

lokale informationen

Aktuell
Gemeinden
Jugend
Kultur
Politik
Sport
Unfälle / Verbrechen
Wirtschaft
Leserbriefe
service
Veranstaltungen / Kino
Vereine
Essen / Ausgehen
Gewerbeliste
stellen24
Archiv
Kontakt
Werbung/Inserate
mein.linth24.ch
Login / Registrieren

branchen

Reisen & Freizeit
Essen, Genuss, Kultur & Kunst
Lifestyle
Gesundheit
Auto & Moto
Gewerbe, Industrie & Handel
Haus, Wohnen & Garten
Shopping
Büro, EDV & Dienstleistungen
Tiere & Natur

Pferdezucht
Pferdehandel

Benken - Freitag, 1. Oktober 2010 05:30

Wirtschaft

Mit Hypnose den Weg zum Unterbewusstsein finden

Von: Claudia Rickenmann

Hypnose erfreut sich wachsender Beliebtheit, ist doch mittlerweile bekannt, dass diese seriöse Therapiemethode nichts mit der reisserischen Showhypnose zu tun hat, die wir vom Fernsehen her kennen.



Im Gegenteil. Mittlerweile sind die diversen Vorzüge der «Hypnotherapie» bekannt. In meiner Praxis arbeite ich mit den Klienten auf der Ebene der Angewandten Humanistischen Psychologie sowie mit NLP (Neurolinguistisches Programmieren), also klassischen psychotherapeutischen Gesprächstherapien. Durch meine Ausbildung als Diplomierte Hypnosetherapeutin kann ich den Zugang zum Unterbewusstsein öffnen. Oftmals gehen wir unsere Probleme zu kopflastig an. Mittels Hypnose ebnet wir den Weg zu unserer inneren Quelle, wo wir wertvolle Ressourcen (Kraftreserven) finden, die uns dabei helfen, positive Veränderungen in unser Leben zu bringen.

Hypnose kann die Lösung bei diversen Blockaden sein wie zum Beispiel: Ängsten (Phobien), Süchten, Zwangshandlungen, Burnout, Depressiven Verstimmungen, Schlaflosigkeit, Geburtshilfe, Beziehungsproblemen, um nur ein paar Behandlungsmöglichkeiten aufzuzählen.

In meiner Praxis nehme ich mir genügend Zeit für meine Klienten. Es muss nicht zwangsläufig zu einer Hypnose kommen. Wer die Hypnose erst einmal kennenlernen möchte, kann dies in Form einer einfachen Entspannungsübung erfahren. Danach kann in weiteren Sitzungen vertieft mit der Hypnose gearbeitet werden.

Niemand kann die eigene Biografie ungeschehen machen. Jedoch sind wir nicht verpflichtet, störende und blockierende Elemente unserer Lebensgeschichte einfach hinzunehmen. Jede positive Veränderung eines Menschen beginnt im Kopf. Wenn wir lernen, das Gehirn zur Gestaltung unserer Seelenlandschaft zu benutzen, können wir uns selbst neu prägen!

Hypnose ist ein tranceähnlicher Zustand, den wir auch im Alltag erleben können. Zum Beispiel wenn wir fokussiert auf eine bestimmte Sache sind wie Auto fahren, vertieft in ein gutes Buch sind, unseren Gedanken nachhängen. In der Hypnosetherapie (Hypnotherapie) steht der Therapeut dem Klienten bei und führt ihn mit Suggestionen (Anleitungen) zu seinem individuellen Lösungsweg. Der Klient kann auch aktiv dazu beitragen, schneller in seiner Entwicklung vorwärtszukommen, indem er ergänzend Selbsthypnose ausübt.

Schon seit ich mich erinnern kann, hat mich die menschliche Psyche fasziniert und ich wollte hinter das Geheimnis kommen, wie wir denn so «ticken». Ich habe mich dann mit der entsprechenden Literatur auseinandergesetzt, aber wirklich zufriedengestellt hat mich dies nicht. So entschloss ich mich, einen berufsbegleitenden Lehrgang zur Psychologischen Beraterin, Schwerpunkt NLP (Neurolinguistisches Programmieren) zu absolvieren. Dies verhalf mir, tiefere Erkenntnisse über das menschliche Wesen zu erlangen und viele Antworten auf meine Fragen an das Leben zu erhalten. Trotz der Faszination des NLP, habe ich die spirituelle Seite dieser Therapieform immer ein wenig vermisst. Aus diesem Grund entschied ich mich, dies mit der Hypnosetherapie zu verbinden, da es vielen Menschen in der tiefen Entspannung der Hypnose leichter fällt, Kontakt mit ihrem Innersten und den Zugang zu Problemlösungen zu finden. Ich bin der Überzeugung, dass jeder Mensch in sich selber einen wertvollen Schatz trägt, der ihm den Umgang mit Problemen und das Meistern des

Linthgebiet

Montag, 4. Oktober

Linthmais-Getränk und «Ushülltschetä»



Aus Linthmais wird in Einsiedeln das Bier «Maisgold» hergestellt. Der Verein Linthmais lädt ein zum Besuch dieser Brauerei und zur Teilnahme an der «Ushülltschetä»: Maiskolben entblättern, paarweise zusammenbinden und zum...

[Imehr!](#)

Altendorf

Montag, 4. Oktober

Römische Tempel in Mollis, Kempraten und auf Ufenau



Letztes Jahr brachten Ausgrabungen zwei gallorömische Tempel in Kempraten zum Vorschein. Somit sind vier solcher Anlagen im Linthgebiet bekannt. Die kulturhistorische Exkursion vom 23. Oktober widmet sich der Tempel-Thematik.

[Imehr!](#)

St. Gallen / Glarus

Montag, 4. Oktober

Ruhe im Luftraum Speer dank Verschiebung des Kampfet-Ankaufs?



Der Luftraum Speer soll inskünftig der Schweizer Luftwaffe für lärmige Trainingsflüge zur Verfügung stehen. Die WWF-Sektionen St. Gallen und Glarus wehren sich mit Tourismuskreisen und einer Bürgergruppe dagegen. Die...

[Imehr!](#)Benken
Donnerstag, 30. September

13. Interlinth-Marathon und Handbike Schweizermeisterschaft 2010



Am 3. Oktober findet in Benken der traditionelle Interlinth-Marathon statt. Dieser führt bereits zum sechsten Mal durch die Benkner Strassen und wird

Kälin TipTopShop
Dorfplatz 2
8737 Gommiswil

SPITAL LINTH
Gasterstrasse 25 · 8730 Uznach
Telefon 055 285 41 11

EWU
Elektrizitätswerk Uznach A
Städtchen 21 · 8730 Uznach
T 055 285 83 83

kaufmann
www.schreinerwerk.ch



Exklusives Wohnen
Dinnen und Draußen
Verano
Inge De Zanet

Webshop
Original Markenparfums
30%-80% günstiger!



RAPPI
INSTRUMENTE · NOTEN
MUSIKSCHULE
MUSIG

KONZENTRATIO
Shukokai Karate Cent
Rapperswil + Uznach

C.Fäh
Fäh Sanitär Gm
Dorfstrasse 11
8733 Eschenbach
Tel. 055 282 51
www.sanitaer-faeh.ch

• Generalunternehmung • Neu- und Umbauten
• Reparatur-Service • Werkleitungen •

Alltags und des Lebens im Allgemeinen erleichtert. Leider bleibt vielen Menschen der Zugang zu dieser Quelle verwehrt. Ich möchte Ihnen dabei helfen, wieder einen Zugang zu diesem einzigartigen Geschenk zu finden und einen Beitrag zu Ihrer Lebensfreude zu leisten!

www.hypnose-therapien.ch

[<- Zurück zu: Aktuell](#)

organisiert vom
Turnverein Benken.
Zudem wird an jenem Tag
ebenfalls die...

[\[mehr\]](#)

Benken
Dienstag, 28. September

Turnverein Benken im Wallis



Am vergangenen
Wochenende fand für den
Turnverein Benken die
alljährliche Turnfahrt statt.
Dieses Jahr nahmen die
Angehörigen des
Turnvereins die Reise ins
Wallis in Angriff. Nach
interessanten Führungen
durch die höchste...

[\[mehr\]](#)

[AGB](#) · [Impressum](#) · [Werbung](#) © 2009 by juhuimedia GmbH