

# Anamnesebogen bei Burnout Symptomen

---

## Personendaten

Name, Vorname:

Adresse:

Geburtsdatum:

Telefon:

E-Mail:

## Behandlungsziele

Grund des Besuchs:

Hauptziel des Hypnose Coaching:

Nebenziele des Hypnose Coaching:

Seit wann besteht das zu besprechende Thema?

Wie äußert es sich genau?

**Bitte die Fragen durchlesen und beantworten 1=schwach 5=stark**

Ermüden Sie schnell.	①	②	③	④	⑤
Können Sie schlecht Nein sagen.	①	②	③	④	⑤
Wächst Ihnen vieles über den Kopf.	①	②	③	④	⑤
Gehen Sie dem Beruf mit Widerwillen nach.	①	②	③	④	⑤
Fällt es Ihnen schwer, sich zu konzentrieren.	①	②	③	④	⑤
Fällt es Ihnen schwer, sich zu entspannen.	①	②	③	④	⑤
Fühlen Sie sich leer und antriebslos.	①	②	③	④	⑤
Haben Sie Freude an Ihrer Arbeit?	①	②	③	④	⑤
Haben Sie schon am Morgen ein Gefühl der Unlust.	①	②	③	④	⑤
Fühlen Sie sich zu erschöpft für Freizeitaktivitäten.	①	②	③	④	⑤
Sind Sie ständig niedergeschlagen.	①	②	③	④	⑤
Spüren Sie innere Unruhe und sind leicht reizbar.	①	②	③	④	⑤
Investieren Sie mehr Energie in den Beruf als andere.	①	②	③	④	⑤
Erwarten Sie von sich höhere Leistungen, als andere.	①	②	③	④	⑤
Vermeiden Sie es, Risiken einzugehen.	①	②	③	④	⑤
Haben Sie das Gefühl, dass zu vieles an Ihnen hängen bleibt.	①	②	③	④	⑤
Wenn Dinge schief gehen, machen Sie sich dafür verantwortlich.	①	②	③	④	⑤
Ziehen Sie sich häufiger zurück und wollen in Ruhe gelassen werden.	①	②	③	④	⑤
Haben Sie das Gefühl, Pausen sind für Sie verschwendete Zeit?	①	②	③	④	⑤
Vermissen Sie die Wertschätzung von Vorgesetzten und Kollegen.	①	②	③	④	⑤
Ziehen Sie sich zunehmend von Ihrem Freundeskreis zurück?	①	②	③	④	⑤
Haben Sie Zeit für den Partner?	①	②	③	④	⑤
Zweifeln Sie in letzter Zeit an Ihren Fähigkeiten.	①	②	③	④	⑤
Fühlen Sie sich ständig unter Spannung?	①	②	③	④	⑤
Schlafen Sie gut ein und durch?	①	②	③	④	⑤
Treten Ängste auf, die Sie früher nicht kannten?	①	②	③	④	⑤
Leiden Sie unter Magen-Darm-Beschwerden.	①	②	③	④	⑤
Leiden Sie häufig an Kopf- oder Rückenschmerzen, Verspannungen.	①	②	③	④	⑤
Trinken Sie, um sich zu entspannen, vermehrt Alkohol.	①	②	③	④	⑤
Nehmen Sie Schlaf- oder Beruhigungsmittel?	①	②	③	④	⑤
Greifen Sie häufiger als früher zu Alkohol?	①	②	③	④	⑤
Häufen sich in den letzten Monaten körperliche Symptome?	①	②	③	④	⑤

## **Gesundheitliche Situation:**

1. Bestehen aktuelle gesundheitliche oder emotionale Probleme oder gesundheitliche Sondersituationen (z.B. Schwangerschaft)?
  
2. Werden zurzeit Medikamente eingenommen (bitte alle angeben)?
  
3. Wie werden diese vertragen? Sind Nebenwirkungen bekannt?
  
4. Leiden Sie an einer psychischen Erkrankung? Wenn ja an welcher?
  
5. Haben Sie ein Anfallsleiden wie z. B. Epilepsie? Wenn ja, welches?
  
6. Wurde schon einmal eine Psychotherapie besucht?
  
7. Wenn ja, weshalb und wie waren die Ergebnisse?
  
8. Wurde konkret für das zu bearbeitende Thema bereits eine andere Therapie angeraten oder durchgeführt?
  
9. Wie waren die Ergebnisse?

## Fragen zur Hypnose

1. Wurden Sie schon einmal hypnotisiert? Wenn ja, wie war das, wie ist der Kollege vorgegangen?
2. Sind Sie bereits über einen Ablauf einer Hypnose-Behandlung informiert und wissen Sie, worauf Sie selbst dabei achten sollten?
3. Wie stellen Sie sich ein Hypnose Coaching nach Ihren aktuellen Kenntnissen vor?
4. Gibt es etwas, was der Hypnose Coach besonders beachten sollte (sollte er etwas unbedingt tun oder sollte er etwas unbedingt vermeiden)?
5. Sonstige Anmerkungen und Vereinbarungen:

Hiermit bestätige ich die Richtigkeit obiger Angaben und bin mir bewusst, dass fehlerhafte Angaben die Wirkung der Hypnose beeinträchtigen können.

Ich verstehe, dass keine Heilung versprochen wird und keine ärztliche oder psychotherapeutische Behandlung ersetzt wird.

Ort, Datum

---

Unterschrift des Klienten

|      Unterschrift des Hypnose Coach