

# Hypnohuset



## Master Hypnoterapeut Sten Svensson

*“Når man sætter lys på problemet vil det langsomt opløse sig - på samme måde, som når solen først brænder sig gennem skyerne og den blå himmel efterhånden får overtaget”*



# Hvad er hypnoterapi?

Forestil dig, at vi i stedet for at beskære grenene går direkte til ondets rod og fjerner det.

Hypnoterapi er en behandlingsmetode, som nænsomt og effektivt frigør den energi, som ofte er bundet i gamle traumer, fobier og uafklarede situationer.

Dit ubevidste sind rummer alle de erfaringer og oplevelser, som du nogensinde har gjort dig.

Det ubevidste sind er derfor nøglen til løsningen af nogle af de udfordringer, du tumler med i dagligdagen.

Ved at tillade en dialog direkte med det ubevidste sind kan man fjerne årsagen til problemet.

*“Når det bevidste og det ubevidste sind er uenige vinder det ubevidste altid. Derfor kan du med logik vælge at holde op med at ryge og alligevel falde igennem”*

# Hvordan føles det?

Trance er den situation, som du kender fra tidspunktet lige inden, du falder i søvn, eller lige inden, du vågner op.

Nogle genkender den som en tilstand af dagdrømmeri. Nøjagtigt som ved dagdrømmeri så har du i denne tilstand en udvidet bevidsthed. Her har du adgang til både det bevidste og det ubevidste sind.

Terapien bygger på hypnoseteknikker - deraf ordet Hypnoterapi - hvor man i en trancetilstand skaber dialogen med det ubevidste sind.

I praksis foregår en sådan hypnose session uden ”brug af hænder” og alene ved, at du som klient bliver sat i en trance og derefter guidet til at opnå de nødvendige indsigter.

Under hypnose vil mange opleve en kraftig energetisk påvirkning – og efter behandlingen vil de fleste opleve at have fået en markant psykisk healing.

Mange oplever efter en terapi, at de har været fuldt tilstede og kan efterfølgende kommentere de oplevelser, de havde undervejs. Andre oplever, at de bare falder i søvn. Effekten af terapien er den samme uanset hvad.

# Jeg kan tilbyde

Mit speciale er målrettede forløb, som er tilpasset din aktuelle situation. Fokus er naturligvis på, at du når dit mål med behandlingen så nemt, hurtigt og effektivt som muligt.

- Effektivt rygestop
- Vægtreduktion
- Reducere Stress
- Bearbejdning af angst og panik
- Traumer – særligt for tidligere udsendte soldater, nødhjælpearbejdere, ansatte i socialforsorgen etc.

Behandlingen vil oftest være en blanding af hypnose, coaching og samtaleterapi. Herudover vil jeg via faste samarbejdspartnere supplere med f.eks. kostvejledning, healing og massage.

## Visuallisering, kreativitet og problemløsning

Gennem hypnose og coaching opnår mange at få svar på de udfordringer, de tumler med i dagligdagen. Jeg kan tilbyde sessioner, der giver nye perspektiver på bl.a.:

- Karriererådgivning - eller løsning af jobproblemer
- Strategiudvikling for virksomheder – store som små, nye som modne.
- Visualisering af mål og vejen til at nå dem.



# Min vej

Jeg er uddannet Master Hypnoterapeut fra Hypnoseskolen i København. Den uddannelse har givet mig en unik mulighed for at kombinere hypnose med healing.

Min uddannelse omfatter regressionsterapi herunder til tidligere liv. Det giver mulighed for at heale på gamle oplevelser, tidligere liv og karmiske begrænsninger.

## Referencer

### Kvinde, 25 år - eksamensangst

"Min angst lå i at dumpe. Jeg havde i et andet studie været sikker på en eksamen, som jeg så desværre, mod al forventning dumpede.

Sten gav mig 2 behandlinger, en forberedende, så jeg kunne få ro på, og så een dagen inden eksamen. Efter 1. behandling blev mit syn på eksamen mere positiv, og jeg tog det lettere at skulle til eksamen. Ved 2. behandling forsvandt angsten helt. Jeg gik med rank ryg til min eksamen, tog lærerne med storm og fik 12!"

### Kvinde, 43 år - Karriererådgivning/sparring

"Jeg har været meget begejstret for Stens rådgivning, som jeg har oplevet som værende meget afklarende, tillidsfuld, kompetent, nærværende, indlevende - og en stor støtte til at nå mine mål. Sten gav mig 2 behandlinger med hypnoterapi, som begge har fjernet hæmmende overbevisninger, og jeg har fået et mere positivt og afklaret syn på min karriereudvikling.

Jeg har fået mod på at gå efter lige præcis det, jeg drømmer om karrieremæssigt, og jeg er sikker på at jeg har potentialet til det – tak for det, Sten!"

### Kvinde, 45 år - Personlig krise:

"Jeg skylder Sten Svensson en stor tak. Han har med hypnose og samtaleterapi hjulpet mig i en svær personlig krise. Den kombinerede terapi har givet mig indsigter og forståelser for min situation samt forløst "smerten" i en sådan grad, at familiemedlemmer har bemærket det."

### Mand, 48 år - Stress:

"Da jeg startede i forløbet var jeg kørt helt ned og sygemeldt. Gennem coachingen og hypnoterapien fandt jeg mine ressourcer frem, og jeg fik øjnene op for de muligheder, der alligevel viste sig at være for at komme videre. Det var også vigtigt for mig at få kvalificeret hjælp til at formulere klare mål og tage de nødvendige beslutninger for at realisere dem.

Healingen var et dejligt supplement, som især virkede på mine mavesmerter."

*"Du skal ikke finde dig i at have det skidt!"*

## Information

### Pris

Kr. 990,00, som typisk varer 60 minutter.

Enhver session starter med en indledende coaching om din problemstilling, som så følges op med selve hypnosen.

På én behandling kan vi typisk klare en problemstilling som f.eks. en forbi, flyskræk, eksamensangst, et negativt tankemønster, et traume eller lære dig selvhypnose til at få ro og reducere stress.

Kontrakt mig for en gratis og uforpligtende snak om, hvordan jeg kan hjælpe dig.

### Afbestilling

Bliver du forhindret i at overholde vores aftale, skal du melde afbud senest kl. 12.00 dagen før. For aflysning efter det tidspunkt opkræves et fuldt honorar.

## Kontakt

Hypnohuset i Hillerød  
Sten Svensson  
Telefon: 20 91 49 00 - sms er velkommen  
E-mail: [sten@hypnohuset.dk](mailto:sten@hypnohuset.dk)

### Adresse

Hillerød  
Helsingørsgade 27D  
3400 Hillerød

København  
Fredericiagade 10  
1310 København K

### Åbningstider

Tirsdag – Torsdag: 10.00 – 20.00  
Fredag: 10.00 – 18.00  
Lørdag/Søndag: 10.00 – 13.00

Hypnoterapi ved Sten Svensson

Hypnohuset

Helsingørsgade 27 D

3400 Hillerød

Telefon: 20 91 49 00

[www.hypnohuset.dk](http://www.hypnohuset.dk)