



**RILASSAMENTO
PROFONDO**

WORKSHOP IPNOSI RAPIDA

Esperienza guidata e tecniche applicabili.
Laboratorio pratico di 2 ore

11 Aprile - Online su Zoom

rilassamentoprofondo.com



PUNTO DI PARTENZA

Prima di iniziare, fermati un istante

- Ti è mai capitato di voler cambiare qualcosa... ma ritrovarti **sempre nello stesso punto**?
- Senti che alcune **reazioni** partono prima ancora che tu possa controllarle?
- Ti accorgi che la **volontà** da sola non basta?
- Cerchi uno **strumento concreto** per lavorare su ansia, concentrazione o blocchi?
- Hai sentito **parlare di ipnosi**, ma non sai da dove cominciare?
- Vuoi sapere come entrare in uno stato mentale potente **molto rapidamente**?

Il cambiamento non inizia dalla volontà.
Inizia dalla comprensione di noi stessi.



COSA FAREMO OGGI

Capire e sperimentare

Comprendere come si attiva lo **stato ipnotico**

Fare esperienza diretta di uno **stato guidato**

Scoprire cosa cambia **quando il processo accelera**

Superare **dubbi e falsi miti**

L'ipnosi agisce attraverso processi naturali,
dove attenzione e risposte automatiche possono attivarsi rapidamente.



LA REALTÀ INTERIORE

Struttura, condizionamenti e risposte automatiche

Le forze che ci formano

- Dogmi e credenze
- Valori etici e morali
- Relazioni familiari
- Ambiente Culturale
- Memoria biologica

Le risposte automatiche

- Etichette interiorizzate
- Il “Faro”
- Paura delle emozioni
- Timore dell'emarginazione
- Schemi automatici interiori

Per cambiare davvero una risposta,
serve accedere al punto in cui quella risposta si attiva.



COS'È LO STATO IPNOTICO

La definizione dello stato mentale

Uno **stato naturale** della mente
in cui l'attenzione si **concentra**
e alcune risposte diventano più immediate

Non è perdita di controllo
ma una **modalità diversa di funzionamento**

Può emergere spontaneamente
oppure essere **attivato intenzionalmente**



UNO STATO NATURALE

Capita ogni giorno, senza accorgersene

- Quando sei **immerso** nei tuoi pensieri
- Quando perdi la **percezione** del tempo
- Quando una **reazione** parte prima del ragionamento

È una condizione **già presente**

che può essere riconosciuta e utilizzata

La differenza è imparare ad entrarci... intenzionalmente



ESPERIENZA GUIDATA

Porta l'attenzione su di te senza fare nulla di particolare. Segui semplicemente le indicazioni e osserva

Posizione

Focalizzazione

Attenzione Selettiva

Sperimentazione

Non è ancora ipnosi rapida

Ma uno stato non si comprende davvero
finché non lo si attraversa.



CHI SIAMO

Il metodo nasce da esperienza e pratica sul campo

Giuseppe Arena e Elio Isaia - Professional Hypnotherapist

- **Anni di lavoro** in ambito ipnotico
- **Percorsi formativi** specifici
- Collaborazioni e seminari
- Esperienza con **centinaia di partecipanti**
- **Approccio metodologico** e non suggestivo



LA VOSTRA GUIDA



FALSI MITI

E dubbi sull'ipnosi

- In ipnosi si perde il controllo
- Si resta “bloccati”
- Funziona solo su persone suggestionabili
- È qualcosa di misterioso o fuori dal proprio controllo
- Funziona come una macchina della verità
- In Ipnosi si dorme
- Non funziona per gli scettici
- Dopo l'ipnosi non si ricorda cosa è avvenuto

L'ipnosi è un processo collaborativo.



QUELLO CHE AVETE SPERIMENTATO

È uno stato leggero
graduale

Ma lo stesso processo
può attivarsi molto più velocemente

È qui che entra in gioco l'ipnosi rapida



TIPI DI IPNOSI

- **CLASSICA** → *processo graduale*

- **RAPIDA** → *accesso accelerato*

- **ISTANTANEA** → *attivazione immediata*

Il processo è lo stesso cambia il tempo di accesso



SECONDA ESPERIENZA

Usiamo una tecnica concreta.

Segui le indicazioni in modo semplice

Senza analizzare troppo

Senza costruire passo dopo passo

Lascia che la risposta emerga

in modo più diretto

Non hai costruito questa risposta. L'hai attivata.



RISULTATO

Cosa è appena successo

1. Hai **focalizzato** l'attenzione
2. Hai **attivato** una risposta
3. Hai **osservato** il cambiamento
4. Hai **verificato**

La risposta esiste già.

La differenza è quanto velocemente ci accedi. Non cambia ciò che accade.

Cambia come ci arrivi.

Questo è un passaggio. Non una tecnica completa.



AMBITI DI APPLICAZIONE

Alcune indicazioni

- **Calma mentale** e gestione dello stress
- **Risorse interiori** e stati emotivi
- **Abitudini** e cambiamento comportamentale
- **Convinzioni** e pensieri limitanti
- **Performance** e concentrazione
- Public speaking e **sicurezza**
- **Relazioni personali** e comunicazione
- **Studio** e apprendimento
- **Motivazione** e raggiungimento obiettivi

Lo strumento è uno. Gli ambiti sono molteplici.



IL PERCORSO COMPLETO

Oggi avete sperimentato la struttura di base del lavoro.

Nel percorso completo questa struttura viene sviluppata in modo progressivo, guidato e verificabile.

- ➔ **Lo stato ipnotico** e la mente
- ➔ Studio dei **metodi** e delle strutture dell'ipnosi
- ➔ Il rapport e i **test preliminari**
- ➔ **Strategie** per il risultato
- ➔ **Applicazione** delle tecniche di Induzione
- ➔ Tecniche di **approfondimento** dello stato
- ➔ Struttura di una **sessione** e schema di lavoro
- ➔ **Pratica** su altri soggetti

Un metodo funziona quando è applicato con competenza e proposito.



COSA INCLUDE IL PERCORSO

Il percorso non è solo teoria, è applicazione guidata e progressiva del metodo.

- ➔ **Sessioni guidate** con pratica strutturata
- ➔ **Dimostrazioni reali**
- ➔ **Pratica** tra partecipanti
- ➔ **Materiale** di supporto (video e dispense)
- ➔ Possibilità di **verifica e confronto**
- ➔ **Area utenti** disponibile sul nostro sito

L'obiettivo non è conoscere l'ipnosi.
È saperla utilizzare in modo corretto e veloce.



CORSO DI IPNOSI RAPIDA

e istantanea - 2 Giorni intensivi

 **Date:** 18 e 19 Aprile

 **Durata:** 9 ore formative intensive

m. 10:30–13:00, p. 15:00–17:00

 **Modalità di partecipazione:**

- Online in diretta su Zoom
- In presenza a Genova

 **Accesso ai contenuti:**

- Registrazione disponibile (per sempre)
- Materiali didattici inclusi

 **Investimento:**

€240 fino al 13 Aprile

€290 dopo la scadenza

La scelta della modalità non cambia la qualità del percorso.

Cambia solo il modo in cui preferisci viverlo.



IL PASSO SUCCESSIVO

Oggi hai visto la base del processo.

Nel percorso completo impari ad attivarlo in modo rapido e strutturato.

➔ Approfondire con struttura e guida

➔ Applicare con continuità

➔ Praticare sul campo

Il cambiamento non è un evento.

È un processo che può essere attivato e guidato.