



## METHODEN

- Hypnose
- Systemische Einzel- und Paartherapie
- Kurzzeittherapie
- Paarberatung für ältere Paare
- Familienaufstellung - Aufstellungen mit dem Systembrett
- Mediation
- Selbstsicherheitstraining
- Psychologische Beratung

## ISABELLA WIEDL

Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Hypnosetherapeutin

„Es gibt keine unbedeutenden Probleme. Jedes Anliegen, was es auch sein mag, verdient Beachtung und Sie, als Person, mit Ihrer ureigenen Art und Weise damit umzugehen, Wertschätzung und Respekt.

Ich unterstütze Sie dabei, Ihr individuelles Potential wieder voll zu entfalten um Lösungs- und Veränderungsprozesse in Gang zu setzen.

Ich freue mich über Ihr Interesse!“

## DIE PRAXIS

befindet sich knapp 10 km südöstlich von München in Oberhaching und ist über die A 995 und A 99 sowie mit MVV S3 schnell erreichbar.

Es erwarten Sie ansprechende, ruhige Räumlichkeiten mit barrierefreiem Zugang.

Parkplätze sind ausreichend vorhanden.

## HYPNO-SYS

Josefstrasse 36 A  
82041 Oberhaching  
089 925 874 04  
0174 701 6 701  
info@hypno-sys.com  
www.hypno-sys.com

Termine nur nach Vereinbarung.



# HYPNO-SYS



Hypnose  
Systemische Einzel- und Paartherapie  
Kurzzeittherapie

WWW.HYPNO-SYS.COM





## HYPNOSE

Was ist eigentlich Hypnose?

Hypnose oder Trance ist ein natürlicher Bewusstseinszustand zwischen Wachsein und Schlaf. Vergleichbar mit einer angenehm tiefen Entspannung.

Für viele Menschen ist das Thema Hypnose mit großen Ängsten und Ablehnung besetzt. Maßgeblich trägt dazu das Bild der „Showhypnose“ bei, das den in Trance befindlichen Menschen als willenlos und ausgeliefert darstellt.

Die Hypnosetherapie grenzt sich deutlich davon ab und dient ausschließlich den Zwecken der Heilung, Linderung und den von Ihnen gewünschten Veränderungen.

Möchten Sie diesen angenehmen Entspannungszustand einmal erleben?

Vereinbaren Sie einen Termin!

089 925 874 04  
0174 701 6 701

**Kostenloses  
Kennenlernangebot**

30 Minuten Hypnose mit  
Entspannungssuggestion

## HYPNOSE THERAPIE

Die meisten Vorgänge in unserem Leben werden unterbewusst gesteuert. Das bedeutet, dass wir den Großteil unseres Potentials für Veränderungen oder auch Heilung bereits in uns tragen – uns jedoch der bewusste und willentliche Zugang oft nicht möglich ist.

Hypnose ist ein suggestives Verfahren, mit dem das Unterbewusstsein direkt angesprochen wird.

Mittels gezielter Suggestionen können so in kurzer Zeit **Veränderungen** in Gang gesetzt werden.

### Behandlungsschwerpunkte:

- Angst und Unruhezustände
  - Panikzustände
  - Blockaden
  - Vergangenheitsbewältigung
  - Konzentrationsschwierigkeiten
  - Mentale Erschöpfungszustände
  - psychosomatische Beschwerden\*
  - Burnout
  - Chronische Schmerzen\*
  - Posttraumatischer Stress
  - Schlafstörungen\*
  - Prüfungsangst und Lampenfieber
  - Selbstvertrauen und Entscheidungen
  - Verspannungen
  - Übergewicht
  - Raucherentwöhnung
  - Tiefenentspannung
- (\* nach ärztl. Abklärung)

## SYSTEMISCHE THERAPIE UND BERATUNG

Nach systemischen Verständnis wird der Mensch in seinem Handeln, seinen Fähigkeiten und Befindlichkeiten immer von der Umwelt und anderen Menschen beeinflusst. Widerum nimmt auch jeder Einzelne Einfluss auf Systeme, die ihn umgeben. Solche Systeme sind z.B. Familie, Partnerschaft, Freundeskreis, Arbeitsplatz und alle Bereiche mit denen wir in Beziehung stehen.

Somit werden Probleme auch nicht isoliert, sondern als Teil eines Ganzen (Systems) betrachtet.

Ziel ist es, durch Perspektivenwechsel den individuellen Handlungsspielraum, in scheinbar festgefahrenen Situationen, wieder zu vergrößern und dadurch Veränderungen und Lösungen zu ermöglichen. Und wie bei einem Mobile, bewegt sich das Ganze (System), wenn ein Teil bewegt wird.

Dazu braucht es oft nur einen kleinen Schritt – in eine andere Richtung!

### Behandlungsschwerpunkte:

- Ängste und Blockaden
- Panikzustände
- Akute u. chronische Stressbelastung
- Drohender Burnout
- Erschöpfungszustände
- Depressive Verstimmung
- Belastende Gefühlszustände
- Lebenskrisen
- Biografische Belastungen
- Beziehungsprobleme
- Trennung und Scheidung
- Probleme in Patchworkfamilien
- Berufliche Neuorientierung
- Mobbing
- Probleme am Arbeitsplatz