

# Informationen für Eltern: Den Wandel gelassen begleiten

Der Übergang vom Kind zum Erwachsenen ist eine Phase des Umbruchs – nicht nur für die Jugendlichen, sondern für die gesamte Familie. Oft ziehen sich junge Erwachsene zurück, reagieren mit Widerstand oder fühlen sich vom Erwartungsdruck der Umwelt überfordert

Die Audio-Hypnose „**Erwachsen werden – Mit Spaß und Neugier**“ bietet hier eine wertvolle, non-invasive Unterstützung. Anstatt mit erhobenem Zeigefinger zu belehren, nutzt diese Anwendung die Kraft therapeutischer Metaphern, um das Unterbewusstsein direkt anzusprechen.

## Wie diese Hypnose Ihr Kind unterstützt:

- **Ablösung ohne Konflikt:** Die Geschichte hilft dem Jugendlichen, die eigene Identität zu festigen, indem sie die Sicherheit der Kindheit mit der Kraft des Erwachsenseins verknüpft.
- **Stärkung der Resilienz:** Durch Symbole wie das Wasserloch oder den „weiten Bogen um die Kakteen“ lernt das Unterbewusstsein, sich vor emotionalen Verletzungen zu schützen und eigene Ressourcen zu nutzen.
- **Druck herausnehmen:** In einer Welt, die oft nur Leistung bewertet, vermittelt die Geschichte den Wert des „Experimentierens“ und des „perfekten Fehlermachens“.
- **Förderung der Selbstständigkeit:** Die Hypnose stärkt das Vertrauen in die eigene Intuition, sodass Jugendliche lernen, Entscheidungen aus einer inneren Ruhe heraus zu treffen.
- **Tiefe Entspannung:** Die 50-minütige Anwendung bietet einen geschützten Raum für Regeneration und hilft dabei, den „Lärm“ des Alltags für einen Moment auszublenden.

## Anwendungsempfehlung

Diese Audio-Hypnose ist ideal für junge Erwachsene ab etwa 12 bis 14 Jahren geeignet. Sie kann abends zum Einschlafen oder in Ruhephasen am Tag genutzt werden. Da die Geschichte auf verschiedenen Ebenen wirkt, ist kein bewusstes „Zuhören“ im Sinne von Konzentration nötig – das unbewusste Denken nimmt sich genau das, was für die aktuelle Entwicklung wichtig ist.