

ANGST-, STRESS- UND BURNOUT-BEHANDLUNG MIT HYPNOSE THERAPIE

Die Zahl der Stress- und Burnout-Kranken nimmt nicht nur am Arbeitsplatz, sondern inzwischen auch unter Studenten zu. Hypnosetherapien gelten hierbei, wie auch in vielen anderen Bereichen wie z.B. Ängsten, Rauchentwöhnung, Gewichtsreduzierung, Einschlaf erleichterung, Lernverbesserung oder zur Ausschaltung psychosomatischer Schmerzen längst als bewährte Therapiemöglichkeiten. Seit 2006 sind sie vollständig anerkannt. Ihr Veränderungs- und Heilungspotential ist längst wissenschaftlich erforscht und nachweisbar. Milton Erikson begründete ihre Entwicklung zu einer der effektivsten Heilmethoden in der Psychotherapie.

Da 70-90% aller Lebensvorgänge vom Unterbewusstsein gesteuert werden, bietet Hypnose die Chance, sehr effizient und nebenwirkungsfrei an den Ursachen zu arbeiten, anstatt nur die Symptome zu beseitigen. Dabei bleibt der Patient bei Bewusstsein. Nichts geschieht gegen seinen Willen.

Z.B. lassen sich Stresssituationen aus dem Alltag in Trance noch einmal durchleben, während Sie lernen, ruhig und entspannt zu bleiben. Die Verankerung dieses Ruhegefühls führt dazu, dass Sie Stresssituationen im wirklichen Leben dann auch entspannt und souverän meistern können und Sie nichts mehr aus der Ruhe bringt. Dieses Erfolgserlebnis gibt ihnen neue Kraft und Selbstvertrauen. Es entsteht ein positiver Verstärkungszirkel. Sie werden die nächste Situation noch ruhiger und entspannter angehen, weil Sie nun aus Erfahrung wissen, dass Sie es können.

Ich konnte in meiner Praxis schon vielen Menschen helfen, ihre Leiden minimieren oder sie gänzlich davon befreien. Leider und dummerweise wird diese erfolgreiche Behandlungsmethode bisher nur sehr eingeschränkt von den Kassen übernommen.

Quelle: Dr. phil. Clara E. Laeis

VITAERNA

„Deine Krise ist Deine Chance.“



HEILPRAXIS

Dr. phil. Clara E. Laeis

Hypnosetherapeutin / Heilpraktikerin Psychotherapie und Life-Coach

Hypnose • Coaching • Gesprächstherapie

Marienburg Str. 32 • 50968 Köln • Tel.: 0221 - 932 92 09

claeis@t-online.de • www.vitaerna-heilpraxis.de

