

**Hipnoterapi:  
Prinsip-Prinsip Dasar Praktik Psikoterapi**

**Oleh :  
YF La Kahija**

**Tentang buku ini**

Buku ini berisi tinjauan umum tentang sejarah, psikologi, fisiologi, dan linguistik yang mendasari hipnotisme. Selain itu, juga dipaparkan tentang jenis hipnotisme, prosedur, dan teknik melakukan hipnoterapi. Semua informasi ini akan menjadi pilar-pilar penting dalam memahami hipnotisme secara komprehensif, khususnya hipnoterapi-terapi yang menggunakan hipnosis.

Bila dijalankan secara benar dan profesional, hipnoterapi bisa bermanfaat dalam menerapi banyak gangguan psikologis-organik, seperti histeria, stres, fobia, gangguan kecemasan, depresi, perilaku merokok, sakit kepala dan migren, gangguan makan, alkoholisme, anorgasmia, impotensi, peningkatan konsentrasi, atau kepercayaan diri.

Dalam pengembangan lebih jauh, hipnoterapi dapat bermanfaat untuk meningkatkan visualisasi dan daya ingat, menangani ketakutan bicara di depan umum, vaginismus, psoriasis, dan regresi usia.