

## Denise Humbert Heilpraktikerin für Psychotherapie und Hypnotherapeutin

Praxis für Hypnose im Ärztehaus an der Oper

Dammtorstraße 27

20354 Hamburg

Tel.: 040 - 53264182

Fax:

Mobil:

Email: [dh@denisehumbert.de](mailto:dh@denisehumbert.de)

WWW: <http://www.denisehumbert.de>



In meiner Praxis in Hamburg wende ich Hypnose bei den unterschiedlichsten Problemen und Störungen erfolgreich an.

Im Zustand der Hypnose wird die Aufmerksamkeit des Patienten weg von den äußeren Einflüssen und hin zu dem inneren Erleben geführt. Das kritische Denken wird reduziert und durch ein Denken in Möglichkeiten ausgetauscht. Während des Trancezustandes kann der Patient neue Lösungswege finden. Die Hypnose wird eingesetzt, um körperliche und/oder seelische Erkrankungen zu behandeln. Entgegen der nach wie vor verbreiteten Meinung ist es während der Hypnose keineswegs so, dass man sich in einem schlafähnlichen Zustand befindet, denn das gesamte Gehirn ist während der Hypnose aktiv. Durch diese Tatsache ist es möglich, dass kreative Prozesse in Kraft treten können, welche dann zu einer aktiven Bewältigung und Lösung von Problemen führen können. Erfolgreich angewendet wird die Hypnose zum Beispiel zur Behandlung von Ängsten und Zwängen, zur Behandlung von Depressionen und psychosomatischen Störungen, zur Raucherentwöhnung und zur Gewichtsreduktion sowie als Anti-Stress-Training und zur Entspannung bei vorhandenem Stress. Auch bei Konzentrationsschwierigkeiten ist die Hypnose eine erfolgreiche Methode. In der Beratung arbeite ich lösungsorientiert mit systemischen Bausteinen, dazu gehören z.B. die räumliche Darstellung von Beziehungen. Mit Hilfe dieser Methoden eröffnen sich schnell neue Sichtweisen, Empfindungen und Lösungsansätze. Die "Systemische Therapie" geht davon aus, dass jeder Mensch bereits seine Lösung in sich trägt. Meist behindern uns nur unsere gewohnten Denkmuster und treiben uns in Probleme und Konflikte.

Oft sind es alte Muster im Denken, Fühlen und Verhalten die nicht mehr angemessen sind und einer Veränderung bedürfen. Desweiteren biete ich gemeinsam mit einer Fotografin ein besonderes Fotoshooting an: Entdecke Deine Weiblichkeit. Hier wird mittels Hypnose die Weiblichkeit der Frau intensiv "vorgespürt", welche sich dann bei dem anschließenden Fotoshooting in der vollen Schönheit zeigen darf. Dieses Event gibt es auch für Männer: Entdecke Deine Männlichkeit. Mehr Infos finden Sie auf meiner Webpage.