

Was ist Regressionshypnose?

Regressionshypnose ist eine spezielle Form der Hypnose, bei der der Hypnotiseur den Klienten in einen tranceartigen Zustand versetzt und ihn dann durch seine Vergangenheit führt. Ziel ist es, innere Konflikte sowie emotionale oder physische Blockaden aufzulösen, die möglicherweise in der Vergangenheit entstanden sind.

Wie funktioniert Regressionshypnose?

Diese Herangehensweise an unser Unbewusstes funktioniert, indem der Klient in einen tranceartigen Zustand versetzt wird, der es ihm ermöglicht, tiefer in sein Unterbewusstsein einzutauchen. Ich führe den Klienten dann durch seine Vergangenheit. Dorthin gelangen wir, indem wir das belastende Gefühl, welches der Klient mitbringt, auftauchen lassen. Über das belastende Gefühl tauchen wir tief in die Vergangenheit ein, um herauszufinden, wo dieses Gefühl entstanden ist. Erfahrungsgemäß kann ich sagen, dass die meisten belastenden Gefühle im Alter von 0 bis 6 Jahre auftauchen. Oftmals sind diese zu Beginn nicht so stark oder auch etwas anders als im Erwachsenenalter spürbar. Das liegt daran, dass mit jeder Situation, welche der ersten ähnelt, eine weitere Schippe draufgelegt wird.

So kann sprichwörtlich aus einer Mücke ein Elefant entstehen, welcher ein glückliches, leichtes und beschwerdefreies Leben verhindert.

Während des Prozesses stelle ich dem Klienten gezielte Fragen, um ihm zu helfen, die Blockaden zu erkennen und zu lösen.

Dabei ist es absolut nicht wichtig, dass der Klient die Situation visuell wahrnimmt. In sehr vielen Fällen, bekommt der Klient einfach Informationen, welche er mir dann mitteilen darf. So kann ich ihn dann bestmöglich in seiner Situation begleiten und ihn dabei unterstützen, diese neu zu bewerten.

Was sind die Vorteile der Regressionshypnose?

Es gibt viele Vorteile der Regressionshypnose. Einer der größten Vorteile ist, dass sie es dem Klienten ermöglicht, tiefe emotionale Blockaden zu erkennen und zu lösen, die möglicherweise seit Jahren oder sogar Jahrzehnten bestehen. Durch das Lösen dieser Blockaden kann der Klient eine bessere Lebensqualität erreichen. Die Regressionshypnose kann auch dabei helfen, physische Symptome zu lindern, die durch emotionale Blockaden verursacht werden können. Darüber hinaus kann die Regressionshypnose dazu beitragen, dass der Klient ein besseres Verständnis von sich selbst und seiner Vergangenheit gewinnt, was ihm helfen kann, besser mit zukünftigen Herausforderungen umzugehen.

