

Wie gut wirkt Hypnose

- 👉 du entscheidest wie weit und tief du in Hypnose gehst
- 👉 du entscheidest wie stark du dabei entspannst
- 👉 es können Bilder im Kopf entstehen müssen aber nicht
- 👉 du lässt Emotionen in dir zu oder nicht
- 👉 du entscheidest ob du den Worten geistig folgst oder nicht
- 👉 du öffnest das Unterbewusstsein ich helfe nur dabei
- 👉 ich bin nur der Reiseleiter in dein Unterbewusstsein
- 👉 du nimmst die Hypnose an oder nicht,
!! es ist und bleibt deine Entscheidung !!
- 👉 👍 der Erfolg entsteht in deinen Unterbewusstsein
👍 und in deinen Willen etwas positiv zu verändern
- 👉 Unter Hypnose fokussiert sich das Bewusstsein nach innen oder auf bestimmte Dinge, ähnlich wie bei der Meditation, beim Beten oder auch bei Tagträumen
- 👉 Generell ist jeder Mensch hypnotisierbar. Studien konnten zeigen, dass 10-15% besonders gut geeignet für Hypnose sind. Es sind vor allem diejenigen, die eine grosse Vorstellungskraft haben.
- 👉 Manchmal ist der Wirkungseintritt der Hypnose gleich nach dem Zurückkommen aus der hypnotischen Trance, manchmal nach 3 Tagen oder manchmal auch nach 3 Monaten. Die Erfahrung zeigt dass die maximale Wirkung etwa nach 3 Wochen erreicht wird.