

Regresní terapie

Regrese je vysoce účinnou alternativní metodou, pomocí které lze odstranit psychické i fyzické potíže, které nás mohou trápit řadu let, mnohé z nás i celý život, a přitom si nemusíme uvědomit, v jakém stavu jsme.

Regrese je vhodná při řešení potíží, jak psychických, tak psychosomatických (neurózy, poruchy spánku, fobie, strachy apod). Je velmi účinná k uvolnění migrén, zažívacích potíží, bolesti zad, chronických onemocnění, nemocech reprodukčních orgánů a ekzémů a další. Pomáhá při poúrazových rehabilitacích a pooperačních stavech.

Vybavením potlačených vzpomínek a jejich vědomým zpracováním je člověk schopen se vyrovnat s negativními zkušenostmi, kterými prošel. Regresní terapie má za cíl pochopit a odstranit nahromaděné potíže, které se mohou projevit třeba i za velmi dlouhou dobu po vzniku jejich příčiny. Terapie umožňuje nahlédnout taky do širších souvislostí života a existence vůbec. Může poskytnout zcela nový pohled na situace, ve kterých se nacházíme a přinést vysvětlení našich problémů v širších souvislostech. Regrese má sloužit k hloubkové léčbě již probíhajícího problému.

Někomu může stačit jedno či dvě sezení, někdo jich bude potřebovat více, aby se potíže skutečně odstranily. Toto se nedá nikdy určit předem.

S čím může regresní terapie pomoci - poúrazové stavy, chronické bolesti (migrény, problémy se zažíváním, bolesti zad končetin atd.), neurózy (panické stavy, fobie, úzkosti, strachy atd.), vztahové problémy, psychosomatické potíže, problémy s nadváhou

Na každou fyzickou nemoc můžete hledat odpověď na psychické úrovni.

Obsah

- Co je regrese a kdy je vhodné k ní přistoupit
- Co je hladina alfa
- Technika a principy regresní terapie
- Druhy regresních terapií (hlubinná abreaktivní,
- Metodika vedení regresní terapie
- Kdy není vhodné použít regresní terapii
- Etické principy terapeuta
- Ukázka vedení regresní terapie – auditing
- Cvičení vedení regresní terapie

Kurz je dvoudenní.