



ASOCIAȚIA ROMÂNĂ DE
HIPNOZĂ

Asociația Română de Hipnoză

Sediul Social: București, Str. Turnu Măgurele 1, Bl C3, ap 104, Sector 4

CUI: 31183986; Nr Înființare: 318/A/2014; Cod CAEN: 8559

Email: contact@AsociatiaRomanadeHipnoza.ro

Web: www.AsociatiaRomanadeHipnoza.ro

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/asociatia-romana-de-hipnoza>

Facebook: <https://www.facebook.com/asociatiaromanadehipnoza>

Tel: 0741 044 701; 0720071016

16.03.2017

COMUNICAT DE PRESĂ

Avem o putere aproape infinită în noi! Cum o putem exploata?

Chiar dacă trupul nostru este limitat ca spațiu, resursele pe care acesta le depozitează sunt aproape nelimitate. Cel mai bun exemplu este al unui alpinist care escaladează Everestul în condiții extreme. Deși este epuizat fizic și psihic, acesta scoate mereu la suprafață unele resurse pe care un om obișnuit nu le-a experimentat poate niciodată, și pe care le exploatează până își atinge scopurile.

În opinia psihologului Angela Nuțu, vicepreședintele Asociației Române de Hipnoză, aceste puteri aproape infinite le descoperim în noi, de cele mai multe ori, atunci când trecem printr-un moment extrem și când ni se activează instinctele de supraviețuire. Totuși, există o metodă unică în România, care poate exploata aceste resurse, chiar și în momentul când corpul nostru este în repaus. Este vorba de Tehnica Identificării Resurselor Interioare, pe care Asociația Română de Hipnoză o studiază și o aplică în România de peste 2 ani, iar rezultatele ei sunt remarcabile.

“Putem aplica tehnica pentru a descoperi rolurile sau resursele noastre de a fi mamă, tată, student sau elev, profesor, prieten, copil, șef, angajat, responsabil etc. După ce am stabilit ce putem deveni, putem observa cum suntem, ce facem, cum vorbim, ce gesturi facem când această resursă se activează în viața noastră. Odată ce am identificat caracteristicile acesteia, putem descoperi dacă am reușit întotdeauna să folosim Resursa Interioară potrivită, la momentul potrivit. Poate că fără să ne dăm seama și fără să vrem ni s-a întâmplat să mergem acasă la copilul nostru cu atitudinea, gesturile, tonul de șef supărat și preocupat, în loc să mergem cu cea de “mamă grijulie sau iubitoare”, resursă care ar fi fost cea mai potrivită. Gândiți-vă că e ca și cum am merge la negociere în costum de baie și la plajă cu costum și cravată. Acum că am învățat despre aceste super-puteri ascunse, putem stabili ce anume vrem să obținem mai mult în viața noastră și ce Resurse ne pot ajuta pentru a avea succes. Prin această metodă, putem amplifica acele Resurse și le stimula să se manifeste în viața noastră cotidiană”, explică psihoterapeutul Angela Nuțu.

Cum putem exploata aceste Resurse Interioare?

Vicepreședintele Asociației Române de Hipnoză consideră că nu trebuie să ne activăm resursele interioare doar în condiții extreme, ci le putem folosi oricând, chiar și în viața de zi cu





ASOCIAȚIA ROMÂNĂ DE
HIPNOZĂ

Asociația Română de Hipnoză

Sediul Social: București, Str. Turnu Măgurele 1, Bl C3, ap 104, Sector 4

CUI: 31183986; Nr Înființare: 318/A/2014; Cod CAEN: 8559

Email: contact@AsociatiaRomanadeHipnoza.ro

Web: www.AsociatiaRomanadeHipnoza.ro

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/asociatia-romana-de-hipnoza>

Facebook: <https://www.facebook.com/asociatiaromanadehipnoza>

Tel: 0741 044 701; 0720071016

zi, pentru a ne putea dezvolta atât fizic, social, emoțional, mental sau spiritual. Iată câteva beneficii:

1. Putem să retrăim în siguranță profunzimea stărilor emoționale din copilăria noastră, indiferent de vârsta pe care o avem acum.
2. Putem să simțim iubirea oriunde în jurul nostru.
3. Devenim asertivi atunci când este necesar.
4. Putem să devenim agresivi și protectori atunci când este necesar.
5. Putem vorbi cu siguranță, încredere și putere în public.
6. Putem să primim critici fără să ne simțim atacați sau abuzați.
7. Alegem când dorim să folosim aspectul nostru logic sau romantic, sau oricare altul.
8. Ne bucurăm de o sănătate mai bună.
9. Alegem ce Resursă să folosim și când.
10. Putem să schimbăm la comandă starea mentală sau emoțională pe care o trăim.

Angela Nuțu este Psihoterapeut și unul dintre cei mai cunoscuți și bine pregătiți traineri din România, vicepreședinte al Asociației Române de Hipnoză. Are experiență de peste 10 ani în domeniul comunicării și al instruirii adulților și de peste 15 ani în domeniul antreprenoriatului și al afacerilor. Membru Fondator al Asociației Române de Coaching, Formator acreditat ANC, Trainer acreditat NLP, Trainer acreditat Metoda Centrum, Psihoterapeut.

Persoană de contact

Laura Badea

Specialist în comunicare

0751.316.019

Angela Nuțu

Psihoterapeut

Vicepreședinte

0720.071.016

contact@prosuccesstraining.ro

Transmite,

Dr. Tănase Tasește

Director General

Plus Communication

0725.465.508

