

**10 PERGUNTAS
QUE REVELAM SE
VOCÊ PRECISA
FAZER HIPNOTERAPIA.**

*Fernando
Sartori*

Fernando
Sarttori

Quais sinais comunicam que uma pessoa precisa fazer hipnoterapia? O que realmente significa conversar com um hipnoterapeuta? Separamos 10 perguntas que revelam se você precisa de terapia. Vamos lá!

1 Você se sente deprimido, angustiado, estressado ou ansioso?



Quando você se sentir deprimido, angustiado, estressado ou ansioso e não conseguir lidar com isso, é hora de procurar ajuda profissional.

É normal “superaquecer” vez em quando, pensar demais sobre algo causa ansiedade e estresse, mas quando você não consegue controlar ou aliviar a carga emocional, é indispensável recorrer a um hipnoterapeuta para te ajudar a organizar sua mente e pôr os pensamentos no lugar.

Fernando
Sarttori

2 Você está passando por conflitos em seus relacionamentos?

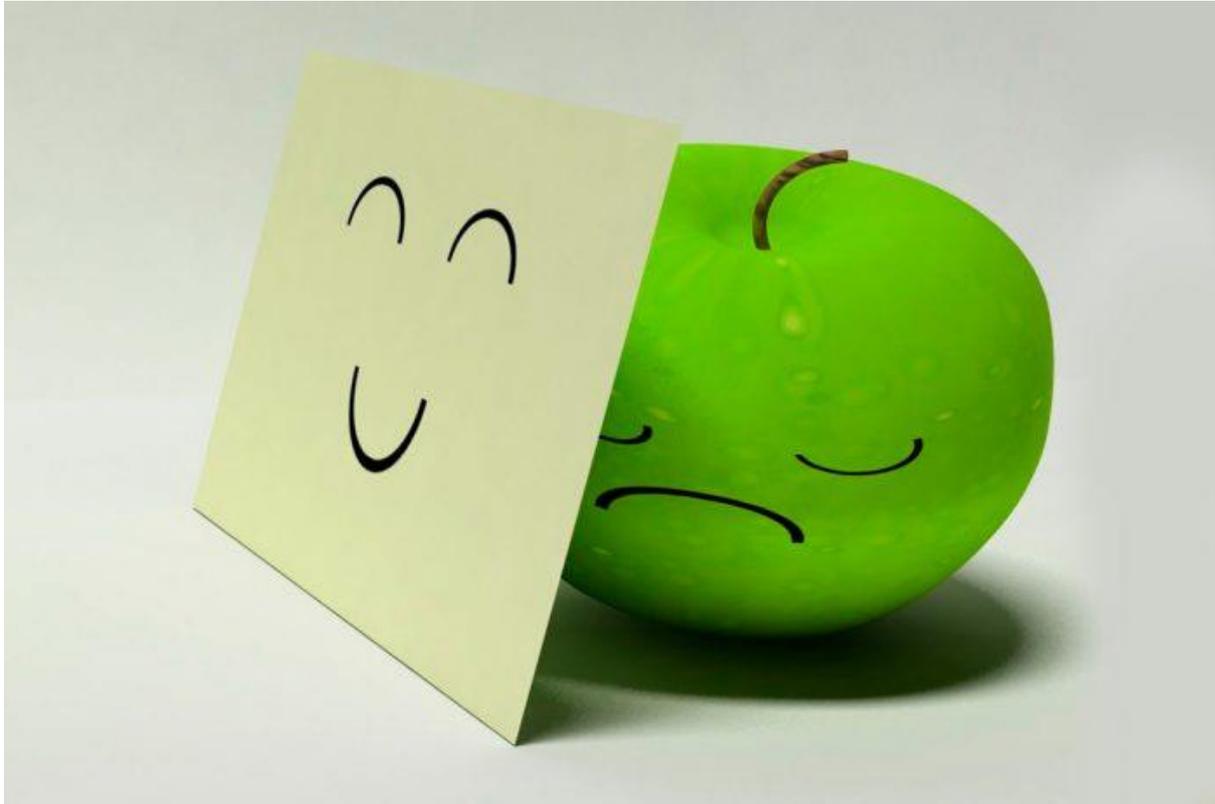


Tá difícil lidar com seus pais, filhos, irmãos ou colegas de trabalho? Não consegue evitar discutir com as pessoas que ama e sempre acaba magoando ou sendo magoado?

Acha que só atrai homem cafajeste ou mulheres interesseiras? Não consegue esquecer o ex-namorado (a)?

Se os conflitos em seus relacionamentos são maiores que você, acredite, a hipnoterapia vai te ajudar a descobrir o X da questão e resolver esses conflitos da maneira mais prática possível.

3 Você está passando por uma fase de sofrimento ou difícil transição?



O problema não são as mudanças, mas nossa rigidez frente a elas. Algumas fases da vida são extremamente difíceis, você quase não encontra saídas, os desafios parecem maiores do que sua capacidade de superá-los.

Quando você se sentir despreparado (a) para lidar com a dor emocional ou simplesmente aceitar mudanças, a ajuda de um hipnoterapeuta pode ser fundamental para que você encontre respostas e soluções, desenvolva flexibilidade emocional e consiga destravar seu crescimento pessoal.

4 Você sente dificuldade em lidar com as próprias emoções?



Há quem não consiga controlar seu temperamento, você é uma delas? Se sente escravo das suas emoções? Está vivendo no piloto automático dirigido por seus sentimentos mais insanos?

São relacionamentos que terminam por causa do excesso de ciúmes de um dos lados. Pessoas que perdem o emprego porque são incapazes de trabalhar em equipe devido seus problemas com a raiva e assim muitas outras pessoas sofrem por não saber lidar com suas emoções.

O que falta nessas pessoas? Inteligência emocional! Conheço mestres e doutores, que têm conhecimento avançado em diversas áreas, mas não tem o mínimo de auto-controle de suas emoções.

Conversando com o hipnoterapeuta, a pessoa consegue desenvolver as competências emocionais necessárias para conseguir disciplinar suas emoções e mantê-las sob controle nas situações mais adversas.

5 Você está passando por perdas, lutos ou separações?



Quem nunca perdeu algo importante? Pode ser a perda de um emprego ou oportunidade, o luto por alguém que faleceu (uma das perdas mais difíceis) ou a separação de um casamento de vários anos. Nunca é fácil lidar com perdas.

A mente mal consegue digerir todos os sentimentos envolvidos na situação, perguntas como “Por quê isso aconteceu!?” vem a mente, a pessoa paralisa e não sabe como seguir em frente.

Na hipnoterapia, o profissional ajuda a pessoa a processar aqueles sentimentos, ela entende melhor o que está sentindo, se livra da confusão mental e pode até aprender com a situação.

Fernando
Sarttori

6 Você sofre com transtornos alimentares, obsessões, manias, compulsões ou fobias?



Algumas pessoas, apesar de tomarem remédios e fazerem dietas, não conseguem emagrecer ou controlar a compulsão alimentar.

Outras sofrem de TOC (Transtorno Obsessivo Compulsivo), manias que afetam sua vida negativamente e medos irracionais.

Sessões de hipnoterapia são importantes para que a pessoa consiga cortar o mal pela raiz e encontrar os verdadeiros motivos que a impedem de ser como deseja.

7 Você sente que precisa de ajuda, mesmo sem motivo algum?



A terapia é útil até mesmo quando o problema é não saber qual é o problema. Se você acha que precisa de ajuda, mas não sabe por onde começar o tratamento, comece a terapia e descubra o que precisa.

Um terapeuta bem preparado saberá ajudar você a encontrar suas próprias respostas e suas perguntas também!

Pode parecer estranho, mas às vezes é necessário encontrar as perguntas primeiro, para então começar a trabalhar em soluções.

*Fernando
Sarttori*

8 Você está buscando autoconhecimento e desenvolvimento pessoal?



Quer dizer que não há “problema” nenhum? Tudo que você procura é se autoconhecer e desenvolver seu potencial? A hipnoterapia pode facilitar e acelerar esse processo!

Fernando
Sarttori

9 Você está preparado para fazer terapia?



Quando se trata de hipnoterapia, não é só pagar e fazer. Se você realmente quer mudar sua mente, precisa estar consciente que esse processo é “doloroso” assim como qualquer outro processo que te faça sair da zona de conforto.

Há quem tenha medo de olhar para dentro de si mesmo, se descobrir, pontuar suas feridas, se medicar.

Conheço pessoas que, mesmo doentes, não vão ao hospital porque têm medo do médico, preferem sofrer confortavelmente em casa a sair da sua zona de conforto e buscar melhorias.

10 Você quer fazer terapia?



Se um amigo me convidar para sair, posso responder que não tenho dinheiro, mas ao ouvir minha resposta, ele pode dizer “Eu pago para você”.

Se tudo que me impedia de sair com ele era o dinheiro, agora está resolvido. Agora, se eu responder “Não quero sair com você”, ele não pode fazer nada, porque eu realmente não quero, nem preciso justificar minha resposta.

Há quem simplesmente não queira parar de fumar agora ou vencer o medo de falar em público, até mesmo tratar seus traumas de infância.

A pessoa está conformada, ainda não está sentindo dor suficiente, ela provavelmente vai esperar sua aflição ficar insuportável para então procurar ajuda.

Se você respondeu sim para pelo menos uma dessas perguntas, parabéns! Você precisa de hipnoterapia.

Na verdade todos precisamos de cuidados, o termo terapia significa **cuidado com a saúde**, nesse caso **saúde emocional**. Sinceramente, não conheço ninguém que não precise cuidar da sua saúde emocional, você conhece?

Fernando
Sarttori

Se você chegou a conclusão de que precisa de hipnoterapia, mas não sabe onde encontrar profissionais de confiança com quem possa se consultar, tenho ótimas notícias para você!

O Instituto Fernando Sarttori oferece um modelo exclusivo de terapia, atendendo pessoas de Caxias do Sul e região, por meio da Hipnoterapia presencial.

Conheça o Método U.P., método inovador que você chega em seus resultados obtendo transformação e realização em apenas 48 horas.

Permita a se conhecer, permita se a mudar, permita se transformar!

Saiba como funciona esse tipo de tratamento. Clique no link abaixo e entenda como funciona este método.