an [ilona@ilona-blatt.de](mailto:ilona@ilona-blatt.de).

## Angaben zur Person

Anrede:

Titel:

Vorname, Nachname:

Geburtsdatum:

Anschrift:

---

Tel. privat:

Zeiten der Erreichbarkeit:

Handy (bitte unbedingt angeben):

E-Mail:

---

- Schulabschluss
- Beruf
- Familienstand
- Vorname Partners /Partnerin
- Namen und Alter der Kinder

## Familienhintergrund

- Alter von Vater & Mutter bei deiner Geburt?
- Leben deine Eltern noch?
- Wenn nein, wann sind sie gestorben?
- Hast du Geschwister und welche Stellung hast du in der Geschwister-Reihe?

## Wichtige Fragen vorab

- Orthopädischen Probleme, im Bereich Hals, Nacken, Wirbelsäule und Schultern?
- Nimmst du Medikamente, wenn ja, welche?
- Erfahrungen mit Hypnose, Selbsthypnose oder Entspannungsmethoden?



## Angaben zum Problem

- Was ist das Thema (Beschreibung)
- Wie lange leidest du unter dem Problem (auch schon mit leichter Ausprägung)?
- Wann hat sich das Problem deutlich verstärkt?
- Wann tritt das Problem auf, wann wird es stärker oder schwächer? (in Stichpunkten)
- Was verhindert das Problem/die Krankheit im Leben?
- Welche Gefühle löst das bei dir aus?
- Wozu zwingt es dich (das Problem/die Krankheit)?
- Gibt es Diagnosen?
- Welche Vorbehandlungen mit welchem Ziel gab es (Zeitraum, ambulant, stationär, Dauer, Erfolg)?
- Nimmst du Medikamente (Schlafmittel, Beruhigungsmittel, Schmerzmittel etc.)?
- In welcher Dosierung, über welchen Zeitraum?

## Behandlungsziel

- Welche Verhaltens- und Gewohnheitsänderungen und welche Änderungen deines Lebensstils würden helfen, dein Ziel zu erreichen?
- Woran kannst du unzweifelhaft erkennen, dass du dein Ziel erreicht hast?
- Was würde sich in deinem Leben ändern, wenn du dein Problem überwunden hast?
- Wie könnten wir das direkt nach der Hypnose testen (bitte eine konkrete Situation überlegen)
- Was ist das allerwichtigste in deinem Leben?
- Was ist dein größtes Hobby/ deine größte Leidenschaft?
- Glaubst du an eine höhere Kraft und wenn ja an welche?

## Mögliche negative Konsequenzen der Heilung

- Was wirst du verlieren, wenn du gesund wirst / deine Beschwerden loswirst?
- Was gewinnst du, wenn du das Problem behältst?
- Gibt es andere negative Konsequenzen, Ängste, Umstände, die einer Heilung entgegenstehen?

## Wert der Heilung

- Welche Dinge solltest du kurzfristig tun?
- Welche Dinge solltest du langfristig tun?

**Falls es wichtige Dinge gibt, die nicht erfragt wurden, die du aber mitteilen möchtest, schreibe diese bitte zusätzlich in den Text der E-Mail.**