
HYPNOSE
HALF SCHON
SO
VIELEN
BEI
SO VIELEM

Körpergefühl Erfolg Energie Selbstbewusstsein Entspannung

Entspannung und Konzentration



Fast jeder hat schon einmal die Erfahrung gemacht, wie leicht Ängste und Unsicherheiten uns daran hindern, unser Potential in vollem Umfang zu entfalten. Wir alle kennen das Gefühl, wenn der eigene Kopf der Lösung eines Problems im Weg zu stehen scheint. Und dies, obwohl wir „aus dem Bauch heraus“ wissen, dass wir einer Lösung schon sehr nahe sind.

Hypnose lässt sich als eine Kombination aus Entspannung und Konzentration beschreiben. In diesem angenehmen Zustand ist das Unterbewusstsein besonders gut ansprechbar und wir können ungünstige geistige „Programme“ ändern – und so den Weg zur Lösung frei machen.

Übrigens ist Hypnose keine Erfindung unserer Zeit. Bereits im alten Ägypten wurde sie zu Heilzwecken eingesetzt. Hypnose ist eine wirkungsvolle und in vielen Ländern wissenschaftlich anerkannte Methode, Zugang zum eigenen Unterbewusstsein zu finden.

Das Unterbewusstsein als Verbündeter

Hypnose hat schon vielen Menschen geholfen, Herausforderungen leichter zu meistern und Ziele einfacher zu erreichen. Zu den Wirkungen der Hypnose gehören

- die Aktivierung der Selbstheilungskräfte.
- die Änderung belastender Einstellungen und Verhaltensweisen.
- das Auflösen von Ängsten und Blockaden.
- die Befreiung von angesammeltem emotionalem Ballast.
- die Konzentration der eigenen Energie auf das Erreichen lohnender Ziele.

Die Sehnsucht nach Veränderung

Jeder, der den Wunsch hat, etwas in seinem Leben zu verändern und die positive Wirkung der Hypnose für sich selbst kennenlernen möchte, kann Hypnose nutzen. Dabei spielt das Alter keine Rolle. Auch Kinder und Jugendliche sprechen sehr gut auf Hypnose an.

Die Hypnowell-Praxen

Gründerin von Hypnowell ist die aus Presse und TV bekannte **Hypnose-Expertin Barbara Müller-Kütt**. Für sie sind ein einfühlsamer Umgang mit dem Klienten und eine individuell auf ihn zugeschnittene Therapie sehr wichtig.

Hypnowell steht für hohe Standards in der Hypnose-Therapie. Dazu gehört, dass alle Therapeuten über eine qualifizierte Ausbildung verfügen und nach den neuesten Erkenntnissen arbeiten. Alle Therapeuten sind von Barbara Müller-Kütt persönlich ausgewählt. Regelmässige Weiterbildungen und Coachings sind für die Hypnowell-Therapeuten selbstverständlich.

Zu dem hohen Standard der Therapie gehört auch, dass bei Klienten mit körperlichen Symptomen erst mit einer Hypnosetherapie begonnen wird, wenn diese Beschwerden zuvor medizinisch abgeklärt wurden und eine organische Ursache ausgeschlossen werden kann.

Hypnosetherapie mit Hypnowell

Hypnowell arbeitet mit professioneller medizinischer Hypnose. Soweit es im Einzelfall erforderlich ist, arbeiten wir mit Ärzten und Psychologen zusammen. Eine seriöse Hypnosetherapie ist übrigens keinesfalls mit einer Show- oder Bühnenhypnose vergleichbar.

Immer wieder erleben wir, mit welchen Vorurteilen, Halb- und Unwahrheiten die Hypnosetherapie belastet ist. Manche Klienten haben Angst, dass sie in einen tiefen Schlaf fallen, unter Hypnose Geheimnisse ausplaudern oder Dinge tun könnten, die gegen ihre Moralvorstellungen gehen.

Wir können Ihnen versichern, dass diese Vorbehalte wirklich unnötig sind. Sie behalten auch in Hypnose jederzeit die Kontrolle über Ihr Handeln und kommen garantiert wieder ins Wachbewusstsein.

Sollten Sie noch unsicher sein, erklären wir Ihnen gerne in einem persönlichen Gespräch, wie und warum Hypnose wirkt. Gerne erfahren Sie bei uns auch, was die Hypnosetherapie von der Showhypnose unterscheidet.



Nach der Geburt meines ersten Kindes fingen die Autobahn-Attacken an, mit starkem Herzklopfen, Schweissausbrüchen und allgemeinem Unwohlsein. Ich benutzte die Autobahn nur noch selten, machte lieber grosse Umwege. Nach nur drei Sitzungen kann ich mit Stolz sagen, ich habe es geschafft, die Therapie hat mir geholfen.

Einsatzbereiche

Die vorgestellten Bereiche sollen Ihnen eine Vorstellung davon vermitteln, wo Hypnose überall zum Einsatz kommen kann. Selbstverständlich gibt es viele weitere Einsatzmöglichkeiten. Sprechen Sie uns gerne an, wenn Sie Fragen hierzu haben.

Schwangerschaft und Geburt

Schwangerschaft und Geburt folgen ganz natürlichen biologischen Abläufen. Trotzdem sind sie für viele Frauen mit Ängsten belastet. Hypnose unterstützt Frauen, eine neue, vertrauensvolle Beziehung zu ihrem Körper aufzubauen und die Geburt als ein schönes und selbstbestimmtes Ereignis zu erleben. Die erlernten Hypnosetechniken sind eine gute Ergänzung zu einem herkömmlichen Kurs zur Geburtsvorbereitung.

Ängste und Phobien

Angststörungen und Phobien nehmen in unserer modernen Gesellschaft zu. Betroffene fühlen sich ihren Ängsten oft hilflos ausgeliefert. Die Ursachen ihrer Ängste und Phobien liegen meist tief im Unterbewusstsein verborgen. In der Hypnosetherapie können wir die Klienten unterstützen, diese Ursachen aufzuspüren, Blockaden aufzulösen und störende, unbewusst ablaufende Programme zu verändern.

Stress und seine Folgen

Unser Alltag wird immer komplexer, Anforderungen und Zeitdruck nehmen in vielen Bereichen zu. Nervöse Unruhe, Bluthochdruck oder gar Herzrhythmusstörungen sind da häufig die Folge. Wenn klar ist, dass diesen typischen Stress-Symptomen keine organischen Ursachen zugrunde liegen, lassen sich mit Hypnose oft gute Erfolge erzielen. Mit Techniken zur Entspannung und Selbsthypnose finden die Betroffenen wieder zu innerer Ruhe und Gelassenheit.

Essstörungen

Essstörungen wie Magersucht, Ess-Brech-Sucht oder suchtarartige Heisshungerattacken sind fast immer ein Hinweis auf tiefer liegende Belastungen und Probleme. Diese entziehen sich oft der bewussten, verstandesmässigen Ebene und lassen sich am besten in der Arbeit mit dem Unterbewusstsein auflösen. Wirken die Betroffenen mit und sind sie zu Veränderungen bereit, lassen sich mit Hypnose oft gute Erfolge erzielen.



Übergewicht

Fast ein Drittel der Schweizer gilt heute als übergewichtig. Die meisten Betroffenen wissen um die damit verbundenen gesundheitlichen Risiken. Trotzdem gelingt es ihnen oft nicht, ihr Gewicht in den Griff zu bekommen. Übergewicht ist häufig ein Hinweis auf Blockaden, die tief im Unterbewusstsein verankert sind und einer erfolgreichen Gewichtsreduktion im Weg stehen. Mit Hypnose gelingt es vielen Betroffenen, ihr Gewicht in den Griff zu bekommen.

Raucherentwöhnung

Obwohl so gut wie alle Raucher wissen, dass sie mit dem Tabakkonsum ihrer Gesundheit schaden, schaffen sie es alleine oft nicht, damit aufzuhören. Mit dem von Hypnowell entwickelten Konzept zur Raucherentwöhnung genügen meistens bereits zwei Sitzungen, um zum Nichtraucher zu werden. Selbst bei starken und langjährigen Rauchern bringt Hypnose oft gute Erfolge.

Sexuelle Störungen

Dem Wunsch, Sexualität zu geniessen und mit allen Sinnen zu erleben, stehen mitunter Hemmungen, negative Erfahrungen oder eine zu stark ausgeprägte Eigenkontrolle entgegen. Hypnose ist hier eine gute Möglichkeit, Blockaden im Unterbewusstsein aufzulösen und so wieder zu einer erfüllten Sexualität zu finden.

Angst vor dem Zahnarzt

Eine entspannte zahnärztliche Untersuchung oder gar Zahnbehandlung ist für manche unvorstellbar. Aus Angst vor dem Zahnarzt zögern sie sogar notwendige Termine viel zu lange hinaus. In der Hypnosetherapie reichen meist schon wenige Sitzungen, um die Angst vor dem Zahnarzt in den Griff zu bekommen. Dies gilt auch für andere Probleme im Mund- und Kieferbereich, wie nächtliches Zähneknirschen oder Verspannungen der Kiefermuskulatur.

Die Hypnowell-Praxen bieten ...

Einzeltherapie

Einzeltherapie wird für Erwachsene sowie für Kinder und Jugendliche angeboten. Die Auswahl der Techniken stimmen wir individuell auf Sie, Ihre Persönlichkeit und Ihre Ziele ab. Mit einer für Sie persönlich erstellten CD haben Sie die Möglichkeit, die Hypnosensitzungen zu Hause weiter zu vertiefen und so ein noch besseres Ergebnis zu erfahren.

Gruppenseminare

Manche Ziele lassen sich zusammen mit Gleichgesinnten einfach besser erreichen. Darum bieten wir für Themen wie Abnehmen oder Raucherentwöhnung mit Hypnose neben Einzelberatungen auch regelmässige Gruppenseminare an. Kleine, überschaubare Gruppen vereinen dabei die Vorteile der persönlichen Beratung und der gegenseitigen Motivation in der Gruppe.

Vorträge

Hypnose bietet auch im Business zahlreiche Möglichkeiten. Dazu gehört etwa, Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern Wege zu zeigen, wie Sie mehr an ihre inneren Kräfte glauben. Unsere Vorträge, die wir auch gerne mit kleinen Experimenten auflockern, stimmen wir in der Themenwahl selbstverständlich auf das Unternehmen ab.

Mentaltraining

Oft scheint es, als sein ein glückliches und erfolgreiches Leben immer nur den anderen vergönnt. Dabei tragen wir selbst alle Voraussetzungen hierfür bereits in uns. Oft sind wir uns aber unseres Potentials nicht bewusst und wir nutzen nur einen Bruchteil unserer Möglichkeiten. Mentaltraining unterstützt Sie dabei, die in Ihnen schlummern-den Fähigkeiten zu wecken und Ihre Ziele zu erreichen.

Autogenes Training

Beim autogenen Training handelt es sich um eine der bekanntesten Methoden zur Entspannung und Selbsthypnose. Mit autogenem Training finden Sie leichter zu innerer Ruhe und haben mehr Selbstkontrolle. Auch bei chronischen Schmerzzuständen oder Bluthochdruck findet das autogene Training häufig ergänzend Anwendung.

Hypno Coaching

Wenn Sie ein bestimmtes Ziel erreichen oder eine Veränderung herbeiführen möchten, bietet sich Hypno Coaching zur Begleitung an. Die Methode hilft Ihnen, die Opferrolle hinter sich zu lassen, Ihr Bewusstsein auf Ihr Ziel hin auszurichten und so bessere und schnellere Resultate zu erzielen. Hypno Coaching ist auch ideal für Businessleute und Spitzensportler.

Mentaltraining im Business

Gerade engagierte Manager, Mitarbeiter eines Unternehmens sowie Unternehmer und Selbständige haben oft ein enges Zeitbudget. Hier haben sich Mentaltraining und Hypnose als intensive und effiziente Kurzzeittherapie mit 4 – 5 Sitzungen bewährt. Neben der Einzeltherapie bieten wir auch Gruppenseminare für Manager, Kaderleute und Unternehmer an.

Mentaltraining für Manager ist insbesondere geeignet, um diese Ziele zu erreichen

- mehr Durchsetzungsvermögen erlangen.
- eine Steigerung der persönlichen Leistung.
- eine bessere Ausstrahlung gewinnen.
- besser abschalten können.



Intensiv-Hypnose

Die Intensiv-Hypnose findet über 1 – 3 Tage in einem ausgesuchten Seminar- oder Wellness-Hotel statt. Ihr Hypnose-Therapeut ist während dieser Zeit ausschliesslich für Sie da. Gemeinsam mit Ihrem Therapeuten arbeiten Sie mit verschiedenen Methoden aus der Hypnosetherapie und dem hypnosystemischen Coaching sowie mit mentalen Techniken.

Intensiv-Hypnose eignet sich als Einzelberatung für alle, die

- Ferientage mit Persönlichkeitsentwicklung verbinden wollen.
- schnell spürbare Veränderungen erleben möchten.
- ihre Ziele in entspannter Umgebung neu definieren wollen.
- die Gewissheit haben möchten, weit weg vom Alltagsstress zu sein.



Hypnowell - Gründerin



Als **Hypnose-Expertin** ist **Barbara Müller-Kütt** gern gesehener Gast in Radio- und Fernsehsendungen und gefragte Autorin für Fachberichte. Hypnose ist für sie eine einfache und effiziente Methode zur Steigerung der Lebensqualität. Ihre eigenen, über mehrere Standorte in der Schweiz verteilten Praxen für Hypnosetherapie hat sie zum Hypnowell-Praxisnetzwerk erweitert, um den Klienten landesweit die gleichen hohen Standards bieten zu können.

Barbara Müller-Kütt setzt sich für eine seriös betriebene Hypnosetherapie und die qualifizierte Ausbildung von Hypnose-Therapeuten ein. Als Gründerin der Hypnose-Schule Hypnosanum® gibt sie ihr Wissen und ihre Erfahrung aus über 13'000 Hypnosensitzungen an die Teilnehmer weiter. Sie ist Autorin des Ratgebers Zukunftsmarkt Hypnose.

Haben Sie Fragen oder möchten Sie einen Termin vereinbaren?

Dann rufen Sie uns einfach an oder schreiben Sie uns eine E-Mail. Wir freuen uns auf Sie!

Sekretariat

Telefonnummer für alle Praxen: 041 493 05 01

E-Mail: info@hypnowell.ch

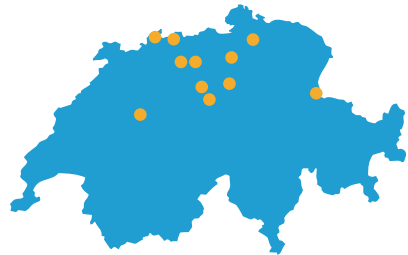
Web: www.hypnowell.ch

Korrespondenzadresse:

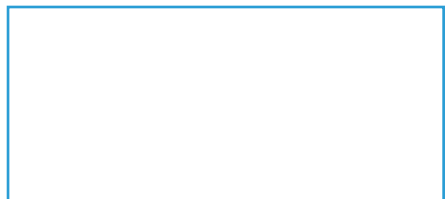
Hypnowell - Hypnose Praxisnetzwerk
Bahnhofstrasse 104
8001 Zürich

Hauptsitz:

Hypnowell GmbH
Altstadtgasse 1
6210 Sursee



Alle Hypnowell Standorte auf einen Blick



Ihre Hypnowellpraxis vor Ort