

Wofür hilft Hypnose?

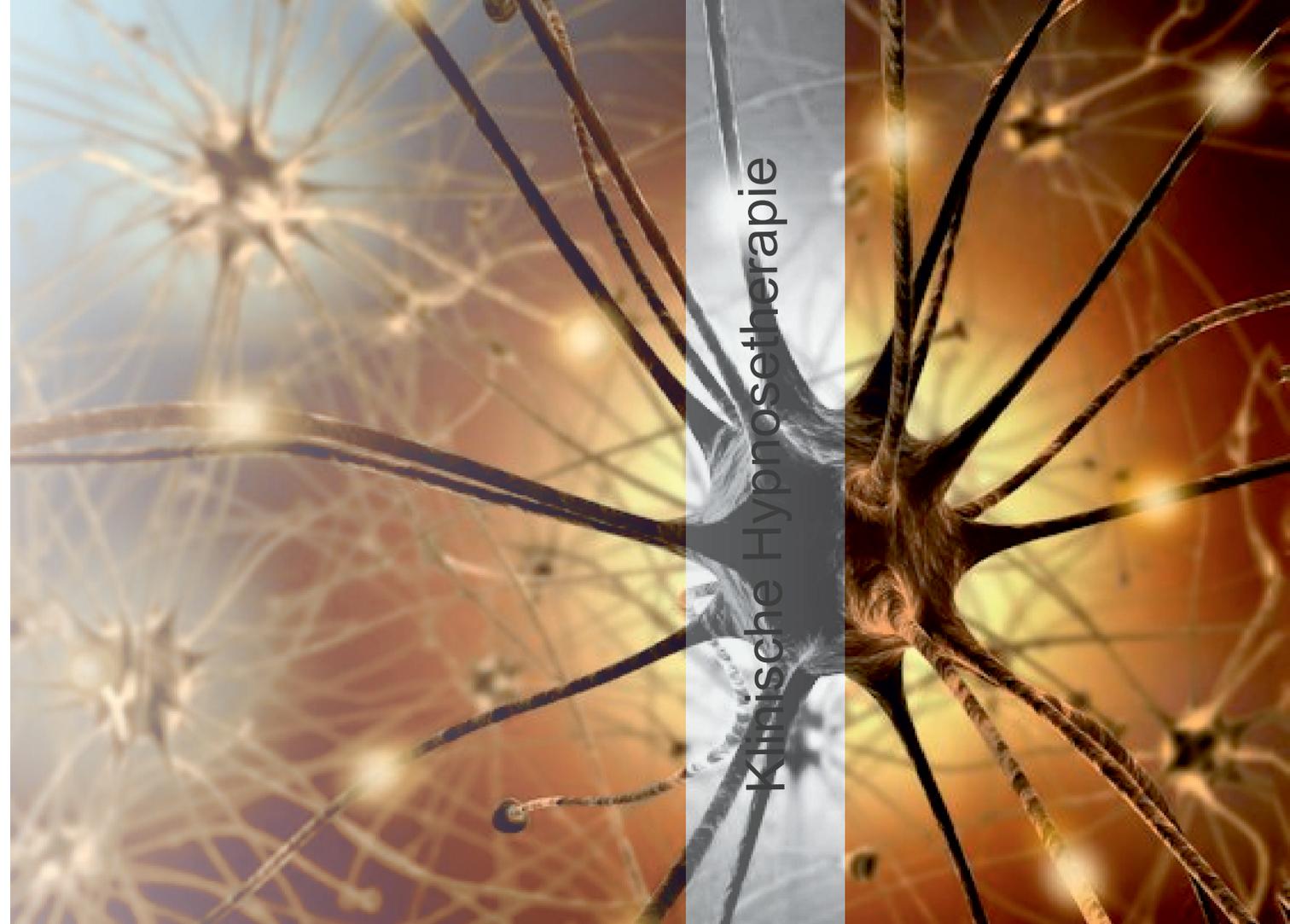
Menschen mit

- Akuten und chronischen Schmerzen
- Angstzuständen und Phobien. Z.B Flug- Höhen- oder Prüfungängsten
- Depressionen - BurnOut
- Suchterkrankungen wie Rauchen und Essstörungen
- Psychoonkologischen Problemen
- Schlafstörungen
- Psychosomatischen Erkrankungen
- Stressbedingten Krankheiten
- Magen - Darmproblemen
- Entzündungen- und Immunschwächen u.v.m

Bei jeglichen Krisensituationen und Erlebnissen, vor allem wenn sie stark mit Emotionen begleitet sind, besteht die Gefahr, dass sich die gewohnten und bekannten Lebensmuster verändern und somit auch im Gehirn neue, ungewollte, Verschaltungen entstehen.

Verschaltungen sind wie »Autobahnen im Gehirn« die immer wieder angesteuert werden, ohne dass man es will. Dies wird mit Hypnose unterbrochen und die Nebenstraßen und Trampelpfade des Erlebens, werden trainiert und zu Highways gemacht, damit dass «unwillkürliche Sein» quasi eine zweite große Strasse erhält.

Durch das geniale Bildhafte erleben während einer hypnosystemisch-klinischen Hypnose wird eine alternative «Wahrnehmungswirklichkeit» angeboten. Denn, dass Gehirn denkt in Bildern und nicht in Worten.



Praxis für klinische Hypnosetherapie Zürcher Oberland

Werner Flütsch
synapSanum
Usterstrasse 56
8020 Wetzikon
www.synapsanum.ch
Tel: 076 430 02 68



- Medizinische Hypnose
- Aufdeckende Hypnose
- Sport- und Kinder Hypnose
- PMR Muskelrelaxation

- Analytische Hypnose
- Systemische Hypnose
- Autogenes Training

Hypnose, gehört in die Hände von gut ausgebildetem Fachpersonal.
Mit über 200 Ausbildungsstunden werden wir diesem hohen Anspruch gerecht.



... einfach GENIAL

Klinische Hypnose

Warum wirkt sie so gut?

Die Hypnosetherapie ist ein wissenschaftlich anerkanntes Verfahren. Mit Hilfe einer besonderen Form der Kommunikation zwischen Ihnen und Ihrem Therapeuten gelangen Sie, müssen aber nicht, in einen Trancezustand unterschiedlicher Tiefe.

Sie kennen das vielleicht, dass alltägliche Handlungen oder Gedanken oft gerade dadurch aufrecht erhalten werden, indem man versucht, sie zu beseitigen oder mit "positivem Denken" überdeckt.

Ein Teufelskreis entsteht: Lösungsversuche, die gescheitert sind, werden erneut angewendet und machen so das Problem noch komplizierter. Oft realisieren die Betroffenen, dass die Lösungsversuche alles andere als zielführend sind, sie können sie aber nicht ändern.

Dieser problematische Kreislauf wird erkannt, aufgelöst und es werden angemessene Gegenstrategien entwickelt.

Ob Hypnose, EgoState, EMDR, K.I.P, Transaktionsanalyse oder Spiegeltherapie. Mir geht es darum, aus einem Koffer voller therapeutischer Werkzeuge, Interventionen anzubieten, die in sich die Möglichkeit haben, die Resilienz der einzelnen Menschen zu fördern und Veränderungen herbeizuführen.



Verlauf einer Sitzung

In einem ersten Gespräch wird Ihr Anliegen besprochen. Gefolgt von einem realistischen Ziel unserer gemeinsamen Arbeit.

Mit dem grossen Korb an Möglichkeiten und Angeboten wird gemeinsam an Ihrem Auftrag gearbeitet.

Oft wird eine hypnotische Trance eingeleitet, dies kann auch im vollkommenen Wachzustand sein und ist nicht immer notwendig.

Die Trance kann dazu eingesetzt werden, die Ursache einer Störung, z.B. eines unklaren Schmerzzustandes zu klären und deren lebensgeschichtlichen Hintergrund zu untersuchen.



Hirnforschung und Hypnose?

«Das Gehirn denkt in Bildern und nicht in Worten.» Gerade deshalb sind besonders die »nicht sprachlichen«, auf der Bild-Imaginations- und Körperebene ansetzenden Zugänge so hilfreich. Unwillkürliche Prozesse werden angesprochen.

Viele Klienten erleben die Möglichkeit, mit inneren Bildern arbeiten zu dürfen, als Entlastung. Zu oft, wurde schon über das vergangene geredet. Auch weist die aktuelle Forschung auf eine geringe Wirkung von nur sprachlichen Interventionen, von Introspektion und Einsicht, hin. Wissen alleine bringt noch keine dauerhafte Besserung.

Inzwischen bestätigen Befunde der Hirnforschung die Wirksamkeit und Notwendigkeit der Aktivierung nicht sprachlicher und ressourcenorientierter Verarbeitungszugänge, um effektivere und nachhaltigere therapeutische Veränderungen bewirken zu können.

Viele zusätzliche Informationen darüber finden Sie unter: www.synapsanum.ch

Was ist ein Trancezustand?

In der Trance orientieren Sie sich auf bestimmte Themenbereiche, die Sie gerade besonders interessieren, und das in einer so konzentrierten Form, dass Sie anderes, was Sie davon ablenken könnte, ausblenden.

Trance bedeutet folglich, die Aufmerksamkeit vom Alltagsgeschehen weg nach innen zu richten. In Trance ist es möglich, den eigenen Körper anders wahrzunehmen als im Wachbewusstsein. Viele Menschen berichten ausserdem über einen verbesserten Zugang zur eigenen Gefühlswelt.

Dies funktioniert auch ohne die klassischen Entspannungstrainings uns auch während Sie mit offenen Augen reden.

Gerade das ist es, was klinische Hypnose so interessant macht. In dieser Fokussierung lassen sich Prozesse, die unwillkürliches Erleben beeinflussen, in den ganz normalen Alltagskommunikationsprozess einbauen.

Grundsätzlich ist das Erlebnis der therapeutischen Trance für jeden Menschen verschieden.