

Enrico Rolla - L'ipnosi cognitivo comportamentale evidence based e l'uso di Avatar

Durante il workshop vedrete filmati di casi reali e farete esperienze guidate di ipnosi. L'ipnosi cognitivo comportamentale è un metodo terapeutico all'avanguardia che offre tecniche potenti. È un "amplificatore" dei protocolli CBT per aiutare le persone in un'ampia gamma di disagi emotivi e fisici: ansia, depressione, ossessioni, disturbi post traumatici, dolore cronico, sindrome del colon irritabile e dipendenze, solo per citarne alcuni.

Progettata per gestire le difficoltà individuali cambiando il modo di pensare e agire, l'ipnoterapia cognitivo comportamentale vi fornirà gli strumenti per affrontare varie problematiche di vita in modo positivo e funzionale. Imparerete a integrare le linee guida CBT evidence based con l'ipnosi, strumento supportato da un enorme corpus di ricerche che ne attestano l'efficacia.