BEHANDLINGER

Hypnoterapi kan anvendes i forbindelse med en række sygdomme, tilstande, vaner og følelser som du ønsker at ændre.

- Livskriser
- Sorg bearbejdning
- Identitetskriser
- Mental træning til job og samtaler mm.
- Bedre selvværd
- Stress håndtering
- Depression
- Søvn
- Smid kilo
- Blodtryks-regulering
- Angst
- Spiseforstyrrelser
- Fobier
- Eksamensangst
- Røgfri
- Bedre balance
- Smertefri
- Alkoholfri

Har du en udfordring i dit liv, som ikke er beskrevet på min brochure, kontakte mig, så finder jeg den bedste løsning for dig.

KONTAKT

Mageløse 12,1.th.
5000 Odense C

23 60 69 62

info@kategarfalk.dk

www.kategarfalk.dk

KATE GARFALK

HYPNOTERAPEUT



HYPNOTERAPI

Hypnoterapi er en veldokumenteret og evidens-baseret behandlingsform, hvor jeg arbejder med dit underbevidste sind.

Underbevidstheden er den skjulte og kraftfulde del af dit sind, hvor alle dine erfaringer, tankemønstre, vaner, over-bevisninger og følelser er gemt.
Dette er med til at påvirker din adfærd og de beslutninger du tager.

Igennem hypnoterapi kan vi sammen udforske dit underbevidste sind og dermed ændre negative mønstre og skabe en positiv forandring af din livskvalitet og trivsel.

Giv dig selv muligheden for at opleve en dybere forbindelse til dit sande potentiale, frigøre dig fra begrænsninger og skabe et liv fyldt med balance, glæde og selvrealisering.





Kate

Jeg er uddannet som:

- NGH Certificeret Hypnoterapeut
- Coach
- Mindfullnessinstruktør
- Intensiv og ledende Sygeplejske

Min passion er, at hjælpe mennesker til at se deres fulde potentiale og opleve deres udvikling blomstre.

Som hypnoterapeut er jeg empatisk, og jeg skaber en rolig og tryg atmosfære for dig.
Jeg lytter nysgerrigt og retter min fulde opmærksomhed mod dine nuværende udfordringer og de mål, du ønsker at opnå. Sammen arbejder vi på at bryde barrierer og skabe den forandring du ønsker.

OPLEV HYPNOTERAPI

Hypnoterapi fungerer som et tillidsfuldt samarbejde mellem dig og mig.

En hypnoterapisession hos mig starter med en fortrolig samtale, hvor du fortæller, hvilken forandring du ønsker i dit liv.
Når målet er klart, sætter du dig godt til rette i en stol, hvor jeg med min stemme guider dig ind i en behagelig, afslappet tilstand.
Jeg skaber tryghed så du er i stand til at udforske dine tanker og følelser.
Du er vågen, klar og bevidst under hele hypnosen, du kan høre alt hvad jeg fortæller dig, og besvare de spørgsmål jeg stiller dig.
Ved at jeg giver dig positive forslag under hypnosen, bliver det muligt for dig at ændre dine følelser, tanker og adfærd, til lige netop den forandring du ønsker i livet.

