

- Kombinationen är oslagbar! Upplev dåtid för att nå framtid

I vissa lägen gör sig det förflutna påmint och gör ont & behövs därmed tas om hand. I andra lägen är det dags att släppa taget & gå framåt. Kombinationen hypnoterapi / coaching ger oanade resultat.



♦ **Suggestionsterapi:** Ger det undermedvetna sinnet nya idéer, förändrar beteende vid oönskade tankar, oro, stress, rökning, viktkontroll och positivt tänkande.

♦ **Regressionsterapi:** Innebär att man går bakåt i tiden samt neråt i åldrarna, man minns känslan i såväl medvetna som bortträngda minnen. En djupgående process som berör livsexistensens djupaste frågeställningar.

♦ **Hypnosanalys:** I fria associationer finner man orsaken till varför. Ett känslomässigt problem bör bearbetas på ett känslomässigt plan. Då minnena frigörs avtar i regel också personens symtom.

♦ **Coaching:** Härifrån & framåt kännetecknar coach arbetet & innebär att personen finner sin sanna motivation och kärnvärde i det hon vill uppnå.

♦ **NLP:** Klargör vår kommunikation & hur vi tar till oss information. Tydliggör språkets inverkar samt hur vi kan förändra beteende & begränsade övertygelser.

- Lider Du av någonting inom Dig men bortom Din kontroll?

Att ständigt sträva efter framgång och förverkligande kan vara mycket tröttsamt. Tar man sedan hänsyn till individens levnadshistoria (vilket utgör grunden till personens beteende) och det faktum att händelser från uppväxten präglar ett ungt känsligt sinne, så förstår man snart att det finns en djupare orsak till värken. Hypnoterapi...

* Är terapin som ser till orsak och verkan

* Uppdagar glömda känslor i det undermedvetna

* Ger ökad förståelse för den egna personligheten

* Ger mental Avspänning & Återhämtning

Hypnoterapi omfattas av Suggestionsterapi & Hypnoanalys som bygger på fria associationer

En etablerad kontakt med det undermedvetna (där alla minnen och känslor finns) ger ofta en djupare insikt, kunskap, vetskap och förståelse. Det dels för situationen i sig men även i relation till andra men inte minst, för den egna personen. I hypnoterapi -analys arbetar man framgångsrikt med följande...

* Stressrelaterade situationer

* Att förändra önskat beteende

* Att frigöra sig från beroende

* Andningsteknik & Smärtlindring

- Frågan är inte vem Du är, utan vem Du fortsatt vill vara!?

Allt utvecklingsarbete som förändrar och för en människa framåt, i positiv riktning, börjar hos den enskilda individen. Detta synsätt innebär att varje människa har "egenkontroll" dvs. både möjlighet och kapacitet att styra sitt eget liv.

En "sann" Coach utgår alltid ifrån att det är Du som ytterst har svaren om Dig & ditt liv. Du har resurser för att nå det Du verkligen vill men, naturligtvis, måste Du först veta vad som är viktigt för Dig.

Så...

* Vad utgör glädjen, i det Du verkligen vill?

* Hur ska Du gå till väga för att nå Ditt mål?

* Vad får Dig att må bra & känna Dig stark?

* När ska Du göra det som är viktigt för Dig?

NLP är effektiva metoder och övningar, framtagna av de främsta av terapeuter, som tyggliggör tankar och känslor så att Du kan agera konstruktivt i konkreta situationer i ditt liv och din vardag. NLP är helt enkelt ett förhållningssätt som främjar personlig utveckling och ökad god kommunikation.

NLP genererar Personlig Utveckling på ett lättillgängligt sätt för alla som vill och önskar nå en varaktig, positiv, förändring.

Presentation - Kristina Fryxell

Då Kristina Fryxell är uppväxt i, inte mindre än tre olika världsdelar har detta naturligtvis gett en bred och samlad erfarenhet samt stor förståelse för olika människor & kulturer. Detta ligger alltid till grund för allt arbete hon utför oavsett om hon arbetar som terapeut eller coach, mot privatperson eller företag.

Som **Internationell Certifierad Coach & NLP Konsult** samt **Internationell Diplomerad Hypnoterapeut** utgår Kristina ifrån den egna praktiken, Hälso Agenturen, i Örebro. Kristina är även verksam vid SSEAH:s Skola & Mottagning i Stockholm där hon arbetar som hypnoterapeut & coach samt utför utbildningsanalyser för hypnoterapeutstuderandes räkning.

Kristina är med sin utbildning, naturligtvis, både internationellt **diplomerad** och **certifierad** inom sitt gebit vilket borgar för en seriös & etisk hållning.



Kristina Fryxell
073-506 00 91

info@halsoagenturen.com
www.halsoagenturen.com

Besöksadress i Örebro:

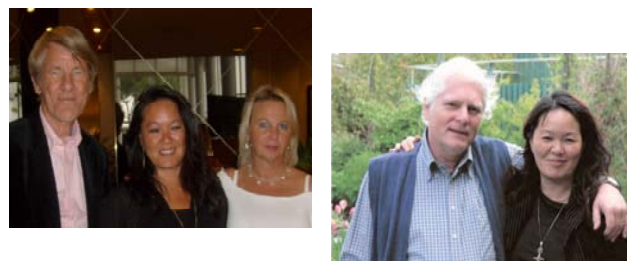
Hälsoagenturen
Maskingatan 24, 702 24 Örebro

Besöksadress i Kristineberg:

SSEAH:s Skola & Mottagning
Lidnersgatan 12, 112 53 Stockholm



Ovan, ett axplock av föreläsare som Hälsoagenturen samverkat med, på något vis, under årens gång. Allt sedan 2004 arrangerar SSEAH / Hälso Agenturen gemensamt, Hypnoterapeuters Årliga Rikskonferens. Kristina Fryxell samarbetar även med Nordic Institute.



Lars-Eric Unestål, Kristina Fryxell, Elene Unestål, Mallorca 2008
Jörgen Sundvall & Kristina Fryxell, Rikskonferens i Örebro 2003

Kristina Fryxell är utbildad vid:

SLH av **Lars-Eric Unestål**
Skandinaviska Ledar Högskolan

NIN av **Elene Unestål**
Nordic Institute MTNLP

SSEAH av **Jörgen Sundvall**
Svenska Skolan för Etisk & Analytisk Hypnoterapi

 **HÄLSO
AGENTUREN**
FÖR ÖKAD FYSISK & PSYKISK HÄLSA

Hypnoterapi - NLP- Coaching