

## **Klienten-Informationen zur Hypnose-Behandlung**

Die Hypnose ist eine sehr intensive und gleichzeitig sanfte Möglichkeit, um Veränderungen zu bewirken. Sie bietet einen direkten Zugang zum Unterbewusstsein, deshalb sollte sie auch immer mit der entsprechenden Sorgfalt angewandt werden. Hypnotische Anwendungen können Ihre Wirkung am besten entfalten, wenn möglichst wenige Störfaktoren einwirken.

Das Verhalten des Klienten vor, während und nach einer Hypnosesitzung kann großen Einfluss auf die Verarbeitung der Inhalte im Unterbewusstsein haben. Um einen optimalen Ablauf zu gewährleisten, haben wir hier einige Informationen für Sie zusammengestellt.

### **Allgemeine Informationen über die Hypnose:**

Hypnose ist eine Behandlungsmethode, die viele verschiedene Anwendungen beinhaltet. Diese Anwendungen können in der Durchführung stark voneinander abweichen. Jede Anwendung ist auf ihr konkretes Ziel abgestimmt und wird so durchgeführt, wie sie für den konkreten Fall am wirkungsvollsten ist.

Viele Neuklienten haben Berichte über Hypnose im Fernsehen gesehen und sind teilweise verwundert, wenn ihre Behandlung anders abläuft, als im Fernsehen. Wir werden die für Sie sinnvollste und effektivste Herangehensweise wählen, die sich im Zweifel aber eben von einer anderen Methode unterscheiden kann.

Bei vielen Menschen ist das Bild auch von der Showhypnose geprägt, dort wird teilweise eine wesentlich höhere Trancetiefe verwendet. Wir verwenden meist mittlere Trancetiefen in denen der Klient die Suggestionen noch deutlich mitbekommt. Diese mittleren Trancetiefen sind viel besser dazu geeignet, die erwünschten Wirkungen nachhaltig und dauerhaft zu verankern – und genau dies ist das Ziel unserer Arbeit.

### **Hinweise zum Verhalten vor der Hypnose:**

- Bei komplexen Problemen fixieren Sie Ihren Fall bitte vorab stichpunktartig. Dadurch fällt es Ihnen leichter, beim Termin alle wichtigen Punkte anzusprechen.
- Erstellen Sie im Vorfeld bitte auch eine Übersicht über eventuelle Vorerkrankungen, frühere Behandlungen und über die Medikamente, die Sie momentan einnehmen.
- Wenn Sie sich wegen des zu behandelnden Themas bereits anderweitig in Behandlung befinden, dann klären Sie bitte vorher mit ihrem anderen Behandler ab, ob dieser mit einer Hypnose-Behandlung einverstanden ist.
- Machen Sie beim Vorgespräch zur Hypnose-Behandlung bitte unbedingt korrekte Angaben. Unsere gesamte Vorgehensweise ist auf Ihre Angaben abgestimmt.
- Kommen Sie bitte rechtzeitig zu Ihrem Termin und vermeiden Sie im Vorfeld unnötige Hektik.

### **Hinweise zum Verhalten während der Hypnose**

- Folgen Sie während der Hypnose bitte immer den Anweisungen Ihres Behandlers.
- Hören Sie auf die Stimme Ihres Hypnotiseurs und versuchen Sie, seinen Worten geistig zu folgen.
- Versuchen Sie, sich auf Ihre Innere Welt – körperliche Empfindungen, Gefühle, Gedanken, innere Bilder zu konzentrieren.
- Versuchen Sie nicht innerlich zu analysieren, was Ihr Behandler gerade sagt und warum er das wohl gerade sagt.
- Machen Sie sich keine Gedanken, in welcher Trancetiefe Sie wohl gerade sind, ob Sie schon tief genug in Hypnose sind usw. Lassen Sie die Hypnose stattdessen einfach nur geschehen, und fühlen Sie, was sie in Ihnen bewegt.

### **Hinweise zum Verhalten nach der Hypnose**

- Gönnen Sie sich nach der Hypnosebehandlung etwas Ruhe, damit die Hypnose richtig einwirken kann, Stress und Hektik nach der Behandlung kann die Entfaltung der Wirkung einschränken.
- Halten Sie sich bitte immer an die Verhaltensempfehlungen, die Ihnen Ihr Behandler im Verlaufe der Hypnose-Behandlung gibt.
- Sollten Sie zu einem späteren Zeitpunkt eine Vertiefung oder Auffrischung Ihrer Behandlung benötigen, stehen wir Ihnen selbstverständlich ebenfalls gern zur Verfügung.

Wenn Sie noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte direkt an unsere Praxis / Ihren Behandler, wir stehen Ihnen gerne zur Verfügung.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg mit Ihrer Hypnose-Behandlung!