



KATE GARFALK
HYPNOTERAPEUT



FREMTIDENS
TERAPIFORM
Hypnoterapi



KATE GARFALK

NGH Certificeret Hypnoterapeut

Jeg er NGH Certificeret Hypnoterapeut og Certificeret i Rapid Pain Technique fra Academy Betterlife.

Som professionel Hypnoterapeut deltager jeg løbende i kurser, efteruddannelse af mit arbejde, for at være opdateret med den nyeste viden indenfor Hypnoterapi. Jeg er desuden Certificeret Coach og Mindfulnessinstruktør.

Jeg er uddannet sygeplejerske, videreuddannet intensivsygeplejerske og inden for ledelse.

Jeg har i professionel sammenhæng altid arbejdet med mennesker, deres personlige udvikling og forandringsprocesser.

HYPNOTERAPI

Fremtidens terapiform

Hypnoterapi er en veldokumenteret og evidens-baseret behandlingsform, som kan beskrives som en **genvej til dit underbevidste sind**, hvor det er let at omprogrammere dårlige vaner som rygning og overspisning, og fjerne blokeringer som angst og stress.

Hypnoterapi fungerer som et tillidsfuldt samarbejde mellem klient og hypnoterapeut og er en teknik og et redskab som hurtigt og effektivt skaber varige resultater.

Det giver dig mulighed for den bedste udgave af dit liv på rekord tid. Med hypnoterapi kan jeg hjælpe dig til positiv forandring af tankemønstre og dermed en ny livsstil.



**If you can dream it,
you can do it.**

WALT DISNEY



BEHANDLINGER

**Professionelt, individuelt
og effektivt**

Hypnoterapi tager udgangspunkt i den individuelle klient og er en mild og dynamisk terapiform, hvor irrationelle tankemønstre påvirkes kognitivt af terapeutiske teknikker under selve hypnosens.

Hypnoterapi kan anvendes i forbindelse med en række sygdomme, tilstande, vaner og følelser fx.

- **ARBEJDE** - uden stress
- **SLIP ANGSTEN** - lev livet
- **RØGFRI** - uden trang
- **SMERTEFRI** - lev livet
- **SMID KILO** - uden kur
- **EKSAMEN** - med ro
- **ALKOHOLFRI** - uden trang

HYPNOSE

**Hjælp til den forandring
du ønsker i livet**

En hypnoterapibehandling hos mig starter med en samtale, hvor du fortæller, hvilken forandring du ønsker i dit liv. Når målet er klart, sætter du dig godt til rette i en behagelig stol, hvor hypnosens starter. Alt hvad vi taler om er selvfølgelig fortroligt.

Jeg guider dig ind i en behagelig, afslappet tilstand med min stemme. Du er vågen, klar og bevidst under hele hypnosens, du kan høre alt hvad jeg fortæller dig, og besvare de spørgsmål jeg stiller dig. Ved at jeg giver dig positive forslag under hypnosens, bliver det muligt for dig at ændre dine følelser, tanker og adfærd, til lige netop den forandring du ønsker i livet.



KONTAKT

Kate Garfalk

Tlf. 23 60 69 62

Mail kate@garfalk.dk

KLINIK: Lumbyvej 11, indgang B, st. th.,
5000 Odense C

Kategarfalk.dk