

Postopek hipnoze je nadvse preprost in prijeten.

Sestavljajo ga različni elementi, odvisno pač od šole oz smeri, ki jo izvaja hipnotizer.

Elementi postopka (poenostavljeno):

- uvodni razgovor (pretalk),
- sproščanje,
- indukcija,
- poglobljanje,
- sugestije,
- bistrenje,
- po-hipotične sugestije.

Vprašanje?

- [Pišite nam!](#)