

Gruppenangebot Entspannung mit Hypnose

Hypnose ist die gezielte Herbeiführung eines Trancezustandes, welcher uns ermöglicht, das Unterbewusstsein in den Vordergrund zu rücken. In diesem Zustand ist es möglich, eine vermehrte Aktivität und Ansprechbarkeit des Unterbewusstseins zu erreichen sowie für die individuelle Zielstellung zu nutzen.

Hypnosetherapie kann dadurch ein zusätzlicher wertvoller Bestandteil der ganzheitlichen Behandlung einer Krebserkrankung sein. Auch nach Abschluss der Therapien ist bei Bedarf Hypnose hilfreich.

Das Erlernen von Selbsthypnose ist dabei besonders wertvoll.

Wissenschaftliche Studien belegen die wirkungsvolle Behandlung z.B. bei psychosozialer Stressbelastung, Schlafstörungen, Müdigkeit, Übelkeit, Ängsten, Schmerzen u. a.

Seit 2006 ist Hypnotherapie in Deutschland offiziell als eine wissenschaftlich fundierte Methode anerkannt.

Da Angehörige ebenfalls psychisch und physisch sehr belastet sein können, kann auch hier Hypnose von Nutzen sein. Ziel ist im Rahmen der Gruppenveranstaltung die Stärkung der eigenen Ressourcen und das Erlernen von Selbsthypnose.

Die Kurse finden in einer kleinen Gruppe ab dem 10.5.2024, jeweils Dienstag von 17.00 -18.00 Uhr in den Räumlichkeiten der Krebsberatungsstelle Barnim in Wandlitz statt. Ein Kurs umfasst 5 Einheiten und ist für die Teilnehmer kostenlos.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich:

033397273802 oder per Mail unter info@krebsberatung-berlin-brandenburg.de

Ihr Team der Krebsberatungsstelle Barnim

Kursleiterin:

Mandy Engler

Vorstandsmitglied

Fachärztin für Strahlentherapie, ZB Palliativmedizin, integrative Onkologie, Ernährungsmedizin (KÄB), ärztliche Hypnosetherapie, Psychoonkologie (DKG), Naturheilverfahren, Sinosomatics

