



## Kinderwunsch

### \* HYPNOSE KANN HELFEN

Bei Hypnose denkt man nicht unbedingt an Empfängnis. Doch genau diese Methode wenden Nadine Ballmer aus Zürich und Nicole Regli-Freivogel aus Luzern bei Frauen an, die Mühe haben, schwanger zu werden. Anders als in der modernen Hightech-Medizin ist hier die mentale Ebene angesprochen, das heisst, im Unterbewusstsein werden Blockaden und Ängste gelöst. Diese können vielerlei Ursachen haben. Aber was passiert eigentlich bei einer solchen Hypnose? In diesen mental und körperlich total entspannten Zustand, bei dem man aber 200-mal aufnahmefähiger ist als im bewussten Zustand, gelangt man durch Suggestion. Nadine Ballmer verwendet dazu oft das Bild von der Rolltreppe, mit der die Klientin tiefer und immer tiefer «runterfährt» und sich immer mehr entspannt. «Sie soll aber nur so tief gehen, dass sie mir immer noch zuhören und antworten kann. Jetzt versuche ich zusammen mit der Klientin, aus den emotional negativen Ereignissen positive Situationen zu entwickeln, sich und ändern zu verzeihen, um loslassen zu können. Sind die Blockaden gelöst, beginne ich mit Suggestionen in der Gebärmutter, wo die Frau ihr Kind in Empfang nehmen kann. Danach gehe ich jedes Stadium der Schwangerschaft durch und fokussiere mich dabei auf individuelle Bedürfnisse.» Die Therapie eignet sich, sofern eine Schwangerschaft medizinisch möglich ist, für alle, auch für Männer mit Spermienproblemen. Laut Studien sollen Hypnosen die Wahrscheinlichkeit einer Empfängnis um bis zu 30 Prozent und den Erfolg einer In-vitro-Fertilisation sogar um 50 Prozent erhöhen. Zu Beginn haben die beiden Frauen Hypnobirthing angeboten, ein Programm aus Amerika für schmerzfreie Geburten. Als sie aber immer häufiger auch Anfragen für Empfängnis-Behandlungen erhielten, haben sie die Therapie entsprechend angepasst. Eine Garantie kann es aber auch mit dieser Methode nicht geben. **Weitere Infos erhalten Sie bei Nadine Ballmer, Tel. 076 203 22 44, Nicole Regli-Freivogel, Tel. 078 823 85 85, [www.kinderwunschschweiz.ch](http://www.kinderwunschschweiz.ch). Infos über stress- und schmerzfreie Geburten finden Sie unter [www.hypnobirthing-schweiz.ch](http://www.hypnobirthing-schweiz.ch).**

Foto: Mariyal/www.istockphoto.de

IMPRESSUM BRIGITTE MAGAZIN SCHWEIZ ABONNEMENTE Abonnement Schweiz Fr. 114.-/Jahr ABONNEMENTEN Brigitte-Leserservice, Postfach, 6002 Luzern, Tel. 041 329 22 99, Fax 041 329 22 04, [brigitte@leserservice.ch](mailto:brigitte@leserservice.ch), [www.leserservice.ch](http://www.leserservice.ch)  
 Nathalie Schmidhauser, Monika Wilder, Ausstellungsstrasse 25, 8005 Zürich, Tel. 044 444 28 82, [info@brigitteschweiz.ch](mailto:info@brigitteschweiz.ch) VERLAG UND ANZEIGEN Gruner + Jahr (Schweiz) AG, Andreas Baur, Zellweg 15, 8032 Zürich, Tel. 044 269 70 70, Fax 044 269 70 71, [guj.schweiz@guj.de](mailto:guj.schweiz@guj.de)  
 FIK Nimrichter oda ag, Aysun Nimrichter-Ergez, Marcella Hastors, Forchstrasse 279, 8008 Zürich, Tel. 044 262 06 16, [www.nimrichter.com](http://www.nimrichter.com) REPRO Peter Becker GmbH, Deijstrasse 15, D-97084 Würzburg DRUCK Kuncke Druck, Kornkamp 24, D-22926 Ahrensburg