



**CENTRU VYWAMUS ROMÂNIA**

www.vywamus.ro, info@vywamus.ro

vywamus\_romania@yahoo.com

0722-765.438, 0722-517.101

**Regăsește-ți Bucuria de a fi Creator!**

## Hipnototerapie

acum și în România aveți la dispoziție **terapia prin hipnoză clasică**, așa cum este ea predată în Școala Germană prin psihoterapeutul Manuel Christian Maurer din Berlin, membru al Akademiei de Hipnoză din Germania

### Ce este hipnoza?

Cuvântul "hipnoză" provine din grecescul "Hipnos" care se traduce prin somn sau adormire. Defapt în această stare în mod natural ne aflăm înainte de a adormi timp de doar câteva clipe și nu o percepem conștient.

În această stare de relaxare profundă se poate ajunge sub îndrumarea unei persoane specializate care utilizează tehnici specifice de inducție, și unde putem rămâne un timp determinat, pe care să îl acordăm unui scop terapeutic. În deplină siguranță și fiind pe deplin conștienți de sine, în starea aceasta, tot corpul devine pe deplin relaxat, gândurile dispar, emoțiile sunt absente și ne putem bucura de propria existență într-o stare de conștiență modificată. Din această stare putem reveni la starea de conștiență normală oricând ne dorim sau la recomandare psihoterapeutului, păstrând ulterior cât ne dorim starea de relaxare obținută anterior.

### Ce este hipnototerapia?

Utilizarea conștienței a stării de hipnoză pentru a modifica un comportament neplăcut sau a ne îmbunătăți viața, prin sugestii care se adresează minții subconștiente poate fi o definiție a hipnototerapiei. Este o metodă extrem de eficientă care poate da rezultate vizibile chiar după o singură ședință, fără a crea noi dependențe.

### Cum se desfășoară o ședință?

1. facem cunoștință
2. spunem ce dorim să schimbăm în viață sau cu ce problemă ne confruntăm
3. răspundem întrebărilor de clarificare pe care ni le adresează terapeutul
4. se determină setul de credințe inconștiente care creează un tipar sau problema
5. se stabilesc de comun acord sugestiile care vor fi utilizate în timpul ședinței
6. se intră în starea de relaxare și inducție hipnotică
7. se introduc sugestiile prin comenzi verbale
8. se revine la starea de conștiență normală

### Situații în care se poate interveni prin hipnoză pentru vindecare:

1. schimbarea obiceiurilor negative: fumat, alcoolism, alte dependențe
2. frici și emoții negative puternice, anxietate, depresie
3. abuz și dependențe mental-emoționale
4. stress
5. stimă de sine, lipsa încrederii, lipsa motivației, lipsa succesului sau păstrarea lui
6. slăbit și controlul greutateii, modificarea poftei de mâncare
7. probleme de dinamică sexuală
8. accesarea potențialului creativ și valorificare lui, optimizarea personală

Pentru programări vă invităm să folosiți numerele de telefon din antet.