



PASOS PARA HACER UN TALLER DE HIPNOSIS GRUPAL

(apuntes de participante Paqui Ruiz)

Paso 0: Preparación mental propia.

Eliminar negatividad. Animarse. Subir la energía. Música que nos anime, gritar, ducharse.....

Paso 1: Rapport – Ganar confianza con nuestro público.

Hacer que la mente crítica se relaje haciendo preguntas, contando alguna historia que nos ha pasado, pedirles que escriban en el chat....

Paso 2: Crear expectativa real alta.

Objetivos del antes y después. Razones para hacer el taller. ¿Qué problema vas resolver? ¿Para qué? *"Motivar como a un equipo de fútbol"*

Paso 3: Educar, entretener, dar una experiencia.

En este paso comenzamos a hablar sobre el tema del taller. Podemos hacer un ejercicio de visualización, poner algún video, realizar test de sugestibilidad...

Paso 4: Sesión de Hipnosis

La experiencia que nos ha dado Iván ha seguido los siguientes pasos:

1. Inducción con emoción negativa
2. Limpiar – Soltar
Museo transformador
Habitación 1 – Creencias limitantes relacionadas con la emoción.
Habitación 2 – Cine: personar y agradecer
3. Rellenar
Habitación 3 – Nuevas creencias de poder: "El nuevo YO"
Habitación 4 – Futuro YO y volver a nacer
4. Volver a nacer – colapso de anclajes
5. Llevar al futuro
6. Anclaje de recursos
7. Orden post-hipnótica "me merezco todo lo mejor"
8. Salir con sugestión positiva

Paso 5: Ratificar el cambio

¿Qué es lo que más te ha impactado? ¿Qué has sentido?

Paso 6: Final

Seguimiento, llamada a la acción... Lo que quieras hacer con los clientes después: enviar grabación, audio...