

Feedback von Claudia S.

Vielen Dank für die tolle Hypnosesitzung. Nach zwei Wochen Testlauf kann ich nur gutes berichten:

- bereits seit dem ersten Tag bin ich ausgeglichener und habe vielmehr innere Ruhe als zuvor
- und wenn ich spüre wie manchmal langsam schwindet hilft die Verankerung sehr gut.

- Auch bei meinen Verhaltensmustern merke ich, dass sich etwas tut und selbst wenn ich von Zeit zu Zeit zu wehleidig, bequem und in die Alte- Komfort- Zone flüchten möchte, bin ich mir dessen sofort bewusst.

- Das finde ich sehr, sehr hilfreich, denn zu Glaube etwas unbedingt und zwanghaft tun zu müssen war für mich immer sehr fesselnd- und vermittelte das Gefühl von Angst und Machtlosigkeit. „Ich kann nicht anders, ich muss jetzt unbedingt..sonst werde ich irre“ wurde nun ersetzt durch:
 - Die Erkenntnis etwas zu machen, weil man momentan einfach zu bequem oder wehleidig ist und sich- im Gegensatz zur Opferrolle- selbstständig für diese Handlungsoption (eine unter vielen- früher gab es nur eine ;)) entscheiden bzw dagegen entscheiden kann, ohne dass der Himmel einstürzt ;)

Interessanterweise verankern sich die Finger automatisch wenn ich joggen oder lange spazieren gehe beziehungsweise meine Yoga Meditation mache. Dies bemerkte ich rein zufällig- aber das gefällt mir ;)

Alles in allem bin ich mit dem Resultat sehr zufrieden und bin mir sicher, dass ich sie mit gutem Gewissen weiterempfehlen kann ;) und ich sehr gerne, wenn es Zeit für die nächste Veränderung ist, wieder eine Sitzung bei ihnen haben möchte

Liebe Grüße und ein wunderschönes Wochenende

Claudia S.