



Martina Lehrke  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Hypnosetherapeutin  
EMDR-Therapeutin  
Grundstr. 44, 63512 Hainburg

Liebe Klientin, lieber Klient,

Für Ihr Anamnesegespräch zur Thema Gewichtsreduktion/Emotionales Essen benötige ich **vorab** einige wichtige Informationen zu Ihrer allgemeinen Gesundheit und Ihrem Essverhalten!

Bitte nehmen Sie sich etwas Zeit und füllen Sie alle Felder dieses Fragebogens bestmöglich aus.

**Die Felder sind digital beschreibbar, die Kästchen können angeklickt werden.**

Senden Sie mir diesen Fragebogen per Mail an [info@ml-hypnosetherapie.de](mailto:info@ml-hypnosetherapie.de) oder per Post an: ML Hypnosetherapie Lehrke, Grundstr. 44, 63512 Hainburg senden. Vielen Dank!

Eine Behandlung kann ohne den ausgefüllten Bogen leider nicht stattfinden! Die Unterschrift kann ggf an unserem ersten Termin geleistet werden.

## Persönliche Angaben

Männlich ☐ Weiblich ☐ Divers ☐

Vorname:

Nachname:

Adresse:

Telefon:

E-Mail:

Bitte geben Sie nur Telefonnummern und E-Mail-Adressen an, bei denen ich mich ggf. als Ihre Hypnosetherapeutin Martina Lehrke zu erkennen geben darf.

Beruf:

Geburtstag:

Martina Lehrke  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Hypnosetherapeutin  
EMDR-Therapeutin  
Grundstr. 44, 63512 Hainburg

## Ihr Essverhalten

Q1. Was essen Sie, ohne Hunger zu verspüren? Beschreiben Sie Ihr Essverhalten.

Süßigkeiten ☐ Fetthaltiges ☐ Kalorienreich ☐ Zuckerhaltig ☐

Q2. Gib es auslösende (emotionale) Situationen für Ihr aktuelles Essverhalten aus der Vergangenheit?

Q3. Zu welchen Situationen essen Sie? Bestimmte Orte, Zeiten oder Emotionen? Z. B. Langeweile, Frust, Trauer, vor dem Fernseher, in Pausen etc.

Q4. Wie ist das Gefühl, bevor Sie essen, während Sie essen und danach?

Q5. Kann es organische Ursachen für das Essverhalten geben? Z. B. Schilddrüsenstörung, hormonelle Dysbalance, erhöhter Insulinbedarf?



Martina Lehrke  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Hypnosetherapeutin  
EMDR-Therapeutin  
Grundstr. 44, 63512 Hainburg

Q6. Gab es auch Zeiten, in denen Sie nicht aus emotionalen Gründen gegessen haben? Was hat Sie motiviert? Was war anders?

Q7. Wie hoch ist Ihre Motivation, Veränderungen in Ihrem Leben zuzulassen, bzgl. Bewegung/Sport/Essverhalten verändern?

(1=sehr gering; 10=sehr hoch)

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10 ☐

Q8. Ist es **jetzt** eine gute Zeit, um die Veränderungen anzugehen? Wie gestresst sind Sie? Gibt es aktuell außergewöhnliche Herausforderungen?

Q9. Gibt es Aspekte in Ihrem Leben, denen Sie sehr viel Wert beimessen? Was ist Ihnen im Leben am wichtigsten? Wofür lohnt es sich, die Veränderung anzugehen? Nennen Sie **mind. 3 Punkte**.

Q10. Was fehlt Ihnen emotional, wenn Sie nicht essen? Was gibt Ihnen das Essen?

Q11. Wie empfinden Sie Ihr Körpergefühl?



Martina Lehrke  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Hypnosetherapeutin  
EMDR-Therapeutin  
Grundstr. 44, 63512 Hainburg

**Q12. Welche Rolle spielte Essen in Ihrer Herkunftsfamilie/ in Ihrer Kindheit? (z. B. Liebe, Kontrolle, Pflicht, Gemeinschaft)?**

**Q13. Gab es Situationen, in denen Essen als Trost, Belohnung oder Beruhigung eingesetzt wurde?**

**Q13. Was möchten Sie durch die Hypnosetherapie verändern?**

**Q14. Woran würden Sie merken, dass die Therapie erfolgreich war? Was ist für Sie ein realistisches Ziel? Mehrere Antworten möglich.**

**Q15. Gibt es durch das Essen bereits körperliche Folgeschäden?**

**Q16. Nehmen Sie Medikamente?**



Martina Lehrke  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Hypnosetherapeutin  
EMDR-Therapeutin  
Grundstr. 44, 63512 Hainburg

## Gesundheitliche Angaben

Besteht eine Schwangerschaft?      Nein ☐      Ja ☐

Sind Sie derzeit oder waren Sie in den letzten 5 Jahren in ärztlicher Behandlung oder Therapie (seelisch/psychisch)?      Nein ☐      Ja ☐

Wenn ja: warum?

Gibt es psychiatrische Diagnosen oder Persönlichkeitsstörungen?      Nein ☐      Ja ☐

Falls ja, welche?

Leiden sie an Langzeit- bzw. chronischen Erkrankungen/Störungen? Bitte zutreffendes ankreuzen:

Diabetes      ☐      Typ

Herzerkrankung      ☐      Welche?

Asthma      ☐      Letzter Anfall?

Epilepsie      ☐      Letzter Anfall?

Abhängigkeitserkrankung      ☐      Welche?

Kreislaufprobleme      ☐

Blutdruck      Normal ☐      Niedrig ☐      Hoch ☐

Schizophrenie      ☐      Typ:

Psychosen?      Nein ☐      Ja ☐      Wann zuletzt?

Sonstiges?



Martina Lehrke  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Hypnosetherapeutin  
EMDR-Therapeutin  
Grundstr. 44, 63512 Hainburg

Die Einnahme von Substanzen kann eine ungewollte Verstärkung von Emotionen in der Hypnose bewirken hervorrufen.

Cannabis- oder sonstiger Drogenkonsum in den letzten 14 Tagen? Nein ☐ Ja ☐

Regelmäßiger Alkoholkonsum? Nein ☐ Ja ☐ Wie oft?

Gibt es Ängste / Angst vor etwas? Z. B. Tiere, Höhe oder ähnliches?

Gibt es schwere traumatische Ereignisse in der Vergangenheit? Nein ☐ Ja ☐

Nur, wenn Sie möchten, machen Sie hierzu kurz Angaben:

### Sonstiges

Haben Sie Fragen zur Hypnose?

Wie sind Sie auf mich gekommen?

☐ Internet/Webseite

☐ Empfehlung

☐ Arzt / HeilpraktikerIn

☐ Sonstiges und zwar

Nur noch eine Seite...

Martina Lehrke  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Hypnosetherapeutin  
EMDR-Therapeutin  
Grundstr. 44, 63512 Hainburg

### Belehrung und Einverständniserklärung

Ich bestätige mit meiner Unterschrift, über die Hypnose entsprechend aufgeklärt worden zu sein und alle Angaben wahrheitsgemäß gemacht zu haben.

Ich erlaube der Hypnosetherapeutin Martina Lehrke, diese Therapie entsprechend durchzuführen. Alle Patienten- und Therapieinhalte sind vertraulich.

Ein Hypnotiseur diagnostiziert keine somatischen Krankheiten und macht **keine Heilversprechungen..** Auch in meinem Fall ist dies nicht geschehen. Der Besuch beim Hypnosetherapeuten ersetzt nicht die professionelle ärztliche Beratung oder Behandlung.

Die Hypnosetherapeutin Martina Lehrke hat mir in keiner Form davon abgeraten, ärztliche oder anderweitige professionelle Beratung oder Behandlung aufzusuchen oder fortzuführen, und/oder Medikamente einzunehmen oder abzusetzen, ohne die ausdrückliche Zustimmung eines Arztes. Generell arbeitet die Hypnosetherapeutin Martina Lehrke an der Stärkung meiner Gesundheit und Aktivierung meiner Selbstheilungskräfte.

Ich versichere mit meiner Unterschrift, dass ich alle Hinweise verstanden habe und über Risiken und Aspekte aufgeklärt wurde, bei denen eine Hypnosetherapie /EMDR kontraindiziert sein kann; z. B. bei vorheriger Einnahme von Alkohol, Drogen, sowie Abhängigkeitserkrankungen, bi-polare Störungen, Psychosen / Wahn, Epilepsie, schwere Herz-/Kreislauferkrankungen, Persönlichkeitsstörungen, Störungen des zentralen Nervensystems, Thrombose, kürzlicher Herzinfarkt/Schlafanfall, Schwangerschaft, Einnahme von Psychopharma, endogene Depressionen usw.

Gemäß der **Datenschutzgrundverordnung (DSGVO)** erteile ich der Hypnosetherapeutin Martina Lehrke die Erlaubnis, meine Daten und Dokumentation zu speichern und aufzubewahren.

Ich willige ein, dass gewisse Daten im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben, z. B. in einem medizinischen Notfall, an entsprechende Einrichtungen / Institutionen weitergegeben werden dürfen.

**Mit meiner Unterschrift bestätigen ich die Kenntnis darüber, dass sich die Hypnosetherapeutin Martina Lehrke vorbehält, ein Ausfallhonorar von bis zu €100,00 bei versäumten Behandlungsterminen zu berechnen, bzw. einen ausstehenden Restbetrag einzufordern, sofern die Termine nicht mind. 24 Stunden vorher abgesagt wurden.**

Ort, Datum und Unterschrift

### Wichtig vor der Sitzung:

- ✓ Kontaktlinsen / Brille entfernen, so können Sie sich besser entspannen
- ✓ Ggf. Messung des Blutzuckers
- ✓ Handy ausschalten
- ✓ Nochmal zur Toilette gehen
- ✓ Kein Alkohol-(mind 24 Std.) oder Drogenkonsum (mind. 14 Tage) vor der Sitzung