

Die Praxis

Hypnoseanwendungen werden erfolgreich eingesetzt bei:

- Ängsten
 - Chronischen Schmerzen
 - Erschöpfung
 - Flugangst
 - Gewichtsproblemen
 - Konzentrationsschwierigkeiten
 - Nägelkauen
 - Schlafstörungen
 - Stottern
 - Raucherentwöhnung
 - Reizdarm
 - Tinnitus
 - Überlastung
 - Unerfülltem Kinderwunsch
 - Problemen in Beziehung und Beruf
- und vieles mehr

Der Mensch in seiner Einzigartigkeit, mit seinen individuellen Bedürfnissen ist der Mittelpunkt der zielfokussierten, lösungsorientierten Arbeit.

Dazu braucht es Wertschätzung, Respekt und Vertrauen.

Die Basis meiner Tätigkeit.



Kontakt

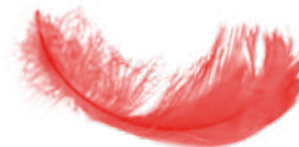
Nehmen Sie mit mir Kontakt auf, um mehr über die Möglichkeiten der Hypnose bzw. Hypnosetherapie zu erfahren und weitere Informationen zu Mind-Coaching und Stressmanagement zu erhalten.

Gerne berate ich Sie ganz individuell zu Ihrem persönlichen Anliegen.

Termine nach Vereinbarung

Telefon: 06155/86 88 75
Elbestr. 4
64347 Griesheim

info@antistress-hypnose.de



Stress

hat viele Gesichter ...

Stressalarm

Fühlen Sie sich öfter angespannt oder gar überlastet durch:

- Leistungsdruck, Termindruck
- Informationsüberflutung
- Reizüberflutung z. B. durch Lärm
- Überforderung oder Unterforderung
- Sorgen z. B. über unsichere Zukunft
- Prüfungssituationen
- Krankheit - eigene oder von Angehörigen
- Konflikte mit Mitmenschen, Mobbing
- Beziehungsprobleme
- Eigenen Anspruch – Perfektionismus?
- ...

Oder ist Ihr Verhalten schon gesundheitsschädigend: ungesunde Ernährung, wenig Bewegung und übermäßiger Konsum von Nikotin und Alkohol?

Höchste Warnstufe!

Womöglich spüren Sie bereits Stressreaktionen. Sie sind so individuell und verschieden wie es Menschen gibt. Anfänglich kaum spürbar, können sie sich bis ins Unerträgliche steigern und zu schweren gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen.

Zeit etwas zu tun. Für sich. Jetzt.

Aktives Stressmanagement mit Unterstützung von Hypnose erleichtert den Umgang mit Stressoren und leistet Hilfestellung bei der Bewältigung der Folgen.

Faszination Hypnose

Hypnose erlaubt Zugang zu den unbewussten Ressourcen des Menschen. Dieses Potential aufspüren und aktivieren, um neue Sichtweisen zu entwickeln, Lösungen zu finden, Veränderungen zu erarbeiten oder Redefinitionen vorzunehmen ist Sinn und Zweck. Die vielfältigen Herangehensweisen sind spannende Möglichkeiten, über inneres Erleben seine Ziele zu erreichen.

Wie funktioniert das nun - Hypnose?

Durch eine spezielle Einleitung wird ein veränderter Bewusstseinszustand erzeugt, der auch als Trance bezeichnet wird. Trancezustände werden häufig im Alltag erlebt -unbewusst und selbst-erzeugt- es ist ein bekanntes Phänomen. Diese Trance kann unterschiedliche Tiefgrade haben. Für viele Hypnoseanwendungen ist eine leichte bis mittlere Trance vollkommen ausreichend. Sie wird häufig als körperliche Entspannung wahrgenommen, bei der der Geist nicht abgeschaltet sondern präsent ist. Jetzt ist der Zugang zum Unterbewusstsein möglich, mit dem dann gearbeitet wird.

Vorbehalte gegenüber der Hypnose gehören mittlerweile der Vergangenheit an. Seit 2006 ist die Hypnotherapie voll anerkannte Therapieform im Sinne des Psychotherapeutengesetzes. Die Wirksamkeit ist in vielen wissenschaftlich fundierten Studien belegt.

Hypnose erfahren und genießen



Roswitha Öhlschläger

Profil

- Heilpraktikerin Psychotherapie
- Zertifizierte Hypnosetherapeutin NGH* und TMI**
- Psychologische Beraterin

* Die NGH (National Guild of Hypnotists) ist der international größte und älteste Hypnose-Verband der Welt

** TMI Das Qualitätssiegel des TherMedius Ausbildungsinstituts.

Ich arbeite mit Hypnose, mit Elementen aus der humanistischen Psychotherapie, der personzentrierten Gesprächsführung nach Carl Rogers und systemischen Aufstellungen.

Mitglied im Verband freier Psychotherapeuten, Heilpraktiker für Psychotherapie und Psychologischer Berater.

Mitglied der NGH - National Guild of Hypnotists, Inc