

Hypnose und Neurolinguistisches Programmieren

Das Wort "Hypnose" stammt aus dem Griechischen und bedeutet wörtlich nichts weiter als Schlaf. Hypnose hat jedoch überhaupt nichts mit Schlaf oder Bewusstlosigkeit zu tun, wie viele Menschen irrtümlich glauben. Hypnose ist ein besonderer Bewusstseinszustand der optimalen Ruhe und Entspannung zwischen Wachen und Schlafen.

Stellen Sie sich vor ... Sie liegen ganz entspannt auf Ihrem Bett ... Geräusche der Umgebung dringen zwar noch an Ihre Ohren, aber stören Sie nicht ... Sie fühlen sich ruhig, leicht schläfrig ... und gleichzeitig auch hellwach. Ihr Zeitgefühl ist eingeschränkt, und wenn Sie weiterhin auf Ihrem Bett liegen und dahindösen, kann es sein, dass die Zeit viel schneller vergeht, als Sie es bemerken.

Das ist Hypnose. Ein ganz natürlicher Zustand von tiefer Entspannung. Nicht mystisch, und schon gar nicht gefährlich. Vergessen Sie alles, was Sie im Fernsehen über Show-Hypnose gesehen haben mögen, denn mit der professionellen Hypnosetherapie hat dies nichts zu tun.

Mit Hilfe der Hypnosetherapie werden die unbewussten Anteile einer Persönlichkeit direkt angesprochen, und durch Heilsuggestionen erhält das Unbewusste Anweisungen, um Lösungen für psychische und seelische Blockaden zu finden. Durch den hypnotischen Zustand wirken diese Suggestionen sehr direkt, sie umschiffen sozusagen die Wächter des Bewusstseins.

Ganz wichtig ist zu wissen, dass niemand gegen seinen Willen hypnotisiert werden kann, und dass es – entgegen einiger Hollywood-Filme – nicht möglich ist, "für immer" in der Hypnose zu bleiben. Weil Hypnose ein natürlicher Zustand ist, den ich während einer Behandlung mit Ihrem Willen bewusst erzeuge, ist sie nicht gefährlich. Lediglich bei schweren psychischen Erkrankungen (z. B. Schizophrenie) wird Hypnose nicht angewendet.

Das Neurolinguistische Programmieren (NLP) ist vereinfacht gesagt eine "Bedienungsanleitung fürs Gehirn" und dient dazu, unbewusst ablaufende Denk- und Fühl-Prozesse in nützliche Bahnen zu lenken. NLP entwickelte sich aus vier Therapieformen: Der Hypnosetherapie, der systemischen Therapie, der Gestalttherapie und der provokativen Therapie.

In meiner Praxis kombiniere ich die Hypnosetherapie und Heilhypnose mit Elementen des NLP, um zum Beispiel ...

- ☛ Sie zu unterstützen, ganz sanft zum Nichtraucher zu werden
- ☛ Phobien, Depressionen, Ängste oder Zwänge zu behandeln
- ☛ Gewichtsreduktion zu erleichtern und innere Blockaden zu lösen
- ☛ Essstörungen wie Anorexie oder Bulimie zu behandeln
- ☛ Migräne, Asthma, Schmerzzustände und vieles mehr zu behandeln
- ☛ das Immunsystem zu stärken

Außerdem kann Hypnose auch dazu dienen, ...

- ☛ eine starke Persönlichkeit aufzubauen
- ☛ erfolgreicher und selbstbewußter zu sein
- ☛ schöpferischer und kreativer zu sein
- ☛ verborgene Talente und Kräfte zu entdecken und zu entfalten
- ☛ Selbsthypnose zu erlernen
- ☛ sich selbst zu verwirklichen
- ☛ Konzentration und Gedächtnisleistung zu steigern

... und vieles mehr. Die Hypnose ist, besonders in Verbindung mit dem NLP, eine sehr kraftvolle Methode, um auch diejenigen Probleme zu bearbeiten, die ansonsten unerreichbar scheinen. Sprechen Sie mich an, wenn Sie weitere Informationen möchten!



PRAXIS FÜR GANZHEITLICHE NATURMEDIZIN

Dr. med. Armin Haßdenteufel · Facharzt für Allgemeinmedizin

An der Gänsweide 1

FON 06158 – 71 97 8

WEB armin-hassdenteufel.de

64560 Riedstadt bei Darmstadt

FAX 06151 – 74 83 14

EMAIL praxis@armin-hassdenteufel.de