INSTITUTO DE HIPNOSE CONDICCELLI

ANSIEDADE

Prof. Clovis Pereira
Hipnoterapeuta

INSTITUTO DE HIPNOSE
CONDICCELLI

INSTITUTO DE HIPNOSE CONDICCELLI

Como a hipnose pode atuar no controle da ansiedade

A ansiedade ou nervosismo é uma característica biológica do ser humano marcado por sintomas corporais desagradáveis tais como transpiração, aceleração no coração, hiperatividade, desconforto no estômago... A ansiedade não surge na vida da pessoa por escolha, em geral, quando não se trata de uma causa biológica (anomalias químicas no cérebro ou distúrbios hormonais), acredita-se que problemas de vivencias interpessoais, traumas de infância e o stress sejam causas relevantes para o surgimento e/ou aumento da ansiedade. Podemos dizer que a ansiedade é um estado emocional que surge como consequência de algum ato. Todas as pessoas sentem ansiedade em certos momentos da vida. Dependendo do desafio a ser enfrentado em um dado momento, ela surge como uma reação biológica do corpo e se você souber controla-la não chega a interferir ou prejudica-lo.

Mas quando esses sintomas viram rotineiros e por muitas vezes incontroláveis é que esse problema deve ser visto com mais atenção. Quando a ansiedade chega a ter consequências que interfiram na sua qualidade de vida, como baixa autoestima, dificuldade em realizar uma tarefa relativamente simples por se achar incapaz, não saber se portar no ambiente social ou de trabalho, ficar tímido ao extremo, depressivo ou ainda impedir o desenvolvimento do seu potencial intelectual, é recomendável atuar no controle da ansiedade , tratando estas disfunções do bem estar. Neste estágio já podemos considerar que a ansiedade se encontra instalada de forma patológica, e se não tratada a tendência é se agravar podendo passar para um Transtorno de Ansiedade.

INSTITUTO DE HIPNOSE CONDICCELLI

Inúmeros estudos levam médicos e psicólogos a utilizarem medicamentos, muitas vezes controlados, para tratar a ansiedade, no entanto estes possuem efeitos colaterais e as vezes levam a dependência. A medicina está avançada e o tratamento médico é recomendável e por vezes inevitável, mas é importante salientar que os tratamentos médicos com remédios agem no sintoma, e não na causa de ansiedade.

Como a hipnose pode ajudar no controle da ansiedade?

No que diz respeito ao controle da ansiedade, tratar o sintoma é importante sim, mas descobrir a causa e trata-la é indiscutivelmente mais eficiente para a cura real. A ansiedade, assim como muitos outros problemas que afligem o ser humano é uma causa biológica que foi desenvolvida em algum momento da vida.

INSTITUTO DE HIPNOSE CONDICCELLI

Com o auxílio da hipnose é possível descobrir o momento e a causa que desencadeou esses sintomas e com algumas técnicas é possível inserir no inconsciente do hipnotizado gatilhos com o intuito de direcionar a mente para certas tarefas, atitudes ou até palavras para um estado de relaxamento, diminuindo a ansiedade instantaneamente. Com estas técnicas, quando aplicadas por profissionais capacitados, os efeitos são sentidos de imediato, devido aos comandos estarem inseridos na parte cerebral que manda as informações para as ações do indivíduo.

Para que possamos além de amenizar os efeitos da ansiedade também conseguir achar a causa desses sintomas e partir para um tratamento de cura real, são feitas sessões de regressão na qual vasculhamos na memória ações ou lembranças passadas que possam ter causado este comportamento no presente.

Assim conseguimos substituir a lembrança ou até mesmo esvaziar sua carga emocional a fim de controlar a ansiedade e proporcionar uma melhor qualidade de vida ao paciente.

Assim conseguimos substituir a lembrança ou até mesmo esvaziar sua carga emocional a fim de controlar a ansiedade e proporcionar uma melhor qualidade de vida ao paciente. A hipnose poderá auxiliá-lo a manter o controle da ansiedade de forma totalmente natural e segura, sem a utilização de medicamentos ou de técnicas mirabolantes. Basta que você aceite os comandos de sua mente no dia-a-dia pois eles serão resultado dos gatilhos inseridos em seu inconsciente em sessões de hipnose feitas por um profissional qualificado.

INSTITUTO DE HIPNOSE CONDICCELLI

Você tem ideia do quão importante é exercitar a sua mente? Você sabia que você é "comandado" pela sua mente toda hora? É verdade! Você não terá ânimo para fazer exercício físico por exemplo (mesmo conscientemente sabendo da sua importância), se a sua mente te sabotar o tempo todo colocando empecilhos como a preguiça ou dando prioridades diferentes em sua vida. Reflita comigo: Se a mente é tão poderosa que consegue fazer o medo, o nervosismo e ansiedade ficarem incontroláveis a tal ponto de interferir e prejudicar a sua vida de maneira as vezes devastadora, imagina o que ela pode fazer se começar a trabalhar com a mesma força porém direcionada de forma positiva pra você. Se você exercitar o seu inconsciente e potencializa-lo a seu favor você conseguirá transformar a sua vida. Você é o que você pensa! Você é comandado pelo seu cérebro! Explore-o, faço-o evoluir e trabalhar em prol da sua qualidade de vida!!!

INSTITUTO DE HIPNOSE CONDICCELLI

E se precisar de ajuda, você poderá agendar seu atendimento presencial . Tudo para que você possa mudar seus hábitos e adquirir mais saúde.

Tem dúvidas? Me chame no whastapp 16-981523294

Prof. Clovis Pereira Hipnoterapeuta

SOBRE O AUTOR

Professor de Hipnose

Membro do Instituto de Hipnose Americana IHA

Membro da Aliança Americana de Hipnose AHA

Membro American Union NPL

Dave Elman Institute of Hypnosis

Ericksonian Hypnoterapy

Psicoterapeuta

Access Counscience Practitioner

Terapeuta ANT 11.1378-SP

Membro da NPL Programação Neurolinguística.

. Atua em Ribeirão Preto, onde realiza Hipnoterapia através de Hipnose Clinica, Hipnose Ericksoniana, Hipnose Clássica, e PNL,

Visite meu Face

https://www.facebook.com/InstitutodeHipnoseCondicelli/