

Sådan kom Marianne i gang som alternativ behandler



I denne artikel fortæller Marianne Espensen, Body & Mind Klinik, om de begivenheder, der ligger til grund for, at hun valgte lærergerningen fra og i stedet etablerede egen klinik i Hou som alternativ behandler. Hun fortæller en spændende historie om, hvordan hun selv kom i kontakt med de forskellige behandlingsformer.

- Læs om healing af en ældre dame med brækket lårben og voldsomme smerter, som Marianne lindrede med healing ved intuitivt at lægge to fingre på hendes pande.
- Eller læs om dengang hendes skoleinspektør opfordrede hende til at give zoneterapi på kollegerne inde på sundhedsplejerskens kontor.
- Og om hypnotisøren, der kom på gymnasiet og hypnotiserede de unge mennesker.

- Læs endvidere om hypnoterapi, som er en kombination af coachingsamtaler og hypnose og om, hvordan denne terapiform kan hjælpe på forskellige lidelser.

I klinikken bruger Marianne en kombination af forskellige teknikker, bl.a. hypnose, coaching, zoneterapi o.a.

Læs hele artiklen her:

Sådan kom Marianne i gang som alternativ behandler



Healing

Jeg læste til lærer og havde samtidig fritidsjob på et plejehjem som køkkenpige/rengøringsassistent.

En morgen møder jeg op og kan høre en gammel dame råbe i smerte. Jeg er der for at gøre rent, men går alligevel ind til hende for at se, hvad der er sket. Der står to plejeassistenter derinde og bakser med hende i sengen. Hun har voldsomme smerter efter et fald ud af sengen.

Jeg hører mig selv sige: "Lad hende da ligge, hun har jo brækket lårbenet. " "Tror du det, " sagde de så. "Hvis I nu går ud og ringer efter en ambulance, så skal jeg blive hos hende, " tilbød jeg. Og så helt intuitivt tænkte jeg, jeg tror jeg tager den stol for enden af værelset og sætter mig ved siden af kvinden, som stadig lå og jamrede af smerte. Og så satte jeg min pegefinger og langemand i panden på hende og sad bare fuldstændigt stille og roligt. Efter ½ minut faldt hun i en slags trance og slappede fuldstændigt af. Ti minutter efter kom de to plejeassistenter tilbage, de var fuldstændig målløse. De havde forladt rummet i kaos, og nu lå hun bare og halvsov. Og jeg gik ud og passede mit arbejde.

På det tidspunkt tænkte jeg ikke over at blive alternativ behandler.

Zoneterapi

Plejeassistenterne havde fortalt afdelingssygeplejersken om hændelsen, og da jeg 14 dage senere tilfældigt mødte hende, sagde hun: "Jeg har hørt om dig Marianne." Hun var selv healer og zoneterapeut og brugte fx alternativ behandling af patienternes skinnebessår. "Du har nogle evner, som du skal bruge til noget. Jeg har selv læst til zoneterapeut hos en ældre kvinde, som jeg vil anbefale dig at kontakte og måske tage en uddannelse ved hende. Det skulle du overveje."

Og det satte gang i noget inden i mig. Jeg gik straks på biblioteket og lånte 38 bøger om zoneterapi, syre/base balancen, plus/minus balancen mmm. Og jeg slugte dem bare. Efter sommerferien ringede jeg til zoneterapeuten og kom på et særligt hold med to elever, der blev undervist hver anden weekend.

Hun var meget progressiv. Havde startet Skandinavisk Zoneterapiforening og var i stadig konflikt med Foreningen af Danske Zoneterapeuter, der kun symptombehandlede. Hun syntes, at det var meget vigtigt at give helbehandling, da hele kroppen hænger sammen og skal arbejdes godt igennem ved hver behandling. Hun havde også udviklet sit eget undervisningsmateriale og var en fantastisk lærer.

Da jeg var færdiguddannet, spurgte hun mig, om jeg med min baggrund som lærer havde lyst til at blive videreuddannet til instruktør og hjælpe hende med at undervise i zoneterapi på hendes to skoler i København. Det sagde jeg ja til, og blev der i to år.

Da hun blev ældre og ville trække sig tilbage, spurgte hun mig, om jeg ville overtage hendes undervisningsmateriale. Jeg måtte redigere og udforme det som jeg ville og føre det videre til næste generation. Jeg redigerede materialet, fik det godkendt og solgte det til de foreningsmedlemmer, der underviste i zoneterapi.

Senere fik jeg job på en privatskole i Lyngby, og der fandt de hurtigt ud af, at jeg kunne give zoneterapi. Inspektøren foreslog mig at bruge skolesygeplejerskens lokale, når hun ikke var der. Så jeg behandlede mine kollegaer på skolen og gav også behandling i min fritid.

Hypnose

Mens jeg gik på Virum Statsgymnasium, kom en hypnotisør og lavede hypnoseshow. Vi, der havde meldt os, skulle op på scenen og lave en faldtest, hvor man skulle lade sig falde bagover i hans arme. Det var mit første møde med hypnose, og jeg syntes, at det var fascinerende og helt utroligt.

Senere fik jeg to sønner, der er født tæt på hinanden – den yngste med medfødt knogleskørhed, og det har krævet sin kvinde. I sådan en situation laver man tit undvigemanøvrer for at klare det følelsesmæssige - i mit tilfælde begyndte jeg at overspise og tage på i vægt.

På et tidspunkt indså jeg, at jeg var nødt til at få styr på min overspisning, og besluttede mig for at kontakte en hypnotisør i Århus, som jeg var blevet anbefalet. Efter et par hypnosebehandlinger var min trang til overspisning forsvundet, og som en sidegevinst kom jeg også af med min rygertrang.

For 3-4 år siden fik jeg lyst til at sætte mig lidt mere ind i emnet. Jeg fik af en anerkendt hypnoterapeut et tip om en hypnoseskole i Århus, der blev drevet af en meget dygtig og sympatisk hypnotisør. Jeg fik en masse praktik og teknikker under uddannelsen og prøvede på min egen krop at få hypnose for forskellige traumer i mit liv. Der var også skriftlige opgaver, der skulle løses under forløbet og planlægning af hypnoseseancer.

Det blev klart for mig, at jeg ikke længere skulle være lærer, og jeg besluttede derfor at tage et kursus i coaching, som jeg i dag anvender sammen med hypnose i hypnoterapi.

Hypnoterapi

Hypnoterapi består både af coaching og hypnosebehandling. Først afdækkes ved hjælp af coaching, hvilken ønsket situation, du gerne vil opnå, for at finde kernen i dit problem. Hvad er det ønskede mål? Hvor vil du gerne hen? Herefter anvendes hypnosen, der er en trancetilstand, og hvor det er muligt at

indlejre nye følelser, situationer, og ord. Man kan også afhypnotisere uhensigtsmæssige overbevisninger eller skifte negative forslag ud med positive.

Coaching er samtale på det bevidste plan, der udgør 5-10% af psyken, mens hypnosen når de resterende 90-95% i underbevidstheden. Fx har jeg meget positive resultater, når det drejer sig om angst, lavt selvværd, depression, sorg og ting man hænger fast i.

I min klinik bruger jeg en kombination af forskellige teknikker, bl.a. hypnose, coaching, zoneterapi og andet. Mine klienter hører ofte om mig via Facebook og mund-til-mund metoden.

“Min mission er at hjælpe mennesker mentalt og fysisk, og jeg elsker variationen i mit job.”



Marianne Espensen
Body & Mind Klinik
Espelunden 39
DK-8300 Odder
Telefon.: +45 29 71 64 84
Kontakt@Body-Mind-Klinik.dk
<http://body-mind-klinik.dk>

05.02.2015/Marianne Espensen, Ingrid Ravnsbo og Annette Aabo

Læs om nogle af Mariannes kunders oplevelser <http://body-mind-klinik.dk/referencer>

Læs om hypnoterapi – terapi der forener coaching og hypnose
<http://body-mind-klinik.dk/hypnose>

Læs også artiklen “Når viljen giver fortabt”

05.02.2015/Marianne Espensen, Ingrid Ravnsbo og Annette Aabo