

Afvallen wel of niet virtuele maagband

Afvallen is soms een levenslange strijd.

Ondertussen heb je elk dieet uitgeprobeerd zonder of slechts tijdelijk resultaat. In korte tijd zit het er weer aan en soms nog meer ook dan je woog voordat je begon.

Je kan hier zo moedeloos van worden dat je geen andere uitweg ziet dan een operatie zoals maagband, gastric bypass of een sleeve.

Niet altijd kom je voor een operatie in aanmerking of een echte operatie schrikt je af.

Wat dan?

Afvallen via hypnose

Gewicht verminderen om welke reden dan ook is lastig. Je begint vol goede moed en doorzettingsvermogen. Zolang je je focus erop hebt lukt het wel.

Bij de een na een paar dagen bij de ander misschien pas na een maand komt de klad erin.

Je wordt boos op jezelf en vind jezelf een slappeling...

Niet echt helpend.

Was afvallen maar zo eenvoudig, dan zouden er geen "dikke" mensen meer op aarde rondlopen.

Maar zo eenvoudig is het niet. Er spelen allerlei lichamelijke en geestelijke oorzaken mee.

Je onderbewustzijn speelt een hele grote rol!

Je onderbewustzijn zorgt dat je weer terugvalt in oud gedrag.

Oud gedrag waar je vanaf wil maar wat niet zomaar lukt.

Je onderbewustzijn is hardnekkig in het vasthouden van gewoonten. Heel hardnekkig.

Ik zal het uitleggen met een voorbeeld.

Je schrijft altijd met rechts, dat heb je zo geleerd en dat ben je zo gewend.

Op een dag besluit je dat je met links wil schrijven, waarom maakt even niet uit.

Je gaat vol goede moed aan de slag met oefenen. Onwennig en waarschijnlijk ook spierpijn.

Zolang je elke dag met aandacht en focus aan de slag gaat zal het steeds beter gaan.

Na een tijdje komt er van alles tussen en je raakt je je focus op links schrijven een beetje kwijt. De alledaagse problemen en werkzaamheden eisen je aandacht weer meer en meer op. Dat gebeurt nu eenmaal.

Je neemt steeds minder tijd om links te schrijven tot het punt dat het helemaal uit je gedachten verdwenen is.

Resultaat: je schrijft weer gewoon met rechts alsof je nooit geprobeerd hebt om met links te schrijven.

Dat gaat vanzelf, want schrijven en alles wat je met automatische piloot doet wordt geregeld door je onderbewustzijn. Jouw onderbewustzijn weet niet beter dan dat rechts schrijven fijn is voor jou. Jouw onderbewustzijn doet er alles aan om het voor jou aangenaam te maken. Dus blijf je schrijven me rechts want dat vind je fijn volgens je onderbewustzijn.

Zo gaat het ook met snoepen en verkeerd of te veel eten. Jezelf troosten door eten is van hetzelfde laken een pak.

Zoals in de algemene uitleg over hypnose te lezen is, door rechtstreeks je onderbewustzijn te her-programmeren kun je eenvoudig en snel ingesleten gewoonten doorbreken en veranderen.

Dus wil je van je snoepgedrag af? Of een paar kilo minder?
Dat lukt vaak al in 1 sessie.

***Maar wat als je heel veel kilo's af wil vallen?
Wat dan?***

Virtuele maagband

Voor wie is de virtuele maagband geschikt?

De virtuele maagband is niet voor iedereen geschikt!

Geen enkele methode is toepasbaar op ieder mens. Mensen verschillen van elkaar en ook de eetgewoonten zijn bij iedereen anders.

Of je daadwerkelijk in aanmerking komt voor het plaatsen van een virtuele maagband bespreken we samen tijdens de intake of voorgesprek.

Er zijn meerdere factoren die een rol spelen of een virtuele maagband voor jou geschikt is.

Misschien blijkt dat een alternatief met directe hypnose voor jou beter geschikt is voor het behalen van jouw persoonlijk doelgewicht.

Een uniek concept voor extreem overgewicht

Bijna een jaar lang werd er door het HypnoseCentrum Nederland gewerkt aan het reeds bestaande concept van de **virtuele maagband**. Het gevolg is dat na uitvoerige tests en onderzoek het gehele concept opnieuw ontwikkeld is. De doorontwikkeling van de virtuele maagband resulteert in een hoger slagingspercentage bij mensen met extreem overgewicht.

Een virtuele maagband, wat is dat?

Op bewustzijnsniveau kennen we het verschil tussen werkelijkheid en fictie. Voor het onderbewustzijn echter maakt dit geen verschil. Eenmaal een maagband geplaatst tijdens hypnose zal het onderbewustzijn zich gedragen alsof er daadwerkelijk een operatie heeft plaatsgevonden. Dit resulteert in een vol gevoel nadat je wat gegeten hebt.

Dit volle gevoel zorgt er weer voor dat je geen zin meer hebt om iets te eten waardoor je dus eigenlijk minder eet. Dit heeft tot gevolg dat je minder calorieën binnenkrijgt waardoor vetreserves aangesproken worden en je dus zult gaan afvallen.

Bij het plaatsen van een maagband of maagring wordt de maag, en daarmee de maaginhoud kleiner. Je kunt dus niet meer zoveel eten als je gewend was. Het is dan ook in het algemeen een prima methode voor mensen die te veel eten. Het voorkomt echter niet dat je vaker gaat eten en zo toch te veel calorieën binnenkrijgt.

Eet of snoep jij veelvuldig gedurende de hele dag of drink je veel suikerhoudende frisdrank, bespreek dan of dit de juiste methode is.

Voor emotie-eters zijn er betere, alternatieve methoden die toegepast kunnen worden om jouw persoonlijke doelstellingen te halen.

De virtuele maagband, de afweging in jouw persoonlijke situatie

Je komt in aanmerking voor het plaatsen van een virtuele maagband indien jouw Body Mass Index (BMI) 30 of hoger is.

Aan de virtuele maagband zijn geen risico's verbonden zoals dit mogelijk bij een operatie wel het geval is. Het is een veilige methode die echter alleen werkt indien je voldoende gemotiveerd bent.

Hebben we tijdens de intake samen besloten om de virtuele maagband te plaatsen, dan ben je klaar voor een definitieve omslag in je leven. Een verandering die erop gericht is om je oude eetpatroon te doorbreken en een nieuw en gezond eetpatroon aan te leren. Dit alles zonder dat je er bewust al te veel moeite voor hoeft te doen. Dus niet bezig zijn met eten maar op een natuurlijke en gezonde manier jouw ideale gewicht bereiken.

Hoe gaat het in zijn werk?

Heb je gekozen voor de virtuele maagband, dan doorloop je een traject. Het gehele traject bestaat uit 4 behandelingen waarbij je tussendoor opdrachten uitvoert die in het werkboekje omschreven zijn. Hoewel persoonlijke omstandigheden wijzigingen kunnen inhouden, bestaat het traject uit volgende stappen:

Tijdens de eerste afspraak vindt er een uitvoerig intakegesprek plaats. Hier wordt duidelijk aangegeven wat je mag verwachten maar ook wat we van jou verwachten. Het werkboekje wordt doorgenomen en samen worden doelen gesteld voor het tweede bezoek. Aansluitend vindt de eerste sessie plaats met als doel je te laten wennen aan het fenomeen hypnose. Daarnaast is dit een voorbereiding op wat komen gaat.

Tijdens de tweede afspraak wordt besproken welke opdrachten vervuld zijn en worden nieuwe opdrachten geformuleerd. In de tweede behandeling wordt de virtuele maagband aangebracht waarbij er een simulatie plaatsvindt van een echte operatie, dit om de gegeven suggesties goed te verankeren in het onderbewustzijn. Het advies is om tussen de eerste en tweede behandeling een periode van minimaal 2 weken in acht te nemen.

De derde afspraak vindt plaats 4 weken na de tweede sessie.

Tijdens deze afspraak worden de resultaten tot dan toe doorgenomen, worden opnieuw opdrachten geformuleerd en vindt in een sessie het bijstellen van de virtuele maagband plaats.

In de vierde sessie wordt ingegaan op de reden jij overgewicht had.

Deze aanpak van de bron zorgt ervoor dat je geen compensatiegedrag gaat vertonen.

Afsluitend geef ik uitleg over de thuisessie die je na de laatste behandeling mee krijgt en hoe je die dient te gebruiken.

Uiteraard mag je bij vragen, via de mail altijd op mij terugvallen.

Meer weten of een afspraak?

Neem [contact](#) met me op voor een oriënterend gesprek.