

Problemstellung	Hypno Potential	Ursachen-orientiert	Lösungs-orientiert	Resourcen-aktivierend	Energie-mobilisierend	Individuelle Suggestionen
Anleitung zur Selbsthypnose für die Selbsthilfe	1, 2, 4, 5			x	x	x
Besser schlafen	2, 3, 5	x	x	x		x
Blockadenlösung	1, 2, 3	x	x			
Beziehungsverhalten verbessern	1, 4, 5	x	x	x		x
Schüchternheit überwinden	1, 4, 5		x	x		x
Fördern von persönlichen Ressourcen	1, 2, 3, 4, 5			x		x
Gewichtsreduktion	3	x	x	x	x	x
Innere Unruhe abschwächen	1, 4, 5	x	x	x		x
Konzentrationssteigerung	1, 4, 5			x		x
Lampenfieber	4, 5	x	x	x		x
Leistungssteigerung	1, 2, 5	x	x	x	x	x
Lernblockaden lösen	1, 5	x	x	x		x
Lösen von Anspannungen	1, 4, 5	x	x			x
Mentales Coaching	1, 3, 4, 5			x	x	x
Mentale Vorbereitung für Prüfungssituationen	1, 2, 5	x	x	x	x	x
Mentale Prüfungsvorbereitung	4, 5		x	x	x	x
Motivationsaufbau	1, 3, 4, 5	x	x	x	x	x
Phantasiereisen oder der Fluss des Lebens	1, 3, 4, 5	x	x	x	x	x
Positives Denken	1, 4, 5		x	x	x	x
Reduktion von Rauchen	3, 5	x	x	x		x
Rückführung in dieses oder frühere Leben	1, 4	x		x		
Selbstbewusstsein steigern	1, 3, 5	x	x	x	x	x
Selbsteilungskräfte aktivieren	1, 2, 5			x	x	x
Selbstvertrauen aufbauen	1, 2, 3, 5	x	x	x		x
Sporthyypnose	2	x	x	x	x	
Stressbewältigung	1, 3, 5	x		x	x	x
Umgang mit Schuldgefühlen (positive Spirale)	1, 3, 4, 5	x	x	x		x
Verstärkung von Fähigkeiten	5			x	x	x
Vorbereitung auf wichtige Ereignisse	4, 5		x	x	x	x