

18.05.2016

COMUNICAT DE PRESĂ

Ai o fobie? Știi că poți scăpa de ea în 10 minute?

Fiecare dintre noi avem frici în viața noastră. Unele mai mici, altele mai mari, iar în cazuri mai grave, chiar fobii și atacuri de panică. Acestea ne bântuie viața din copilărie până la bătrânețe și ne influențează enorm de mult comportamentul, personalitatea și relațiile cu lumea din jurul nostru.

Cele mai frecvente frici și fobii sunt: teama de vorbit în public, frica de zbor, frica de spații deschise sau de spații închise (claustrofobie), frica de înălțime, fobia de paianjeni, de șerpi, etc.

Specialiștii de la Asociația Română de Hipnoză folosesc o metodă eficientă și foarte rapidă de a scăpa de aceste temeri, care sunt foarte dăunătoare pentru dezvoltarea noastră psihică și mentală. Regresia Hipnotică este o metodă revoluționară cu ajutorul căreia putem să mergem înapoi, în trecutul nostru, și să aflăm cauza principală a problemei cu care ne confruntăm. Regresia Hipnotică conține numeroase tehnici, iar una dintre acestea, extrem de simplu de utilizat chiar și fără ajutorul cuiva, se numește Linia Timpului. Odată descoperită cauza, prin această tehnică – cu sau fără inducție hipnotică – o putem descărca emoțional, iar în numai 10 minute fobia noastră a dispărut ca prin minune.

Într-o prezentare susținută recent la Oradea de către Eugen Popa, președintele Asociației Române de Hipnoză, acesta a folosit tehnica Linia Timpului cu Diana, o studentă de 22 ani, care se confrunta cu o puternică fobie de șerpi. În numai 10 minute, specialistul în hipnoterapie a reușit să identifice cauza principală pentru care tânăra a dezvoltat această fobie și să o ajute să scape de această povară. “Inițial, am vrut să mă asigur că reacția sa este într-adevăr una puternică și m-am jucat puțin cu imaginația ei pentru asta. I-am sugerat că are la picioare un șarpe. A avut un răspuns clar și instant, ceea ce mi-a indicat că, într-adevăr, are o emoție negativă foarte puternică față de șerpi. Am început apoi să lucrăm și să ne jucăm cu Linia Timpului și am găsit destul de rapid cauza fobiei sale, care s-a întipărit în subconștientul său, în copilărie. Cum se întâmplă de foarte multe ori atunci când faci o regresie hipnotică, simpla descoperire a momentului când această frică de șerpi s-a instaurat în viața ei, a fost suficient pentru a o descărca. Am început să port o discuție simplă cu Diana și am creat un alt răspuns la acel stimul (șarpele), după care am încheiat ședința. Totul a durat fix 10 minute, iar problema ei a dispărut pentru totdeauna”, explică Eugen Popa, președintele Asociației Române 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

Demonstrația a fost filmată și poate fi vizionată aici - <http://www.eugencpopa.ro/articole/blog/fobie-de-serpi-sau-posete-din-piele/>

Care sunt pașii pe care trebuie să-i urmărim pentru a scăpa de fobie?

Pașii sunt relativ simpli și accesibili oricui. Pentru a te ajuta și a-i aplica cât mai bine, urmărește demonstrația și apoi practică și tu pentru a scăpa de cea mai mare teamă din viața ta.

- 1) **Vizualizează Linia Timpului.** Află sau imaginează-ți unde se află Trecutul și Viitorul, tău și trage o linie între ele. Nu este obligatoriu ca linia să fie dreaptă;
- 2) **Descoperă atributele** Liniei Timpului: grosime, culoare, etc.;
- 3) În mintea ta, **ridică-te la 2-3 metri** deasupra liniei și menține vie problema pe care vrei să o rezolvi;
- 4) **Privește către trecut** și plutește înapoi până descoperi cauza problemei;
- 5) **Identifică detalii legate de cauza** care a condus la apariția acestei probleme în viața ta;
- 6) **Recadrează acest moment.** Privește întreaga situație din alt unghi, din altă perspectivă;
- 7) **Revino** înapoi în prezent;
- 8) **Bucură-te** de rezultat.

Eugen Popa este unul dintre cei mai cunoscuți și bine pregătiți traineri din România și președintele Asociației Române de Hipnoză. De-a lungul carierei s-a specializat atât în metode de terapie și dezvoltare personală Occidentale (Hipnoză, NLP, Mindset, Habits, Psihologie Pozitivă) cât și Orientale (Meditație, Yoga, Spiritualitate), fiind astăzi un trainer holistic în toată puterea cuvântului. Studiile sale l-au purtat pe trei continente, în Europa, Asia și Statele Unite, iar până în prezent a susținut conferințe, traininguri și workshop-uri în Thailanda, Statele Unite ale Americii, Brazilia, Turcia, Grecia, Anglia, Germania etc., la care au participat mii de oameni.

Persoană de contact

Eugen Popa

Președinte

0741.044.701

contact@prosuccesstraining.ro

Transmite,

Dr. Tănase Tasențe

Director General

Plus Communication

0725.465.508

