

Hlubinná abreaktivní psychoterapie

Regresní terapie je prastará metoda léčení tělesna i duševna, kterou v naší zemi rozšířil Ing. Andrej Dragomirecký. Technika regresní terapie spočívá v postupném odhalování a zpracovávání traumatických zážitků, které se v jedinci

hromadí v průběhu jeho jedinečné existence. Zpracovávání spočívá především v odstraňování všech možných typů bolestí jak fyzických, tak duševních. Postupným odhalováním a zpracováváním nahromaděných potíží dochází jedinec k příčině vzniku jeho problému. Tato příčina je rovněž zpracována, čímž se jí v mnoha případech daří v podstatě odstranit. Pravdou však zůstává, že bez přičinění klienta a touhy změnit své pos-

toje jsou výsledky terapie pomíjivé, stejně jako může být pomíjivá i touha klienta nalézt klid a dobrat se k alespoň částečné pravdě. Cílem je tedy pochopit a odstranit vlastní nahromaděné potíže, které se mohou prakticky projevit i za velmi dlouhou dobu po vzniku jejich příčiny.

Metoda je založena na fungování základních psychologických mechanismů, jako je paměť a asociační procesy. Kromě svých léčebných účinků nabízí rovněž možnost nahlédnout do širších souvislostí života a existence vůbec. Může poskytnout zcela nový pohled na situace, ve kterých se nacházíme, a přinést vysvětlení našich problémů v širších souvislostech. Vzhledem ke skutečnosti, že se tento alternativní způsob léčení stal trnem v oku jednotlivých odborných sekcí, a to zejména v psychiatrickém zdravotnictví, kde léčba založená na medikaci téměř znemožnila skutečnou práci jedince na sobě samém, fungují regresní terapeuti pouze soukromě.

Oblasti potíží, kterými se regresní terapie zabývá, jsou velmi široké. Hlubinnou abreaktivní psychoterapii je možné řešit problémy, jejichž příčina je skryta

v podobě traumatu prožitého vědomě či nevědomě v minulosti, které se může projevat v různých modifikacích. Z praxe je možné potvrdit, že v případech, kde problémy nemají vážnější organickou příčinu, je regresní terapie velice účinná.

Regresi je možné úspěšně aplikovat při:

- pourazové rehabilitaci či pooperačních stavech
- chronických bolestech (migrény, problémy se zažíváním, bolesti zad, končetin atd.)
- neurozách (panické stavy, fobie, úzkost, strach)
- vztahových problémech
- psychosomatických potížích
- problémech s nadváhou

Doba terapie je individuální, zpravidla trvá jedno sezení 2 až 3 hodiny, ale řeší-li se potíže vážnějšího charakteru, může se protáhnout i o několik hodin déle. Proto je lepší počítat v den terapie s časovou rezervou. Celková délka terapie je velmi individuální. Za prvé záleží na závažnosti potíží, které klient má, a za druhé na jeho osobnostních dispozicích.

Metoda regrese, pokud je správně vedena, je naprosto bezpečná - klient je během terapie při plném vědomí a po sezení se cítí dobře a uvolněně. Je-li metoda aplikována správně a důsledně, přináší velmi dobré výsledky, které mohou být znatelné již po poměrně krátké době. Ze strany klienta je ale velmi důležitý důkladný výběr kvalitního terapeuta.

Vzhledem k obrovskému množství psychologických směrů a na jejich základě vzniklých terapií je velmi těžké se zorientovat. Občas nezbyvá než podstoupit více alternativ a vybrat si, která je pro každého člověka ta nejlepší. Důležité je, nenechat se odradit neúspěchem při špatné volbě terapeutické metody či nekvalitního terapeuta, protože každému jednoduše vyhovuje něco jiného.

Barbora Balcarová

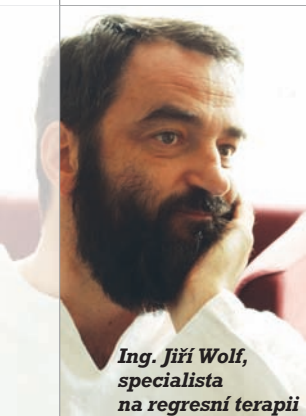
Cordeus a.s. – Centrum trvalého zdraví

Na Dlouhém lánu 11, 160 00 Praha 6

Tel: 251 097 311, 411

E-mail: info@cordeus.cz

www.cordeus.cz



Ing. Jiří Wolf,
specialista
na regresní terapii

Cordeus - Centrum trvalého zdraví relaxace, léčba a odpočinek

www.cordeus.cz



CORDEUS
Centrum trvalého zdraví

Denní lázně



bazén, whirlpool, sauna, hydromasážní koupele, léčebné i relaxační zábaly, aquafitness, cvičení pro těhotné, plavání kojenců, batolat a předškolních dětí

Detoxikace a hubnutí



odborné konzultace a dohled, poradenství v oblasti výživy, oxygenoterapie, hydrocolon terapie, orgánová očista, detoxikační masáže, koupele a zábaly, Biosyn-chron terapie, EAV měření

Masáže



klasická a sportovní masáž lymfatická manuální drenáž masáže lávovými kameny anticelulitidní masáž antistresová masáž aromaterapeutická masáž medová detoxikační masáž čokoládová masáž reflexní masáž baňková tlaková masáž Amma masáž Bowen terapie masáže hlavy a obličeje Spinal touch masáže plosky nohou

Alternativní techniky



bioenergetické terapie, reiki, krystaloterapie, automatická kresba, harmonizace energetických center, léčebné meditace, práce s vědomím, rodinné konstelace, hlubinná abreaktivní psychoterapie



Fyzioterapie



myofasciální techniky, mobilizace kloubů a další speciální techniky Magnetoterapie Elektroterapie Biosynchron terapie

Tělocvična



orientální tanec, rebounding, pilates, kundaliny joga, meridiánové cvičení, chi-kung, tai-chi, cvičení pro těhotné (gravidjoga a fitbally), orientální tanec pro těhotné, orientální tanec s miminkem v náručí

Péče o těhotné a maminky



setkání s porodní asistentkou v bazénu, cvičení pro těhotné, orientální tanec pro těhotné, masáže těhotných, orientální tanec s miminkem v náručí, poradenství ve výživě, masáže miminek, bioenergetické terapie...