

Informationen zur Hypnose- Therapie

Hypnose ist ein anerkanntes, sanftes und sehr oft sehr (auch außerordentlich schnell) hilfreiches Mittel

Ich biete Ihnen das qualifiziert und möglichst günstig an. Oft reichen (sehr) wenige Hypnose-Stunden bei ziemlich gravierenden Problemen, Ängsten, Verstimmungen, Trauer, Stress bzw. zur Gewichts-Reduktion, gegen Nikotin-Abhängigkeit u.a. Was ansonsten oft Jahre lang alleine bzw. sogar mit anderen (auch therap.) Möglichkeiten nur sehr schwer möglich ist.

Allerdings gibt es zurecht Kritiken daran, dass heute nahezu jeder Mensch in Deutschland Hypnose anbieten kann. Und das oft zu extremen Preisen.

Bzw. sehr verlockend klingend. Z. B. für 100 Euro in 1-2 Stunden zum Nichtraucher werden - super, oder? Das ist doch auch gut für die Gesundheit, Umwelt, Mitmenschen, Finanzen ...

Ja. Und manchmal geht das auch wirklich schnell. Aber es muss auch seriös, fachmännisch (therapeutisch) geklärt werden, ob das Probleme wirklich behebt, auch langfristig und allseitig: Natürlich ist z. B. nicht gut, wenn man zu viel raucht oder „Kummerspeck“ bekommt weil man im Job, wichtigen Beziehungen usw. zu gestresst, überfordert oder gefrustet, traurig, unzufrieden ist. Dann sollte natürlich aber auch dabei, *Ursachen* geholfen werden. Sonst raucht oder „nascht“ man vielleicht weniger. Wird dafür aber evtl. immer (oft zunächst kaum selbst wahrnehmbar) depressiver, aggressiver bzw. verzweifelter, ggf. auch in irgendeiner Form schwer krank werden mit ggf., manchmal dann auch plötzlich, fatalen Folgen! Wenn tiefer gehende Ursachen weiter in, an einem „fressen“. Das kann aber nur ein Fachmann (wie z. B. ich) mit Ihnen abklären. In einem 1. Gespräch, das ich auch günstig anbiete- ebenso wie evtl. folgende Therapiestunden (für Hypnose berechne ich genauso viel wie für andere Beratung/Therapie, vgl. bitte „Angebote“ auf www.wolfganglaub.de)

In einem 1. Gespräch könnte auch alles Weitere konkret besprochen werden. Dann (und auch bei evtl. folgenden Terminen) können Sie auch am Ende jedes Termins jederzeit beenden, ich verpflichte Sie vorab nie (z. B. vertraglich) zu Folge-Terminen. Da ich Sie durch Leistung, Erfolge und Vertrauen überzeugen

möchte. Und nicht vertraglich vorab „binden“ - obwohl Sie ja erst für sich in der Praxis sehen können, inwieweit für Sie etwas hilfreich ist (oder nicht).

Auch der Therapeut- was gerade auch bei Hypnose bedeutend ist. Und „Heilung- Versprechen“ - bzw. Garantien sind auch zu recht verboten! Die darf und sollte Ihnen keiner geben, natürlich auch ich nicht.

Obwohl auch ich in der Praxis immer wieder sehe, wie sehr nahezu immer etwas sehr hilfreich sein kann.

Würde man bei diesem 1. Gespräch feststellen, dass Sie wohl wirklich „nur“ an einem konkreten Problem - wie z. B. Rauchen - leiden (ohne irgend etwas „tiefer Gehendes“) , z. B. durch eben „schlechte Gewohnheit“ wäre zu o. g. Themen Hypnose durchaus eine sehr überlegenswerte Option. Wenn Sie das anschl. dann aber ggf. doch lieber mit jemand Anderem machen mögen (oder eine ggf. doch nötige bzw. sinnvolle andere Beratung oder Therapie) ist das natürlich Ihre freie Entscheidung! Für eine (gerade auch Hypnose-) Therapie ist sehr entscheidend, ob die „Chemie“ zum Therapeuten stimmt, Sie sich mit diesem bzw. dieser wohl fühlen. Das könnten Sie dann bei einem (1.) persönl. Gespräch beurteilen, wo auch alles Weitere ganz individuell besprochen werden könnte.

Hier nur noch zu etwas Allgemeinen von Interesse (auch ob Hypnose überhaupt Sinn macht):

Hypnose ist eine sanfte, oft sehr (auch schnell, nicht zuletzt auch im Vergleich zu anderen Methoden) wirksame Methode. In z. B. den USA und England schon seit Jahrzehnten als anerkanntes Verfahren praktiziert.

Hypnotherapie wurde durch den wissenschaftlichen Beirat Psychotherapie im März 2006 endlich auch in Deutschland als wissenschaftliche Behandlungsmethode in der Psychotherapie anerkannt. Leider bisher aber i. d. R. noch nicht von Krankenkassen übernommen. Ich versuche das aber eben möglichst günstig, bezahlbar anzubieten.

Hypnotherapie ist auch etwas anderes wie „Showhypnose“ - mit oft toll aussehenden schnellen Effekten. Die meistens aber auch schnell verpuffen. H. - Therapie möchte und kann dauerhaft anhaltende Erfolge erreichen, was leider doch auch mehrere Stunden dauern kann. Aber nötig und sinnvoll ist. Dafür wird man dabei auch nicht in zu tief gehende „Trance“ versetzt- kann also auch bewusster mit bekommen und bestimmen, was mit einem passieren soll.

Grundsätzlich ist nahezu jeder Mensch hypnotisierbar, wenn er möchte. Nicht empfehlenswert oder erlaubt bzw. sehr zu prüfen (zumindest außerhalb von Kliniken, im ambulanten Bereich- also auch bei mir) ist es bei bestimmten Krankheitsbildern wie z. B. Anfallserkrankungen, Psychosen, Herzerkrankungen, Thrombose, Erkrankungen des zentralen Nervensystems, bei Einnahme von Psychopharmaka sowie während der Schwangerschaft (auch dazu und zu weiteren Fragen dann gerne noch mehr persönlich).