

Aufnahmebogen

Kontaktdaten:

- Vorname:
- Nachname:
- Geburtsdatum:
- Adresse:
- Mobil:
- E-Mail Adresse:
- Beruf:

Fragen zu deinem Ziel und Thema

- Was genau ist – in einfachen Worten beschrieben – dein Ziel, weswegen du dir eine Hypnosebegleitung wünschst?

- Was ist für dich das Hauptproblem darin, was beschäftigt dich am meisten?

- Gibt es körperliche Symptome, die damit einhergehen? Wenn ja, welche

- Was hast du bisher schon unternommen, um dein Ziel zu erreichen?

- Nimm dir bitte einige Minuten Zeit und denke über die Vorteile nach, die Du durch diese wichtige Veränderung in deinem Leben erreichst. Vielleicht kann es Veränderung für dich auf deiner Arbeit geben, in deinem Privatleben, in deinen Beziehungen, wie andere Menschen dich wahrnehmen, wie du dich dadurch fühlst.....

Bitte schreibe mindestens fünf Vorteile für dich auf. Es ist eine Hilfe, wenn du diese Vorteile positiv formulierst, also z.B. statt „Es geht mir nicht mehr schlecht mit XY“, „Es geht mir gut weil XY“.

1.

2.

3.

4.

5.

- Wie sehr bist du bereit Veränderung in deinem Leben zuzulassen (1 = so gut wie gar nicht, 10 = sehr ausgeprägte Bereitschaft)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- Auf einer Skala von 0 bis 10, wie stark ist dein Problem (1= wenig, 10= sehr stark)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- Welcher Mensch oder welche Menschen haben dich deinem Empfinden nach in deinem Leben am meisten verletzt/enttäuscht?

- Wie sehr bist du bereit, mit Aspekten deiner Vergangenheit (Ereignisse, Menschen etc.) Frieden zu schließen? (1= wenig, 10= sehr stark)

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Deine Fragen

Hast du Fragen zur Hypnose, z.B. zum Ablauf, die vor der Sitzung geklärt werden sollten?

Welche?