

Zurück zur Lebensqualität

Schwerpunkte

Die Schwerpunkte in der Praxis von Hortense Huget liegen bei der Therapie von Phobien und Ängsten, auch Prüfungsängsten. Sie findet Lösungen bei Leistungseinbrüchen, Schlafstörungen, Aufmerksamkeits- und Verhaltensstörungen bei Kindern. Auch Stresssymptome, Burnout sowie Essstörungen (Bulimie, Magersucht und Übergewicht) behandelt die Therapeutin erfolgreich, hilft bei partnerschaftlichen Krisen und sexuellen Problemen weiter. Suchtverhalten, Schmerzen sowie den Nebenwirkungen bei Bestrahlung und/oder Chemotherapie begegnet die Therapeutin mit klinischer Hypnose. Trauernde und depressive Menschen finden bei Hortense Huget zudem Entlastung und neuen Mut.

Telefon: 0741 – 6537.

Infos im Internet unter:

www.huget-psychotherapie.de

Müdigkeit, Stress, Angst, Depression, Burnout: Viele Personen sind davon betroffen. In der **psychologischen Praxis (HPG)** von Hortense Huget finden Menschen mit verschiedenen Problemen kompetente Hilfe.

Von Uli Küppers

„Ich weiß nicht mehr, was ich machen soll. Ich bin am Ende!“ So beginnt häufig ein Gespräch in der psychologischen Praxis der Heilpraktikerin Hortense Huget in Rottweil. Meistens liegen die Gründe dafür in der beruflichen Überlastung, verbunden mit einem unsicheren Arbeitsplatz oder einem schlechtem Arbeitsklima.

Der Mangel an Anerkennung und Respekt, finanzielle Unsicherheit und eine fragliche Zukunftsperspektive lassen das Selbstwertgefühl sinken. Spätestens dann ergeben sich private Probleme und es kann sich ein depressives Verhaltensmuster entwickeln: Alkohol, Zigaretten und Tabletten sollen für Entspannung sorgen, sexuelle Unlust wird beklagt und in der Partnerschaft beginnt es zu kriseln.

Kommen diese Faktoren zusammen, treten oft körperliche und geistige Erschöpfung, Schlafstörungen, Angstzustände, Konzentrationsmangel, sozialer Rückzug und in schwereren Fällen auch Suizidalität auf. Die Betroffe-



Hortense Huget hört zu und gibt Lösungsansätze.

Bild: Küppers

nen brauchen sofort einen zeitnahen Termin, um aus dieser Abwärtsspirale herauszufinden.

Hortense Huget arbeitete zuletzt 16 Jahre in der Funktionsdiagnostik einer großen Klinik für Neurologie und Psychiatrie. Diese intensive Erfahrung bringt sie in ihrer eigenen Praxis in Rottweil ein. Ihre Fachausbildung zur „Heilpraktikerin für Psychotherapie“ absolvierte sie in München. Es folgten Zusatz- und Fachqualifikationen in Hypnose-, Trauma- und Sexualtherapie, in systemischen und energeti-

schen Verfahren, im Stressmanagement und der Trauerbegleitung.

Bei Menschen, deren Lebensqualität durch Schmerzen, Ängste, Depressionen oder andere Störungsbilder eingeschränkt ist, setzt Huget auf Gesprächstherapie, klinische Hypnose und auf energetische Therapieformen. Sie behandelt Kinder, die unter Ängsten, asthmatischen Anfällen, psychosomatischen Bauchschmerzen und Konzentrationsproblemen in der Schule leiden. Auch Frauen, die sexuell missbraucht wurden, können in der

Rottweiler Praxis mit der entlastenden klinischen Hypnose endlich dieses traumatische Erleben verarbeiten.

Selbst Raucherentwöhnung hat mit klinischer Hypnose eine sehr hohe Erfolgsquote. Der Klient verspürt unmittelbar die positive Wirkung durch ein angenehmes und tief entspanntes Gefühl, das sich harmonisierend auf den gesamten Organismus und das Nervensystem auswirkt. So können sich alle Körperfunktionen spontan erholen und regenerieren.

Bei beginnendem Tinnitus kann ver-

mieden werden, dass die Symptome chronisch werden. Ist dieses Ohrgeräusch bereits chronisch, kann die tiefe Entspannung eine Besserung bewirken und der Klient lernt, sich mit dem unangenehmen Ton zu arrangieren, hat dadurch weniger Stress. Die Hypnose geht dabei nicht mit einem Bewusstseinsverlust einher.

Wieder Lust auf Leben

Hortense Huget hat im Laufe ihrer langen Tätigkeiten in Allgemein- und Fachkliniken nie an Einfühlungsvermögen verloren. Mit großem Fachwissen, Intuition und viel Herzblut stellt sie die Balance im Gesamtsystem ihres Klienten wieder her, so dass er aus seiner Sackgasse herausfindet und wieder Lust auf das Leben bekommt.

Die Therapeutin behandelt ihre Klienten so, wie sie es auch für sich selbst in solch einer Ausnahmesituation wünschen würde. Wertschätzung, zugewandte Konzentration und ein authentisches, mitfühlendes Verhalten in einem geschützten Rahmen sind für sie eine Selbstverständlichkeit.