

## Hypnose am See



Bahnhofstr. 31  
CH-8280 Kreuzlingen  
Tel.: 0041 - 75 - 4140679  
Fax:  
Mobil:  
Email: [info@hypnotherapie-am-see.ch](mailto:info@hypnotherapie-am-see.ch)  
WWW: <https://www.hypnotherapie-am-see.ch>

Bei Hypnose bzw. hypnotischer Trance handelt es sich um eine Methode, die schon vor vielen tausend Jahren u.a. in den alten Kulturen der Ägypter und Sumerer Anwendung fand.

"Hypnotische Suggestion kann den Gebrauch von Fähigkeiten und Potenzialen erleichtern, die in einem Menschen bereits existieren, aber aufgrund mangelndem Trainings oder Verständnisses ungenutzt oder unterentwickelt bleiben" (Milton H.Erickson, Begründer der modernen Hypnotherapie)

Wir erleben ständig Alltagstrancen, wenn wir in Gedanken versunken sind, Tagträumen nachhängen oder z.B. beim Lesen eines spannenden Buches, wenn wir unsere Umgebung ganz oder zeitweise ausblenden. Wir sind in einem veränderten Bewusstseinszustand, bei dem der grösste Teil unserer Aufmerksamkeit nach innen gerichtet ist. Genau in diesem Zustand sind wir bei der Hypnose: wir sind nach innen fokussiert und aufnahmebereiter für unser inneres Erleben. Trance ist ein ganz natürliches Phänomen, wir bemerken es meist nicht einmal.

Es wird dabei nichts von aussen aufgedrängt, das für Ihre Individualität nicht geeignet ist.

Sie behalten während der Trance zu jeder Zeit die vollständige Kontrolle, Sie können alles um sich herum wahrnehmen, mit dem Therapeuten kommunizieren oder die Hypnose beenden, wenn Sie dies wollten. Hypnose ist absolut sicher und sowohl für körperliche als auch psychische Probleme anwendbar.

Anstatt zu erwarten, dass andere unsere Krankheiten heilen, unsere Probleme lösen oder Medikamente uns davon befreien, können wir selbst aktiv werden und unser eigenes riesiges Potenzial nutzen.  
Anwendungsmöglichkeiten

- Medizinische Hypnotherapie, z.B. bei Schmerzen, Allergien, unterstützend bei der Behandlung von Tumorerkrankungen, Geburtshilfe, Herz- Kreislauferkrankungen, perioperativ
- Psychotherapeutische Hypnotherapie, z.B. bei Ängsten, Phobien, Zwängen, Suchterkrankungen, Minderwertigkeitsgefühlen, Depression, Trauer
- Psychosomatische Erkrankungen, Burnout
- Zahnärztliche Hypnotherapie zur Angst- und Schmerzbehandlung
- Erfolgsmanagement, Persönlichkeitsentwicklung, Sporthypnose u.v.m.

Hypnose kann als alleinige Therapie oder auch als Ergänzung einer medizinischen Behandlung zur Anwendung kommen. Das Spektrum der behandelbaren Probleme/Erkrankungen ist sehr gross, o.g. Aufzählung umfasst nur einen kleinen Teil der Indikationen.

Im Rahmen der Behandlung setze ich z.T. ergänzend-beispielsweise bei der Schmerztherapie-sog. Biophotonenpflaster ein; dabei werden im Gegensatz zu typischen Schmerzpflastern keine Substanzen an den Körper abgegeben, sondern es handelt sich um eine spezielle Form der Phototherapie.

Hypnose ist eine wissenschaftlich anerkannte Methode. Forschungsergebnisse aus Neurobiologie und Epigenetik erklären wie Hypnose wirkt und welche Veränderungen im Körper bzw. auf Zellebene stattfinden.

Für weitere ausführliche Informationen besuchen Sie uns bitte auf unserer Homepage. Natürlich stehen wir Ihnen auch gerne persönlich zur Verfügung.