

## Hypnose ...

ist ein uraltes und traditionelles Heilverfahren und wurde von den Analytikern, den Pionieren der Psychotherapie abgelöst und folglich auch, wenn nur in Ansätzen, in deren Schulen integriert.

Milton Erickson hat eine eigene Therapierichtung, die „Hypnosetherapie“, entwickelt. Diese Therapierichtung ist eine im humanistischen Menschenbild verortete Schule.

Hypnose hilft den kritischen Verstand zu umgehen und macht unser Unterbewusstsein zu unserem Partner.

Muster, Dynamiken, Glaubenssätze und Verhalten, die sich nicht und kaum zu ändern scheinen und uns oftmals in unserer Entwicklung einschränken, gar sabotieren, können mit Hilfe der Hypnose - in einen Trancezustand versetzt – auf unterbewusster Ebene angesprochen und beeinflusst werden.

Es kann auch sehr hilfreich sein, durch Regression oder Reinkarnation Vergangenes zu heben (diesem Verfahren geht eine Unterbewusstseinsbefragung voraus). Erfahrungen werden daher potenziell einer Integration zugeführt. Progression lässt Zukunftsbilder entstehen, die eine neue Ausrichtung und/oder Ziele erstreben lässt/lassen und daraus erwachsen neue Erfahrungen. All diese angeführten Möglichkeiten werden gemeinsam ausgelotet und fließen in die Hypnose mit ein. Meine langjährige Erfahrung in vielen Lebenslagen hilft dabei und ich berate Sie gern!

## Hypnose unterstützt

- bei der Bewältigung von Ängsten,
- bei Suchtthemen (Rauchen, etc.),
- beim Abnehmen,
- bei psychosomatischen Beschwerden,
- bei hartnäckigen, ungewollten Verhaltensmustern,
- bei Zwangsgedanken, negativen Glaubenssätzen,
- bei Entscheidungsfindungsprozessen,
- bei Konflikten, etc.

Gesamtpaket: € 450,00

In einem ersten Gespräch arbeiten wir gemeinsam Ihre spezielle Thematik heraus und stellen Ihre Bereitschaft zur Hypnose fest. Vielleicht ist es bereits in der ersten Sitzung möglich Affirmationen und Suggestionen in einer ersten Trancesitzung einzubauen. Sie entscheiden, ob Sie weitere Hypnosensitzungen wollen oder ob andere Möglichkeiten für Sie geeigneter sind.

Wenn Sie sich für Hypnose entscheiden, bereite ich einen speziell ausgearbeiteten Wirkteil für die Suggestion vor. Eine Vertiefung der Hypnose wird angestrebt, da die Wirksamkeit durch einen noch tieferen Trancezustand optimiert wird. Optimaler Weise finden 2 – 3 Sitzungen mit Hypnose statt. Zum Abschluss bekommen Sie die Möglichkeit zur Selbsthypnose und einen Hypnosetext, den Sie sich über die eigenen Datenträger (bspw. Diktiergerät) anhören können. Sie können auch in der Folge eigene Texte zur Selbsthypnose erstellen.

Einzelstunde: € 180,00

Falls während eines laufenden Therapieprozesses Themen auftauchen, wo es hilfreich erscheint, diese mittels Hypnoseregression oder einem speziellen Wirkteil mit Hypnose zu unterstützen, können wir auch dort mit Hypnose arbeiten. Die Kosten erhöhen sich, vom herkömmlichen Stundentarif auf € 180,00 da die Vor- und Nachbereitung ein zusätzlicher Zeitaufwand ist. Persönliche Bedürfnisse und die eigene Lebensgeschichte stehen dabei im Vordergrund. Einzelstunden können auch für die Klärung vom Hypnosensetting genutzt werden.

Nehmen Sie einfach Kontakt mit mir auf:

**0660/4878634**

[www.freie-praxis.at](http://www.freie-praxis.at)

[www.gewaltfrei.at](http://www.gewaltfrei.at)

**Dr.in Andrea Scheuringer, M.Ed.  
Psychotherapeutin, Supervisorin,  
Kommunikationstrainerin,  
Gesundheitswissenschaftlerin**

Meine Angebote nochmals  
zusammengefasst:

Einzelstunde:

**€ 180,00**

Hypnose kompakt:

**€ 450,00**

**Wann und wo:**

Donnerstag, Ahorn 6, 4183 Helfenberg

Telefonische Anmeldung: 0660/4878634

Mehr zu meinen (Seminar)Angeboten:  
[www.freie-praxis.at](http://www.freie-praxis.at), [www.gewaltfrei.at](http://www.gewaltfrei.at)

# Hypnose