

HYPNO-INTEGRATIVE-TIEFENPSYCHOLOGISCHE-THERAPIE (H.I.T.T.)®

zur Bewältigung von Ängsten, Burnout, Stress ...

Das Verfahren H.I.T.T. kennt drei Wege zur Öffnung der tiefliegenden Seele. Sie werden abhängig von der persönlichen Situation des Patienten gewählt:

1. Die lebensgeschichtliche Analyse in Hypnose (z.B. bei Burnout). Sie gibt die Möglichkeit die ganze Biographie aufzuarbeiten, um die Ursachen der Störung zu erkennen.
2. Die Fokalanalyse in Hypnose (z.B. bei Prüfungsangst). Mit ihr kann ein bestimmtes Problem analysiert und gelöst werden.
3. Die Ruhehypnose (z.B. bei Stress im Alltag). Sie wird angewendet, ohne spezielle therapeutische Maßnahmen. Auch das Erlernen des Autogenen Trainings zur Selbsthypnose ist möglich.

Weil alles was in der Hypnose erlebt, wieder erinnert wird, sprechen wir in der H.I.T.T. von „bewusster Hypnose“. In dieser Art von Hypnose wird der Patient phasenspezifisch, rückläufig durch die unbewussten Anteile sei-

nes Lebens begleitet. Die Analyse der Lebensjahre reicht bis in die frühesten Entwicklungsphasen zurück. Die gewonnen Erkenntnisse werden in den Heilungsprozess des aktuellen Lebens integriert.

Werner J. Meinhold hat in seiner Forschungen acht verschiedene menschliche Entwicklungsphasen erkannt. Die erste Phase ist die symbiotische Phase, welche sich von der Zeugung bis ins erste Lebensjahr erstreckt. Sie ist entscheidend für die weitere Entwicklung der gesamten Persönlichkeit des heranwachsenden Menschen. Nach Werner J. Meinhold, können über 90 % der Krankheiten und psychischen Störungen des Menschen auf Defizite in dieser Phase zurückgeführt werden.

Er sagt dazu: „Die H.I.T.T.® ist das tiefgreifendste Psychotherapieverfahren überhaupt, das auch bei schwersten seelischen oder körperlichen Erkrankungen sinnvoll einsetzbar ist“.

Quelle: Das große Handbuch der Hypnose – ARISTON, 2007



Praxis für heilpraktische Psychotherapie

Anjo Malicet-Scheidler

Therapeutin in tiefenpsychologisch-analytischer Hypnose GTH
(Heilpraktikerin f. Psychotherapie)



Hypnosetherapie • Autogenes Training

Das höchste Gut ist die Harmonie der Seele mit sich selbst (Seneca)

Hauptstr. 52a

78269 Volkertshausen Tel.: 07774 - 92 36 08

heilhypnose@t-online.de

www.hypnosetherapie-at.de