



Wie du dein Kind bei der Hypnose bestmöglich unterstützen kannst

Wenn dein Kind eine Hypnosetherapie macht, spielst du als Mama oder Papa eine ganz wichtige Rolle. Deine liebevolle Unterstützung und eine offene, positive Haltung zur Hypnose können deinem Kind dabei helfen, sich sicher, verstanden und gut aufgehoben zu fühlen.

So kannst du dein Kind auf seinem Weg stärken:

- **Vertrauen schenken:** Zeig deinem Kind, dass Hypnose eine sanfte und wirkungsvolle Methode ist, die helfen kann. Deine positive Einstellung wirkt sich direkt auf das Vertrauen deines Kindes aus.
- **Keinen Druck machen:** Veränderung braucht Zeit. Erwartungshaltung kann Druck aufbauen – Geduld und liebevolle Begleitung sind hier viel wirkungsvoller.
- **Offen bleiben:** Lade dein Kind ein, von seinen Erfahrungen zu erzählen – ganz ohne Zwang. Einfach zuhören, da sein und gemeinsam hinschauen.
- **Entspannung fördern:** Kleine Rituale, beruhigende Übungen oder einfach gemeinsame Ruhe-Momente helfen dabei, das Erlebte zu vertiefen.
- **Wohlfühlatmosphäre schaffen:** Vor und nach der Hypnosesitzung darf alles entspannt sein. Eine ruhige Umgebung unterstützt dein Kind dabei, sich fallen zu lassen und sich wohlzufühlen.

Gemeinsam können wir deinem Kind helfen, innere Stärke zu entwickeln und Herausforderungen besser zu meistern – Schritt für Schritt, in seinem eigenen Tempo.