

Medizinische Hypnose-therapie



Mentale Regenerationstherapie

ist eine Anwendung von Hypnose zu therapeutischen Zwecken. Durch die Zusammenarbeit von Therapeut und Patient entsteht ein äußerst **tiefer Entspannungszustand**. Dieser tritt aber manchmal auch dann ein, wenn wir ganz in eine Tätigkeit, z.B. Musik hören, Tanzen oder Radfahren "versunken" sind. Wir erleben ähnliche Zustände bei monotonen Autofahrten, bei denen unsere Aufmerksamkeit mehr automatisch gesteuert wird, und wir uns hinterher nicht mehr genau erinnern können, wie wir an den Punkt gekommen sind, wo wir uns jetzt befinden. Beim Fernsehen können wir uns tief entspannen, sogar einschlafen, obwohl und weil das Programm läuft.

In diesem tiefen Entspannungszustand sind unsere Gedanken, Gefühle und körperliche Reaktionen **besser zugänglich und veränderbar**.

Die Methode der wissenschaftliche Hypnose ermöglicht, die eigenen Fähigkeiten **besser zu entfalten** und körperliche, gefühlsmäßige und gedankliche Prozesse in der gewünschten Weise zu **entwickeln**. In einem therapeutisch geschützten Rahmen werden die tiefsten Heilkräfte mobilisiert. Dies bewirkt eine tiefe und lang anhaltende Regeneration des Körpers und seiner vegetativen Steuerung



Mentale Regeneration

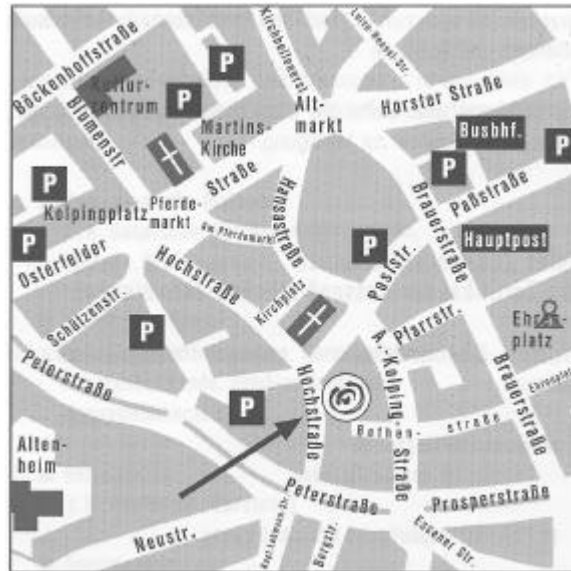
- bei Stress und Erschöpfung zur Selbsterfahrung
- bei Prüfungsangst und anderen Ängsten
- zum Selbstsicherheitstraining zur Stärkung des vegetativen Nervensystems
- bei Schlafstörungen und Unruhezuständen
- bei chronischen Schmerzen
- bei Panikattacken
- zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit in Beruf und Sport

Die Phänomene, die Sie erleben können, haben nichts mit Zauberei zu tun. Sie sind wissenschaftlich weit erforscht. Show- und Heil-Hypnose sind völlig verschiedene Dinge.

Wie wirkt Hypnose?

Bei der Einleitung einer Trance wird die Aufmerksamkeit weg von äußeren Reizen hin auf ein inneres Erleben gelenkt. Hierbei kommt es in der Regel zunächst zu einer körperlichen Entspannung. Hypnose hat dabei für jeden Menschen eine individuelle Wirkungsweise. Der so entstandene Entspannungszustand ist mit einer Beruhigung der inneren Rhythmen (z.B. Atmung und Pulsschlag) verbunden, die es jedem Menschen auf seine eigene Art ermöglichen, den Blick auf sein inneres Erleben zu richten. Je wirklicher ein Patient dieses innere Erleben erfährt, desto mehr rückt die äußere Wirklichkeit in den Hintergrund. Hypnose hilft hier also dabei die Fähigkeit zu entwickeln, sich in eigener Verantwortung entspannt und zufrieden wahrzunehmen.

Zur Wirkung im psychotherapeutischen Rahmen kann man sich am besten vorstellen, dass man zur Symptomkontrolle mit Hilfe von Hypnose eine Art "alternativer Wirklichkeit" schafft und in dieser die Veränderung oder völlige Aufhebung von Symptomen so lange und intensiv erlebt, bis diese hypnotisch imaginierte Wirklichkeit Teil des normalen Lebens wird. Prozesse der seelischen, geistigen und emotionalen Verarbeitung, die gestört waren, können so in hypnotischer Trance leichter und schneller wieder korrigiert werden.



DR. MED. KARL-GEORG BÜSCHER

Allgemeinmedizin, Ernährungsmedizin, Sportmedizin
Präventionsmedizin



Hochstraße 20, 46236 Bottrop

Telefon 0 20 41-76 40 22 Telefax 0 20 41-9 96 94 45

Mobil: 0172-2560461

Email: info@dr-buescher.de

<http://www.dr-buescher.de>

Terminsprechzeiten

Mo. 9.00 - 11.00 und 15.00 - 17.00
Di. 9.00 - 11.00 und 15.00 - 21.00
Mi. 9.00 - 11.00
Do. 7.30 - 11.00 und 16.00 - 18.00
Fr. 9.00 - 11.00 und 14.00 - 15.00

zusätzliche Termine nach Vereinbarung
Telefonsprechstunde täglich 12.00—12.30
Spezialsprechstunde Di. 15.00—18.00
Hausbesuche nach telefonischer Vereinbarung

DR. MED. KARL-GEORG BÜSCHER
Allgemeinmedizin, Ernährungsmedizin, Sportmedizin
Präventionsmedizin



Mentale Regeneration und Hypnose



Informationen für meine Patienten