Ipnosi Per Smettere Di Fumare Brescia

STAI PENSANDO DI SMETTERE DI FUMARE?

QUESTO È IL PRIMO PASSO NELLA GIUSTA DIREZIONE!

Non importa da quanto tempo fumi, o quanto fumi. Ogni momento è buono per cambiare la tua vita. **Basta solo un pó di forza di volontà e Nicorix, per sentirsi liberi.** Sconfiggere il vizio non solo ti darà una sensazione di libertà, ma anche concreti benefici!

Il fumo da tanto tempo non và piú di moda, la riduzione dei fumatori confermano le statistiche. **Ognuna di queste persone ha una propria storia nella quale ha avuto successo.** Alcuni volevano migliorare la salute, certi volevano avere più soldi nel portafoglio, e gli altri migliorare il proprio aspetto. Adesso anche tu puoi unirti a questo gruppo – gruppo di persone, che hanno realizzato i propri sogni e hanno raggiunto lo scopo!

→ Guarda di più ←

→ Guarda di più ←

→ Guarda di più ←

IPNOSI PER SMETTERE DI FUMARE

Come smettere di fumare in modo duraturo? L'ipnosi è un metodo efficace con risultati in poche sedute: contatta ora la nostra clinica di Brescia!
Attraverso una trance leggera fissata attraverso comandi post-ipnotici, il paziente è indotto a ritenere sgradevole sia l'odore che il sapore della sigaretta. L'ipnosi, inoltre, riduce efficacemente l'ansia, il nervosismo e le frustrazioni che il fumo tende ad anestetizzare. L'ipnosi viene quindi utilizzata come metodo efficace per smettere di fumare.

Psicologi specializzati in Smettere di fumare a Brescia

Il tabagismo è una dipendenza che può portare a serie malattie. Spesso è difficile smettere di fumare senza l'aiuto di un professionista capace di comprendere le motivazioni di ogni individuo e di scardinare quella dipendenza psicologica dalla sigaretta. In questo elenco trovi 40 psicologi specializzati in smettere di fumare di Brescia. Sono la Dott.ssa Elisa Simeoni, lavoro appoggiandomi allo Studio Tartaruga - Centro "Mara Selvini Palazzoli" presso la sede di Brescia, specializzato in problematiche sia riguardanti l'aspetto personale che relazionale-famigliare. Sono Psicologa, iscritta all'Albo dell'Ordine.

Smettere di fumare con l ipnosi

L'ipnosi funziona? Quante sedute servono per smettere di fumare? Il costo va da 90 a 150 euro
Le suggestioni ipnotiche sono un po' il cuore della terapia. Se lo stato di trance ❓ la condizione nella quale si viene progressivamente indotti dall'ipnotista, le suggestioni sono le comunicazioni dirette all'inconscio. Esse rendono possibile il cambiamento e sono un vero e proprio atto psicoterapeutico. Lo stato ipnotico e la relativa disattivazione dei processi di pensiero coscienti rendono efficaci tali comunicazioni.

Ipnosi Per Smettere Di Fumare Brescia

Psicologia a Brescia
Mi si chiede se è vero che attraverso l'ipnosi è possibile smettere di fumare. La risposta è si, se la persona ha realmente delle forti motivazioni a smettere. Nel mio studio pratico spesso l'ipnosi e, in diverse occasioni, proprio per aiutare le persona ad abbandonare questo infelice vizio. Io stesso ho smesso di fumare attraverso l'ipnosi e, per questa ragione, sono estremamente convinto della sua efficacia. Naturalmente è bene chiarire un punto fondamentale, a scanso di qualsiasi equivoco: l'ipnosi aiuta, ma non si sostituisce alla volontà della persona. Per questa ragione è importante che ci sia davvero il profondo desiderio di smettere e la volontà di partecipare attivamente al processo di disassuefazione. Lo stesso vale quando non si tratta di disassuefazione al fumo, ma l'ipnosi viene impiegata per aiutare la persona nella **dieta**. Attraverso l'induzione di uno stato di trance è possibile ampliare la risonanza emotiva di fronte al piacere del dimagrimento, predisporre uno stato di maggiore rilassatezza fisiologica di fronte al desiderio di cibo e aiutare la persona a trovare e rinforzare le proprie risorse personali per raggiungere con successo il suo scopo.

SMETTERE DI FUMARE CON L - IPNOSI

Ho già provato tante volte, ma poi ho ricominciato… Questo non significa che non ci riuscirai mai. Almeno il 40% dei fumatori italiani pensa di smettere di
• tens (elettrostimolazione)
• orecchino o graffetta (auricoloterapia, che ritiene l'orecchio l'immagine di un feto rovesciato)
• agopuntura
• nota di diapson
• psicoterapia di gruppo
• ipnosi coercitiva
• metodologie con ausilio di strumenti elettromedicali (psycotron – freesmoke)

• ausili farmacologici (cerotti, chewing-gum etc.)
solo perché per "l'amico di un amico" uno di questi sopra elencati è stato efficace.
In effetti, ciascuno di questi metodi ottiene una certa percentuale di successi, soprattutto nell'immediato, ma purtroppo anche una buona percentuale di ricadute, per le quali l'aspirante non fumatore si trova a fumare molto più di prima.
Il vizio del fumo ha, infatti, molte connotazioni e si "modella" sulla persona come un vestito su misura:
• piacere tattile (il tenere la sigaretta tra le dita)
• piacere visivo (un esperimento fatto con un gruppo di fumatori bendato ha dimostrato che dopo qualche tempo non erano più in grado di distinguere la sigaretta accesa da quella spenta)
• piacere labiale (il tenere qualcosa tra le labbra ci riporta alla prima infanzia)
• sensazione di rilassatezza
• sensazione di eccitazione
• sensazione di sicurezza (che nella maggior parte dei casi ne rappresenta la genesi)
• la dipendenza da nicotina (ma è una tesi controversa).
Questo significa che il fumatore trae dal fumo quello che in psicologia è definito "guadagno secondario", cioè la compensazione ad una carenza emotiva interna (la mancanza di fumo fa diventare "nervosi"): non tutto quindi può andar bene per tutti.

Ipnosi Per Smettere Di Fumare Brescia

SMETTERE DI FUMARE FACILMENTE Con l'ipnosi si può smettere di fumare facilmente e, in buona parte dei casi, anche senza i sintomi dell'astinenza. Questo...
SMETTERE DI FUMARE FACILMENTE
Con l'ipnosi si può smettere di fumare facilmente e, in buona parte dei casi, anche senza i sintomi dell'astinenza. Questo metodo è stato testato su circa 2000 persone presso l'Ospedale di Stato di San Marino risultando efficace nel 70% dei casi. Fatti un regalo, smetti di fumare. Prova a pensare a quanti soldi risparmieresti, pensa se i soldi che spendi in sigarette li mettessi da parte, a fine anno potresti farti veramente un bel regalo meritato.
Se hai intenzione di smettere e di prenderti cura del tuo benessere chiamami:
Dott. Luigi Pignatelli, Psicologo e Ipnoterapeuta
Esperto in Ipnosi (Ipnosi Regressiva, Ipnosi Ericksoniana, Ipnosi Dinamica-Simbolica, Ipnosi Rapida, Ipnosi Non Verbale, Ipnosi Shock, Mesmerismo e Fascinazione, Ipnosi Brasiliana, Ipnosi Sciamanica, Ipnosi per il Dolore, Ipnosi per Tabagismo)
Riceve a Taranto
Tel.: 3311087853

IPNOSI ATTIVA: UN NUOVO METODO PER SMETTERE DI FUMARE

Smettere di fumare? Ora c'è un nuovo metodo per smettere in appena 2 giorni, senza fatica e senza traumi. Il programma battezzato "Ipnosi Attiva" è stato
Smettere di fumare? Ora c'è un nuovo metodo per smettere in appena 2 giorni, senza fatica e senza traumi. Il programma battezzato "Ipnosi Attiva" è stato presentato questa mattina a Roma in anteprima nazionale presso la sede dell'Accademia Internazionale "Stefano Benemeglio" delle Discipline Analogiche (www.accademianalogica.com) che si occuperà ora di promuovere l'innovativa metodologia "Ipnosi Attiva" ideata dallo psicologo Stefano Benemeglio, fondatore delle Discipline Analogiche e padre dell'Ipnosi Dinamica (www.ipnosibenemeglio.com). «Il metodo prevede nell'arco di due appuntamenti lo svolgimento di uno specifico protocollo per la disintossicazione da nicotina, stabilendo un dialogo con se stessi senza doversi poi servirsi di un consulente esterno, perché una volta appresa questa metodologia ciascuna persona riesce a focalizzare autonomamente l'attenzione su ciò che desidera, in condizioni di assoluta libertà da interferenze esterne» spiega Stefano Benemeglio, presidente dell'onlus Accademia Internazionale delle Discipline Analogiche (www.accademianalogica.com) che conta con 8 sedi su tutto il territorio nazionale nelle città di Roma, Milano, Napoli, Bologna, Brescia, Firenze, Genova, Padova e Torino. Per ogni persona viene sviluppato uno specifico protocollo per disintossicare l'organismo e contrastare la possibilità di un aumento di peso. I corsi, della durata di due giorni per un totale di 9 ore didattiche, sono individuali o anche collettivi e inizieranno a partire da maggio in tutte le sedi dell'Accademia (info 800 91.01.79). Per permettere al corpo di eliminare la nicotina in circolazione servono solo 48 ore, così in appena due giornate «i fumatori saranno in grado di spegnere la loro ultima sigaretta» sostengono all'Accademia Internazionale delle Discipline Analogiche. Come? «Ponendo delle domande a se stessi e ottenendo quelle risposte che permettono di scoprire le vere cause dei propri problemi, senza servirsi di un consulente esterno». «Chi cerca di convincersi —puntualizza il dottor Benemeglio— che una sigaretta dopo il caffè aiuta la digestione o che il fumo aumenta la capacità di concentrazione cerca solo di costruire un alibi razionale alla sua voglia di fumare. In realtà chi riesce a liberarsi dalla schiavitù del fumo si libera di una grande fonte di stress, ritrovando un equilibrio di vita più naturale e più sereno». Ma il metodo "Ipnosi Attiva" ha applicazioni che vanno molto oltre la disintossicazione dal fumo. «Il metodo, infatti, è efficace —solo per fare alcuni esempi— anche per abbattere la disistima e i sensi di colpa, per risolvere problemi di cefalea, per "imparare" a parlare in pubblico, per superare il complesso del rifiuto e "abbattere" i vincoli che a molti uomini impediscono di conquistare una donna» tiene a precisare Stefano Benemeglio.

Superare la dipendenza da fumo con l - Ipnosi

La dipendenza dal fumo (o tabagismo) è un argomento che ha fatto parte dei dibattiti psicologici e medici per moltissimo tempo e che ancora oggi continua a far parlare di se. Esistono vari percorsi che consentono ad un fumatore di non essere più tale e quindi di allontanarsi dalla propria dipendenza. Farmaci, come il bupropione, un antidepressivo che riduce i sintomi dell'astinenza da nicotina, oppure la vareniclina che riduce il desiderio della sigaretta e ne attenua il piacere. Sigarette elettroniche, le quali svolgono fondamentale il ruolo di sostituirsi ad una sigaretta normale e quindi conservare il piacere di tenere la sigaretta stessa tra le mani. Trattamenti sostitutivi, come cerotti o gomme da masticare, che servono a ridurre gradualmente l'introduzione della nicotina nell'organismo. Qualsiasi sia il percorso scelto da una persona c'è un elemento che deve essere sempre e comunque preso in considerazione: la motivazione personale. Studi dimostrano che circa il 5% dei fumatori riesce a smettere di fumare solo ed esclusivamente con la forza di volontà. La motivazione personale è necessaria quindi soprattutto se si vuole intraprendere un percorso di allontanamento dalla dipendenza dal fumo. Con questa premessa il percorso terapeutico che propongo si basa sull'Ipnosi Ericksoniana. Secondo la maggior parte delle teorie sull'argomento, la dipendenza da fumo agisce sulle persone attraverso due livelli: un livello fisico, a causa della dipendenza da nicotina, ed un livello psicologico, a causa dell'abitudine, ormai divenuta inconsapevole, di continuare uno schema comportamentale legato all'accendersi una sigaretta. Quando parliamo di Ipnosi Ericksoniana è necessario prendere in considerazione un terzo livello che chiamiamo motivazione inconscia. Ogni persona comincia a fumare e mantiene la sua dipendenza sempre a causa di una motivazione che con il tempo è divenuta inconscia. Qualsiasi sia la causa che ha portato la persona ad accendersi la prima sigaretta nella sua vita e qualsiasi siano i disagi che la persona pensa di superare o di attenuare con il gesto del fumare (ansia, bassa autostima, convinzione di rilassarsi grazie al fumare, bassa autonomia affettiva), attraverso un percorso di Ipnosi Ericksoniana è possibile operare su tutti questi livelli non limitandosi semplicemente a cancellare una abitudine ma riuscendo a trasformare un fumatore in un non-fumatore oppure, meglio ancora, in una persona che non ha mai fumato. Moltissimi professionisti (nel campo sanitario) continuano infatti ad etichettare le persone che fumano come "fumatori" e le persone che non fumano come "non-fumatori". Quando si lavora con l'Ipnosi, e quindi con il nostro inconscio, dobbiamo fare attenzione alla terminologia che utilizziamo: il "non" unito al termine "fumatori" continua incessantemente a ricordare alle persone che sono ex fumatori. Grazie all'Ipnosi Ericksoniana chiunque riesca a superare la dipendenza dal fumo torna ad essere una persona che non ha mai fumato e che non dovrà mai più sentirsi etichettata come "ex fumatrice". Da un punto di vista pratico le suggestioni ipnotiche agiscono per limitare la piacevolezza l'intensità della sensazione del fumare, ed aiutano a modificare sia coscientemente che inconsciamente le abitudini legate all'accendersi la sigaretta. L'intervento ipnotico cambia il senso con cui il fumatore pensa e si rapporta alle sigarette, contenendo, limitando ed infine cancellando, l'esigenza di attuare questa abitudine. Lavorando inoltre sul terzo livello (motivazione inconscia) la persona torna a rapportarsi a se stessa non come un "non fumatore" ma come una persona che non ha mai fumato. Secondo il resoconto di molti ipnotisti la dipendenza da fumo grazie all'Ipnosi viene superata nel 90% dei casi, una percentuale altissima se la rapportiamo agli altri tipi di trattamento. Come scritto in precedenza un ruolo fondamentale per raggiungere questo obiettivo lo copre la motivazione personale della persona: nel caso la motivazione sia bassa, grazie all'Ipnosi Ericksoniana è comunque possibile rimotivare e recuperare le risorse personali al fine di definire l'obiettivo. Ricordate quindi che il percorso di Ipnosi non agisce semplicemente sull'abitudine ma sulla persona in quanto tale, elaborando nel profondo le proprie dinamiche che hanno portato alla dipendenza e, chissà, magari elaborando sorprendentemente anche altre dinamiche che erano legate alla stessa causa inconscia.
Quando parliamo di **Ipnosi** Ericksoniana è necessario prendere in considerazione un terzo livello che chiamiamo **motivazione inconscia**. Ogni persona comincia a fumare e mantiene la sua dipendenza sempre a causa di una motivazione che con il tempo è divenuta inconscia.

IPNOSI ATTIVA: UN NUOVO METODO PER SMETTERE DI FUMARE IN APPENA 48 ORE

IPNOSI ATTIVA: UN NUOVO METODO PER SMETTERE DI FUMARE..Presentato oggi presso la sede romana dell'Accademia Internazionale Stefano Benemeglio delle
Ma il metodo Ipnosi Attiva ha applicazioni che vanno molto oltre la disintossicazione dal fumo. Il metodo, infatti, efficace solo per fare alcuni esempi

anche per abbattere la disistima e i sensi di colpa, per risolvere problemi di cefalea, per ❓imparare❓ a parlare in pubblico, per superare il complesso del rifiuto e ❓abbattere❓ i vincoli che a molti uomini impediscono di conquistare una donna❓ tiene a precisare Stefano Benemeglio.

Smettere di fumare con l - ipnosi

Scopo dell'ipnosi come tecnica anti-fumo è quindi scollegare la sigaretta dalle situazioni quotidiane, per poi fornire nuovi apprendimenti alternativi e più salutari.
Scopo dell'ipnosi come tecnica anti-fumo è quindi scollegare la sigaretta dalle situazioni quotidiane, per poi fornire nuovi apprendimenti alternativi e più salutari. Una volta che la separazione è avvenuta la persona può vivere la quotidianità senza sentire il bisogno della sigaretta.