



IST UND SOLL

LEKTION 04

4

IST UND SOLL

In dieser Lektion lernst du:

- Die Voraussetzungen für Hypnose
- Welches die drei entscheidenden Faktoren sind
- Warum diese so wichtig sind

In dieser Lektion definierst du deine aktuelle Situation, in der du dich gerade befindest und welche Zielsetzung du vorsiehst – du machst eine Standortanalyse. Wo stehe ich jetzt gerade? Wo möchte ich hin und ist es der richtige Zeitpunkt ein bestimmtes Ziel zu verfolgen?

Die Voraussetzung ein Ziel zu erreichen und einen Weg überhaupt zu gehen ist der Wille!

Dass du diesen Kurs gewählt hast, verdeutlicht dass du einen Willen hast. Du solltest außerdem daran glauben, dass Hypnose wirksam ist. Wenn du noch nicht überzeugt bist, informiere dich was mit Hypnose alles möglich ist. Ob im medizinischen Bereich, bei Süchten oder Schlafstörungen - das Wirksamkeitsspektrum ist unendlich.

Der dritte wichtige Punkt ist das Vertrauen. Vertraue dem Menschen, mit dem du den Weg gehst, vertraue aber auch dir selbst. Für diesen Kurs gilt es einerseits Gabriel zu vertrauen und andererseits dir selbst zu vertrauen!

Diese drei Voraussetzungen sind entscheidend für den Erfolg in der Hypnosetherapie: Wille, Glaube und Vertrauen. Falls du in psychotherapeutischer Behandlung bist, schaue es mit deinem Therapeuten an - was sinnvoll ist als Ergänzung und was nicht.

NOTIZEN

