

<input checked="" type="checkbox"/> Tilbagemeldinger
--

<input checked="" type="checkbox"/> Reiki-Zone
<input checked="" type="checkbox"/> Hvem er jeg ?
<input checked="" type="checkbox"/> Behandlinger
<input checked="" type="checkbox"/> Kurser
<input checked="" type="checkbox"/> hjemmesiden

## KLIENTERS TILBAGEMELDINGER

(Hypnose)

[Udskriftsvenlig](#)

Du kan finde noget om følgende emner nedenfor. Klik på emnet, så ryger du direkte til den tilbagemelding jeg har fået

Tilbagemeldingerne gengives kun med accept fra afsenderne.

<input checked="" type="checkbox"/> Hypnose
<input checked="" type="checkbox"/> Zoneterapi
<input checked="" type="checkbox"/> Øreakupunktur
<input checked="" type="checkbox"/> Reiki-Healing
<input checked="" type="checkbox"/> Akupressurmassa
<input checked="" type="checkbox"/> Terapi

<input checked="" type="checkbox"/> Tilbagemeldinger
<input checked="" type="checkbox"/> Artikler med

[Til forsiden](#)

[Alkoholafvænning](#)  
[Allergi, migræne, lavt selvværd](#)  
[Angst I](#)  
[Angst II](#)  
[Angst III](#)  
[Angst IV](#)  
[Angst V](#)  
[Angst for at kaste op](#)  
[Angst for at miste + jalousi](#)  
[Balance](#)  
[Coaching i job](#)  
[Depression](#)  
[Dårlige vane](#)  
[Edderkop fobi](#)  
[Eksamensskræk I](#)  
[Eksamensskræk II](#)  
[Ensomhedsfølelse](#)  
[Flyskræk](#)  
[Flyskræk II](#)  
[Generthed I](#)  
[Generthed II](#)  
[Hovedpine](#)  
[Højdeskræk](#)  
[Indre ro](#)  
[Klaustrofobi](#)  
[Kalustrofobi II](#)  
[Kradser sig og glemmer \(barn\)](#)  
[Krise, skilsmisse, intet overskud](#)  
[Kærestesorger, livslyst, vægt, søvn, arbejde](#)  
[Køreprøve](#)  
[Neglebidning](#)  
[OCD](#)  
[Overblik over eget liv](#)  
[Panikangst / selvværd](#)  
[Pillemisbrug](#)  
[Præstationsangst I](#)  
[Præstationsangst II](#)  
[Psoriasis, stress, sød tand](#)  
[Ro](#)  
[Rygestop](#)  
[Rygestop 2](#)  
[Rygestop 3](#)  
[Selvværd I](#)  
[Selvværd II](#)  
[Sengevæder / Vådligger](#)  
[Slankning](#)  
[Slippe cigaretter](#)  
[Social angst](#)  
[Social fobi, rødmen, angst](#)  
[Sorg og kriseterapi](#)  
[Sove problemer 1](#)  
[Sove problemer 2](#)  
[Stress 1](#)

[Stress 2](#)  
[Sukkertrang](#)  
[Sød tand](#)  
[Temperament, adfærd, selvværd](#)  
[Usikkerhed](#)  
[Vandskræk](#)  
[Vrede- slippe bitterhed og sukkertrang](#)  
[Vægttab I](#)  
[Vægttab II](#)  
[Vægttab III](#)  
[Vægttab IV](#)

---

Tilbagemeldinger i december 2007

**Angst for at miste, jalousi (2 behandlinger)**

Jeg har ingen angst mere og jeg forsøger at bruge selvhypnose.

Jeg har lagt mit liv om. Regner med at NLP'en sammen med hypnosen, har fået mig til at nå dertil.

Jeg har nye planer og føler energi til at udføre dem.

X

---

Tilbagemeldinger i november 2007

**Temperament, adfærdsforstyrrelse , lavt selvværd (barn)**

Kære Lykka.

Det er knap 3 år siden du gav vores søn hypnoterapi 2 gange.

Vores søn på dengang 12 år, havde det rigtig svært i skolen. Han kunne ikke styre sit temperament og kom ud i rigtig mange konflikter.

Lærerne kunne efterhånden ikke lide ham og dette kunne han mærke. Hans selvværd faldt og han havde det rigtig dårligt med skolen og at voksne stillede krav til ham.

Det endte med at han kom på en Heldagsskole for børn der har det svært socialt og følelsesmæssig.

Efter 1 års tid valgte vi at kontakte dig, og han kom 2 gange i hypnose, plus at du gav os noget vi skulle læse hver aften som selvhypnose, og hurtigt gik det fremad.

Ikke længe efter kom han i almindelig folkeskole igen og i dag er han en dreng der har det rigtig godt, fungerer godt socialt og har fået et meget bedre forhold til skolelærere. Tak for det.

X

---

**Social fobi, rødmen, angst (1 beh)**

Hej Lykka.

Jeg ville bare lige fortælle dig, at det indtil videre går fint. Jeg har ikke mærket noget til min utryghed, så der har hypnosen virkelig hjulpet.

Jeg har dog ikke været til nogle møder endnu, så jeg ved ikke mht angstanfaldene.

Men der er også sket det underlige, at min ansigtstemperatur er faldet markant siden hypnosen, mystisk men godt ( jeg er jo opereret for rødmen, som du ved).

Tak lykka. God weekend. VH X

---

**Psoriasis, stress, sød tand (1 beh)**

tak for sidst! Jeg har det rigtig godt og spiser hverken is, kage slik eller chokolade og har super meget energi.

Min psoriasis er som den plejer at være, men jeg har også helt vildt travlt her 2 mdr inden modemessen.

Der er desværre ikke tid til at holde pauser, men jeg prøver at være opmærksom på mig selv.

Jeg har ikke været så god til selvhypnosen, har glemt det om aftenen, men har holdt om mit håndled ind i mellem og tænkt mig tilbage på stranden.

Generelt har jeg været noget mere irriteret end normalt, men det kan skyldes varmen osv.

Ang sukkertrangen så har jeg været til en del fødselsdage.

Til den første fødselsdag smagte jeg en knivspids vanille is, og det smagte ikke særligt godt.

Og til de 2 andre fødselsdage smagte jeg krummerne af noget jordbærkage og det smagte fantastisk. Men når jeg ser slik, is og chokolade interesserer det mig overhovedet ikke, det er ikke som før i tiden, hvor jeg sendte det lange øjne.

Jeg føler mig fri og stærk, men også en smule pissede ofr, sur og irriteret, håber det sidste går over. Alt i alt har behandlingen været en stor succes, og jeg er spændt på, hvad der sker med min psoriasis fremover.

Vi snakkes ved.

X

[Til top af siden](#)

---

**Klaustrofobi(1 beh)**

Hej Lykka

Tak for din behandling.

Jeg syntes du var tryghedsskabende og med god kontakt til mig. Og meget etisk med at have et fokus på det afgrænsede du skulle beskæftige dig med i behandlingen.

Jeg havde det godt i elevator. Brugte dine øvelser inden, med at sige ting inden søvn.

Jeg føler frihed og fint at jeg ikke skal op af trapperne, når det er højt oppe jeg skal.

Bruger elevatoren, også de ældre.

Tak

X

---

### **Vægttab, sukkerafhængighed (2 behandlinger)**

Kære Lykka.

Tak for din store hjælp om du så nok så mange gange fortæller mig, at det er min egen viljestyrke, der gælder mest, så er det dig og din indsigt og dit talent der har hjulpet mig på vej til det dejlige vægttab og slikket som jeg lader blive på hylderne i supermarkedet.

Tusind tak for din store hjælp.

X

---

### **Krise, skilsmisse, manglende overskud (1 behandling)**

Hej Lykka

Nu er det vist på tide at give en tilbage melding på mit besøg hos dig.

Jeg synes jeg har det bedre og har fået et størrere overskud til at komme videre. Tror det hjælper mig at jeg snakker lidt med mig selv inden jeg sover.

Kontakter dig hvis det skulle blive nødvendigt igen.

Tak for hjælpen

X

[Til top af siden](#)

---

### **Røgfri ( 2 behandlinger)**

Kære Lykka

Det går supergodt med min nye røgfrie tilværelse.

Jeg nærmer mig snart de 2 måneder uden cigaretter - og er ikke to sekunder i tvivl om, at jeg aldrig mere bliver ryger!!

Tænk at det sku' være så nemt at kvitte 15 års afhængighed - fedt!. Jeg har ikke på noget tidspunkt haft lyst til at bruge nikotinhjælpemidler og irritation, rastløshed, overspisning og hvad der ellers typisk er faste følgesvende til et klassisk rygestop (jo jo har været der før:-)) har der ikke været skyggen af.

Var til min første fest i lørdags - og det gik bare så godt. Min nye identitet som "ikke-ryger" bliver stærkere og stærkere og jeg nyder virkelig hver dag, hvor jeg ikke længere er afhængig.

At være blevet røgfri er virkelig en befrielse for både krop og sjæl og jeg sætter daglig pris på at jeg endelig tog springet - og at jeg var så heldig at støde på dig da jeg sprang.

(Jeg anbefaler dig til alle rygere jeg kommer i nærheden af - så et par ekstra besøg skal du nok få i løbet af de kommende måneder).

X

---

Tilbagemeldinger oktober 2007

### **Flyskræk 2**

Hej Lykka,

Det er efterhånden et par uger siden jeg kom hjem fra bryllupsrejse – en helt fantastisk tur.

Men jeg vil bare fortælle dig at din hypnose har hjulpet mig.

Men jeg tror jeg har haft det lidt modsat af alle andre du har hjulpet. Jeg var død nervøs – ondt i maven mv. i dagene op til jeg skulle flyve, men lige så snart vi ankom til lufthavnen var det overstået og jeg tog det rimelig roligt.

12 timer er en lang flyvetur specielt når de sidste 6 timer foregår med så meget turbulens at selv kabinepersonalet ikke kan servere, men jf. min mand så var jeg forbavsende rolig under hele turen.

På hjemvejen sov jeg en 4-5 timer, hvilket jeg aldrig havde troet!!

Men det vigtigst af alt jeg vil ikke være bange for at flyve igen – der hjemme er det mig der siger hvornår skal vi af sted igen, og det har jeg aldrig gjort før.

Derudover har du haft en indvirkning på andre ting som jeg helt ubevist har været "bange" for f.eks. at min lille hund skulle blive "ædt" af andre store hunde, med det resultat vi er gået over på den anden side af gaden for at undgå en evt. konfrontation, men nu tænker jeg overhovedet ikke over det mere.

Så tak for hjælpen.

X

[Til top af siden](#)

---

Tilbagemeldinger september 2007

### **Angst for at kaste op**

Har tænkt på at skrive mange gange, men har haft travlt siden vi kom hjem,

Min ferie gik rigtig godt .

Med hensyn til mit velbefindende havde jeg den første dag lidt kvalme om aftenen, men vi havde også været oppe siden kl. 3 om natten og jeg havde også lidt dårlig mave. Anden aften havde jeg ikke kvalme men havde ikke så meget appetit. Ellers var resten af turen perfekt, jeg spiste både forret, hovedret og dessert og drak vin, så hypnosen har virket.

De første dage brugte jeg selvhypnose og positive bekræftelser". Jeg har fundet ud af at det mest er frygten for at folk omkring mig bliver syge, der gør at jeg får det skidt. Frygten for at se en være syg (kaste op) er større end frygten for at jeg selv er syg. Men der er ikke noget mere og hvis der skulle være det, har jeg den sætning jeg skal sige til mig selv.

Tusind tak for at bearbejdningen af mit problem, det har hjulpet mig til selv at kunne konfrontere problemet og løse det, i stedet for bare at være underlagt det.

Hilsen X

---

### **Røgfri (1 behandling)**

Hej Lykka.

Weee...;-)

Sørme om jeg ikke stadigvæk er røgfri og jeg har det faktisk super godt med det.

Og det fedeste er at, jeg er så ligeglad med andre rygere...;-)

Så jeg har besluttet at aflyse min aftale på tirsdag, men jeg ringer til dig hvis det skulle begynde at gå ned af bakke igen.

Tusind tak for hjælpen.. Kommer helt sikkert igen, hvis jeg skal have løst nogle andre problemer...;-)

X

[Til top af siden](#)

---

Tilbagemeldinger juli 2007

### **Smerter i benet i mange år og kørekort( 3 behandlinger)**

Kære Lykka.

Det var helt fantastisk, hvad der skete for mig i mandags. Nærmest et mirakel. Næste dag var jeg jo til massage, og i modsætning til før, var mine muskler bløde og bindevævet over hovedet ikke ømt.

Og jeg har fået meget mere styrke, jeg har også fået en anderledes energi.

Det gik også O.K. med min køretime i dag, MEN MEN-- til trods for jeg heller ikke har haft det væmmelige hul i maven - dejligt - så ligger der stadig en lille tvivl og angst i kroppen, så tror du, jeg skal prøve en gang til hos dig?

Jeg følte, det måske gjorde mig lidt nervøs under min kørsel. Det ville være dejligt, at få den der gode seje følelse frem, som jeg ved er et eller andet sted.

Efter sidste hypnoterapi har jeg det så godt. jeg har bestået køreprøven og føler mig styrket på alle måder. Benet har det stadig godt

Tusind tak.

XX

---

### **Motorvejs angst.**

Fra begrænsning til alle muligheder, - en rejse i mit indre univers.

Gennem en årrække har jeg været forpint af angst for at køre på motorveje, både som

bilist og som passager. Angsten er taget til de seneste år; jeg har ofte forsøgt at finde årsag til hvorfor disse tanker er opstået, - selvom jeg har kunnet relatere nogle situationer fra noget kørsel som værende særligt belastende og herefter sagt "farvel" til disse, har det ikke fjernet min massive angst.

Da mit privatliv indenfor det sidste år har ændret sig markant, da min mand på grund er sygdom er blevet afhængig af mig som chauffør er min angst i takt med det helt eksploderet, så det også begyndte at påvirke min kørsel på almindelig landevej, frygt for at der kunne være vejarbejde som så måske medførte omkørsel ned på motorvej o.s.v. Med interesse fulgte jeg udsendelserne på TV hvor personer via hypnose kommer fri af deres forbi og angst.

Kontakter hypnotisøren fra TV, hun har ½ års ventetid, - da jeg er meget motiveret for at få klaret mit problem, anbefaler hun Lykka Teilmann, som jeg ringer til, og får en tid ugen efter.

Lykka byder velkommen i sit intime behagelige rum, spørg mig ud om mit problem, forsøger at beskrive de følelser som farer igennem mig når angsten overmander mig, sved, klamme hænder, hjertet hamre hurtigt, vil bare væk fra stedet/situationen.

Lykka spørger mig hvilken forventninger jeg har til hypnosen, jeg siger at jeg vil køre hvor jeg vil, hvornår jeg vil, bare helt frihed til at køre alle steder og ha det skønt med det.

Lykka fortæller hvordan hypnosen vil forgå, at jeg hele tiden vil være i kontakt med hende, hun spørger ligeledes om det vil være ok for mig at hun undervejs healer mig ved at lægge sine hænder på min mave, det er ok.

Jeg ligger mig på den magelige briks får et tæppe over mig.

Lykkas stemme følger mig afsted - jeg drager ind og ned i mit indre oplevelses kartotek, Lykka ber mig om standse der i mit liv, hvor jeg mærker den samme følelse af angst og ubehag som jeg lige har beskrevet for hende. Jeg må ca. 32 år tilbage i mit liv, sammen med Lykka får jeg gjort op med den episode og for altid er den væk.

Da jeg er "vågnet" op igen, er min fornemmelse at jeg har været hypnotiseret ca. 10 min. Men der er gået ca. 40 min.

Lykka giver mig et stykke papir med en simpel 3 trins metode i selv — hypnose med hjem, denne har jeg op til flere gange benyttet mig af.

Det har været en fantastisk og fascinerende oplevelse, at gå tilbage i sin historie, via Lykka som guide, se sit liv som skrevet op i et kartotek, trække kortet op som forhindre og begrænser en god og harmoniske tilværelse, kig på det, få sagt hvad du ikke dengang fik sagt og stik det ned igen, og så til livet her og nu, være fri, fuldstændig fri af angst, det er så vildt. Jeg kan næsten ikke fatte at det er sandt, at jeg ikke længere er en person med motorvejsfobi, men en kvinde som køre alle steder, uden begrænsning, jeg bestemmer. For øvrigt havde den gamle oplevelse intet med veje og biler at gøre. I skrivende stund er jeg netop hjemvendt fra en miniferie i Sverige, med mig som chauffør, utrolig oplevelse, jeg drønende afsted på alle slags veje, på broer, tunneler, havde det bare så pragtfuld.

XX

[Til top af siden](#)

---

Tilbagemeldinger maj-juni 2007

### **Forberedelse til køreprøve, sportspræstation og selvværd ( 1 behandling)**

Hey.

Der har været en masse administrativt bøvl med min køreprøve så jeg har ikke været oppe endnu., men har været virkelig glad for hypnoterapien. Både med hensyn til bilkørsel, men også på andre områder.

Det har været et enormt selvtillids boost, som virkelig har hjulpet mig bla andet med min sport, men i det hele taget har det været utroligt rart.

XX

---

### **Højdeskræk, stress (2 behandlinger)**

Jeg har været sydpå og vandret i bjerge, så hele familien var meget imponeret, men jeg var da den mest imponerede. Sikke en udsigt.

Jeg er også meget afstresset og må give dig ret i, at hypnoterapi er korttidsterapi. Tænk at det lykkedes på 2 behandlinger. Det var meget behageligt og rart at være i terapi hos dig

XX

---

### **OCD, klaustrofobi , angst for angsten, panikangst**

Hypnosen har hjulpet mig meget mod min angst. Jeg har ikke mere kvalme og min angst er meget mindre, næsten væk når jeg får tanker om at jeg kan dø eller har fået stød når jeg røre ved stikkontakter eller bruger rengørings midler er det også væk. Jeg tør køre i elevator og gå i parkeringskælder.

Min panik angst er også næsten væk, men det aller vigtigste er, at jeg næsten ikke længere er angst for angsten.

Jeg håber 1 gang mere hypnose kan hjælpe på det sidste..

Jeg har været i meget andet terapi, men det er hypnosen, som har hjulpet .

XX

---

### **Pillemisbrug:**

Efter at jeg har været i hypnose 2 gange kom jeg frem til årsagen til mit overforbrug af stesolid . Jeg måtte tilbage til 5 års alderen, hvor jeg var bange og utryk, og da jeg fik fat på følelsen og hændelsen og lavet den om til tryghed og omsorg under hypnosen, har jeg det så godt.

Jeg var ellers meget skeptisk om hypnoterapi kunne hjælpe på mit problem da jeg har prøvet mange ting uden resultat.

Lykka giver en professionel behandling og med den tryghed og varme hun har, håber jeg andre kan blive hjulpet af hende som jeg er blevet.

XX

---



**Sukkertrang**

Kære Lykke!

Det går rigtig godt ang. vingummi, lakrids, bolcher og chokolade, jeg har ikke spist noget af det siden jeg var hos dig første gang d.20. april og har heller ikke haft lyst til det!

XX

[Til top af siden](#)

---

**Sengevæder/vådligger (barn)**

Vores søn på 9 år, har haft problemer med at ligge tør en hel nat.

Det var en meget stort problem for ham, især når han skulle sove ude hos kammerater eller familie eller når han var på tur med andre.

Han tissede flere gange om natten.

Vi havde hørt gennem bekendte, at de havde haft glæde af hypnoterapi med deres barns soveproblemer, så vi fik Lykkas telefonnummer og ringede og fik tid.

Allerede efter første hypnose lå vores søn tør i flere uger. Da han skulle på ferie ville han godt have en ekstra gang og det fik han.

Det er som at få en ny søn. Han sover trygt og godt også ude blandt andre og han strutter af selvtillid. I starten læste vi den historie Lykka havde lavet specielt til ham, nu bruger vi den ikke mere.

Vi kan give Lykka vore bedste anbefalinger. Hun er meget tillidsfuld og var god til at få gjort vores barn tryg..

XX

---

Tilbagemelding marts 2007.

**Sorg og kriseterapi.**

Hej Lykka.

Efter at have fået en gang hypnoterapi hos dig, har jeg fået det imponerende godt.

Du og hypnoterapien har været en uvurderlig hjælp efter at jeg mistede min kone for halvanden måned siden. Jeg sover godt om natten, så tak for terapien og din hjælp. Det har hjulpet fint.

Venlig hilsen

---

Tilbagemelding januar 2007

**Allergi, Migræne, Lavt selvværd**

Kære Lykka!

Jeg vil gerne afbestille min tid på mandag. Det kan være jeg vender tilbage på et senere tidspunkt men jeg føler ikke at jeg har brug for flere behandlinger lige nu :-). Har hverken haft migræne eller nogen særlige allergi-gener, og de konstante sommerfugle i maven er VÆK. Har kun mærket til dem meget kort nogle få gange, men det er lige til at leve med da det går væk meget hurtigt igen.

Resultatet af vores arbejde er fantastisk!

M.v.h.

P.s.: Min date gik godt :-)

[Til top af siden](#)

---

**Kærestesorger, temperament, livslyst, væggtab, søvnproblemer, arbejdsglæde**

Vil gerne takke Lykka for hjælpen gennem 2 år.

Kom op til Lykka for at få lidt styr på mine tanker og mit liv.

Har været der 5 gange tror jeg det er blevet til og har haft stor glæde af den hjælp hun har givet mig til at komme videre i mit liv.

Kom med kærlighedssorger og et temperament uden lige. Havde mistet lysten til mange ting.

Lykka har gennem hypnose og samtaler hjulpet mig med at få et godt forhold til mine børn igen. Hjulpet mig til at se lyst på livet og med at finde arbejdsglæden og glæden til hele livet igen.

Hun har også hjulpet mig til at tabe mig uden jeg har gjort noget ud af min livsstil.

Har mistet lysten til de søde sager uden jeg har tænkt over det.

Den sidste gang jeg var hos hende har nok været den der gav mig mest af alt.

Jeg kom med kærlighedssorger til den samme mand som jeg har været der for alle gangene men denne gang fik jeg vist endeligt lukket og slukket for det kapitel.

Mange ting faldt på plads under samtalen inden hypnosen. Har gennem hypnose fundet ud af hvorfor jeg reagerer som jeg gør når jeg bliver presset.

Samtidig fik jeg sat nåle i det ene øre for bla uro og manglende søvn, hjertebanken og indre stress over mit liv.

Har ikke sovet så godt længe som jeg har gjort den sidste uge og har fået en ro på mig som jeg ikke har kendt til længe. Er blevet mere udadvendt og stråler af mod på livet igen har jeg hørt af mennesker der har set mig inden mine besøg hos Lykka.

Har fået mit glade smilende humør igen.

Siger ikke at jeg ikke tænker over mine problemer men tænker over det hele på en anden måde i dag end for bare 14 dage siden hvor alt var af h til.

Så jeg vil varmt anbefale andre at tage en tur til Lykka når livet gør ondt.

Og gør det gerne igen hvis jeg mærke der er noget galt jeg skal ha hjælp til.

Ved man jo selv gør arbejdet men hjælpes jo på vej af Lykka.

Hele hendes behagelig måde at være på gør en tryk og man slapper af og kan betro hende alt uden hun kommer med en løftet pegefinger.

Og skriver man en mail til hende og spørger hende om hvorfor man reagere som man gør kommer der svar retur og kommer da til at savne de små hilsner fra hende.

Tusind tak for din måde at være på Lykka.

Kærlig Hilsen

Linda

---

### **Slippe cigaretter.**

Hej Lykka

På lørdag fejrer vi 8 mdr.'s røgfrihed. Med den lille modifikation at jeg tillader mig en cigar i ny og næ, og Margit tager lidt nikotintyggegummi. Men cigaretter er passé for os, og der skal noget virkeligt voldsomt til for at vi falder i igen.

Faktisk havde vi allerede aftalt at du skulle modtage en glædelig hilsen fra os på ½-årsdagen, for vi er stadig meget taknemmelige over den støtte du ydede for at få os til at kvitte cigaretterne. Vi bliver rost af vores børn, for nu forpuster vi ikke hverken vores eget hjem, eller deres, med vores røg, som også har generet vores børnebørn.

Også når vi rejser er det behageligt. Vi var bl.a. i Thailand i september, og kunne blot passere de ulækre rygerum specielt i Bangkok.

Jeg ryger kun mine cigarer udendørs, så alene af den grund bliver det jo meget lidt. Jeg vil evt. på et senere tidspunkt overveje helt at sløjfe også denne last, og har tænkt mig så at benytte dig igen. Hvis det altså ikke bare 'løber ud i sandet' af sig selv.

Det mest forunderlige er, at vi egentlig ikke savner cigaretterne længere. Vi er stadig røgfrie, bortset fra min cigar i ny og næ. Igen kommer det os til gavn, når vi i næste uge skal flyve 124 timer. Det bliver ca. et døgn i luften samt nogle ekstra timer ved mellemlanding. Så er det rart at vi ikke undervejs skal lide under savnet af cigaretter. Så vi tænker stadig positivt på den støtte du ydede.

Mange venlige hilsner  
Margit og Steen

---

### **Vrede- slippe bitterhed og sukkertrang (1 behandling).**

Jeg føler at en behandling med hypnoterapi har hjulpet mig en del. De fleste tilfælde hvor jeg har fået tilbudt slik el. lign. har jeg takket nej på grund af en kvalm smag i munden af fisk. Så det har vel hjulpet, men der er, desværre, stadig nogen gange også tilfælde hvor jeg takker ja, uden at tænke videre over det. Jeg ved ikke helt endnu om jeg måske burde give det lidt tid? Eller måske sige ja til endnu en behandling?

Jeg vil også rigtig gerne sige tak for hjælpen omkring min mormor. Efter behandlingen tænkte jeg på nogle ting omkring hvordan jeg havde det med hende da jeg stadig havde kontakt med hende. Og jeg har det meget bedre med tanken nu, jeg føler at jeg endelig har fået det helt afsluttet, og det

har været svært for mig før i tiden. Så du skal have virkelig stor tak for hjælpen. Det er noget der virkelig har hjulpet mig meget.

XX.

[Til top af siden](#)

---

Tilbagemelding december 2006

### **Coaching i jobmæssige forhold**

Tak for din supereffektive og personlige coaching. Jeg var virkelig kørt fast i jobsporet, men du fik mig til at se, at mine frustrationer over mine jobmæssige forhold, virkelig var anvendelige i en videre personlig og karrieremæssig udvikling. Forholdet mellem hvordan vi opfatter os selv og hvordan vi agerer i verden er jo det altafgørende fundament for vores personlige handlekraft. Og det må jeg sige, Lykka, jeg har i hvert fald fundet min, efter at have talt med dig.

Kærlig hilsen Charlotte

---

Tilbagemelding oktober 2006

### **Vægttab- slippe sukkerafhængighed**

Kære Lykka Teilmann.

Nu er der gået vel over en måned siden den hypnoterapi-session hos dig, hvor du gik i dybden med min trang til chokolade- is osv. Jeg har ikke siden rørt nogen af delene og har slet ikke haft lyst til at købe det, hvilket da også er grunden til , at jeg har tabt mig 5-6 kg.

Jeg har i mange år kæmpet med overvægt som stort set skyldes min ubændige lyst til chokolade. Det er en lettelse at være fri for den mani det var, at skulle "støve" hele huset igennem for evt glemte chokoladestykker eller at handle ind i mængder(der mest af alt lignede en børnefødselsdag.

Jeg er mægtig stolt af at kunne holde mig fra det søde og glæder mig til min åleslanke-sunde-skikkelse.

Tusind tak for din hjælp, Lykka.

Kærlig hilsen

Malene

[Til top af siden](#)

---

Tilbagemeldinger fra September 2006

### **Kradser sig i håret og i sår og glemmer ting**

Det går rigtig godt med min datter på 10 år. Det var ikke sådan, at hun holdt op fra den ene dag til den anden, men det blev mindre og mindre med at pille og kradse sig, og i dag har hun faktisk ingen sår.

Hun nævnte dig for et par uger siden hvor hun sagde, at hun ikke har været så bange for ikke at kunne finde sine ting efter hun var hos dig.

Godnathistorien har vi brugt mest i starten første gang faldt hun i søvn, og hørte kun halvdelen. Det samme skete anden gang. Derefter læste vi den et par gange, og så ville hun ikke mere. Måske skulle vi, som du jo også anbefalede have kommet en gang mere

Men alt i alt, tak for en god oplevelse, og jeg håber selvfølgelig, at det kan fortsætte som nu. Ellers kontakter vi dig.

---

### **Søvnproblemer, stress, finde indre ro**

Kære Lykka

Jeg har været utrolig glad for dine 2 hypnoterapibehandlinger og for din rolige måde at være på. Man føler sig meget tryk i dine hænder og jeg kommer helt klart tilbage. Tusind tak !!!

[Til top af siden](#)

---

### **Tilbagemeldinger fra August 2006**

#### **Alkoholafvænning og vægttab I.**

Hej Lykka,

Jeg vil lige meddele dig, at jeg har droppet den daglige flaske vin og det "løse" og har tabt 2 kilo på 14 dage, kombinationen af øreakupunktur og hypnose var fin. Jeg synes jeg er på rette vej og vil godt vente lidt med en ny tid.

B.H

[Til top af siden](#)

---

#### **Eksamenskræk II**

Hej Lykka

Jeg kan med glæde meddele dig, at jeg fik et flot 10-tal til min afgørende eksamen og selve præstationen gik super.

Jeg havde virkelig ro på, så tak for hypnoterapien og fjernhealing.

Tina

[Til top af siden](#)

---

Kombineret behandling:

**Vægttab II, indre ro og balance:**

Jeg har nydt at få en afslappet stund hos Lykka med hypnoterapi. Jeg havde mange forskellige årsager til at komme, men mest var det indre ro og balance samt vægttab, som vi arbejdede med.

Jeg har fået mere ro inden i og har nu lettere ved at sige fra overfor omgivelserne.

Mht. vægttab, så talte vi om at der er mange lag vi skal igennem - ligesom et løg.

Vi arbejdede rundt om emnet ved at tage fat på en masse andre emner først.

Til sidst aftalte vi at kombinere en hypnoterapi time med zoneterapi, og det har hjulpet lige med det samme.

Væske i kroppen samt oppustethed er helt forsvundet, og jeg har lettere ved at mærke mæthed.

Jeg vil fortsætte med disse to behandlinger i fremtiden, for ikke blot har det en virkning, men det gav mig også et frirum til at stresses af fra en travl hverdag.

Lykka var desuden god at tale med om dagligdags problemer.

Det gjorde det meget lettere at håndtere hverdagens små irritationer bagefter.

Jeg vil helt sikkert komme igen regelmæssigt, selvom det mest er for velværets skyld.

Kærlig hilsen Mia

[Til top af siden](#)

---

Kombineret behandling

**Angst, genert, ensomhedsfølelse .**

Jeg har nu kendt Lykka i snart 1 1/2 år, og er kommet hos hende i perioder, og fået behandling i form af samtaleterapi og hypnoterapi.

Jeg henvendte mig til hende da jeg i flere situationer blev hæmmet af min angst, mest i samvær med andre mennesker, jeg var meget genert og tilbageholdende og tænkte meget på hvad andre tænkte om mig.

Jeg kørte lidt i ring med negative tanker om mig selv, hvilket resulterede i at jeg blev meget isoleret, og følte mig ensom.

Jeg kan med glæde sige at, jeg har fået så meget mod på livet; er begyndt at overskride grænser så som at være i focus; mere give udtryk for hvem jeg er.

Jeg har flest gode dage hvor jeg lægger planer og ser optimistisk på fremtiden, da jeg nu kan mærke og se at det kan lykkes.

Jeg har inviteret veninder hjem til mig hvilket er helt nyt for mig, og jeg har været på højskole her i sommer. Jeg har fortsat mange ideer og lyst til meget.

Jeg har løbende benyttet mig af det kvalitetsstyringsprogram, som Lykka tilbyder, som fungerer på den måde, at jeg, et par dage inden jeg havde en tid hos Lykka, tænkte over hvilke problemstillinger der var vigtigst for mig at arbejde med i terapien.

jeg har så skrevet det til hende i dette kvalitetsstyringsprogram, således at Lykka havde mulighed for at forberede sig til jeg kom.

Efter behandlingen (foreløbig har jeg fået 5) har jeg ofte haft det så godt, at jeg måtte skrive til hende dagen efter hvor glad og taknemmelig jeg har været over den mærkbare effekt hypnosen og samtalen har haft.

I et enkelt tilfælde har jeg via dette program spurgt Lykka til råds og hun har svaret hurtigt tilbage, hvilket har været betryggende og jeg har altid haft en god fornemmelse for en kompetent støtte.

Jeg har min egen kode til dette system, så det er kun Lykka og mig der har adgang til det.

Jeg kan varmt anbefale hypnoterapi som behandling, måske i kombination med andet.

Lykka brugte også reikihealing ind imellem, og jeg har følt mig meget tryk og i "gode hænder" hos Lykka.

Jeg har fortalt om terapiformen til venner og kolleger, fordi den har hjulpet mig meget (jeg har prøvet en del anden terapi tidligere bl.a. fobiskole og psykolog.)

Tina

[Til top af siden](#)

---

### **Vandskræk.**

Jeg har overvundet min vandskræk og er begyndt at tage i svømmehallen flere gang om ugen.

Jeg svømmer og nyder den frihed, jeg igen har fået i det dejlige våde element.

Samtidig føler jeg klart at der er sket nogle positive forandringer i mit liv, takket være dig og hypnoterapien.

Tusind tak for din omsorg og tillidsfulde måde at behandle på.

Misse

[Til top af siden](#)

Slut på august 2006

---

### **Barn - Angst for at sove og manglende selvtillid.**

Min søn på 10 år har gennem mange år været bange for at sove. Græd hver aften og kunne kun tænke på uhyggelige ting.

Han var derfor altid træt om dagen og usikker på sig selv.

Vi syntes at vi havde prøvet alt.

Efter at du kære Lykka havde haft ham i hypnose var det en helt anden dreng !!

Samme aften gik han i seng uden at være bange/utryk og det er nu en måned siden og han er stadig en meget glad dreng også om dagen. Han har selvtillid og en tro på sig selv som han ikke havde før. Det har også haft virkning på hans sportsudøvelse, så han ikke har mavepine, når han spiller kamp.

Vi læser tit den historie som du har skrevet til ham om aften.

Han kommer stadig tit listende ind til os om natten, men som han siger: "Det har jeg ikke fået hypnose for".

Og når vi en dag ikke syntes at det er hyggeligt, så ved vi da helt sikkert hvem vi skal henvende os til. For han syntes at det er rart at være i hypnose hos dig, du er fantastisk til børn og de har bestemt ingen skade af at høre på alle de dejlige ting som du siger til dem.

Tusind tak og helt sikkert på gensyn

Vivi

[Til top af siden](#)

---

### **Rygestop - Dårlig vane - Hovedpine.**

Kære Lykka.

Jeg kan ikke takke dig nok, fordi du har hjulpet mig med at komme ud af min afhængighed med nikotinpræparater. Samtidig fik jeg fjernet en meget dårlig vane, som jeg troede jeg aldrig skulle slippe af med. En uvane jeg har haft i 50 år, nemlig at sutte på finger. Min finger var helt ødelagt, men efter en gang hypnoseterapi er jeg helt holdt op med at sutte på finger, og den er blevet så flot.

Alle er meget imponeret, men mest mig selv. Det er helt fantastisk.

Jeg kan varmt anbefale andre at komme i hypnoseterapi hos dig.

Venligste hilsener

Tilde

[Til top af siden](#)

---

Jeg blev rygeafvænnet hos Lykka og var meget skeptisk med hypnosen. Lykka fik forklaret mig på en meget fin måde, hvad der skulle ske og brugte en del tid på samtalen før hypnosen.

Det var rart for jeg blev meget tryk. Jeg var meget bange for at blive hidsig og få abstinenser, men det har der overhovedet ikke været tale om.

Jeg har prøvet rygestop mange gange før, MEN DENNE GANG VIRKER DET KAN JEG MÆRKE.

Du er en meget troværdig og kompetent person, som jeg varmt vil anbefale. Og jeg afbestilte min 2. tid, da 1 behandling var nok. Og jeg er faktisk blevet mere glad. Jeg vil varmt anbefale dig til andre og min hovedpine forsvandt også, så TAK TAK TAK.

Peter

---

Til Lykka

Nu er det 6 uger siden vi var hos dig første gang, og vi er stadig røgfrie, så vi håber, at vi har røget vores sidste cigaret.

Det er meget lettere end vi troede.

Vi har bl.a været til fester, og det har slet ikke generet os, at andre har røget.



Vores hjem lugter godt og vi er rigtig glade.

Mange hilsener

S og S

---

### **Slankning.**

Hej Lykka.

Efter 2 hypnosebehandlinger hos dig er jeg fuldt ud tilfreds med mit vægttab, yes, jeg er på rette vej. Har sluppet den sukkerafhængighed og fundet ud af at det er mig der styrer mit liv og mine madvaner. Jeg har genfundet min selvtillid og ved at jeg når mit mål med at tabe mig, så jeg kan passe den kjole, som hænger og venter i skabet.

Jeg følte mig meget tryk hos dig og dejligt at jeg fik troen på mig selv igen og ved at det(jeg) lykkes. Jeg afmelder så 3 behandling, men ved, at er der den mindste slinger i valsen, kommer jeg bare og får en ekstra gang hypnose.

Mange hilsener

Sigrid

[Til top af siden](#)

---

### **Stress - Depression.**

Kære Lykka.

Efter en meget lang stresset arbejdsperiode, hvor jeg blev udbrændt og måtte sygemelde mig, fik jeg en depression, som blev behandlet medicinsk.

Efter at have været 2 gange hos dig føler jeg, at jeg er på banen igen.

Jeg føler mig ovenpå og fuld af handlekraft og gåpåmod.

Jeg har det super godt og har lyst til at gøre noget. Jeg "rydder" op i mange tingj og er i fuld gang med at gøre noget godt for mig selv.

Mærker også mine egne grænser og hvad der er godt for mig.

Så tusind tak for din hjælp og dit søde væsen.

Stort knus.

Mette

---

### **Flyskræk.**

Kære Lykka.

Jeg afmelder 2. tid.

Tak for hjælpen. Flyvturen blev klaret med et par dybe indåndinger. Ingen angstfølelser.

Det hele gik bare så godt, så verden er nu åben for mig . Selv min mand er imponeret. Jeg tør godt sidde ved siden af føreren i bilen nu.

Tusind tak

Brita.

[Til top af siden](#)

---

### **Neglebidning - Sød tand.**

Hej Lykka.

Jeg fik hypnose hos dig 2 gange i starten af år 2005, dels for at komme ud af chokoladeafhængighed, dels for at holde op med at bide negle, som jeg har gjort hele mit liv (ca 50 år) og dels for at tabe nogle af de mange kg overvægt.

Det er her efter 3 måneder gået sådan, at jeg er holdt helt op med at spise chokolade, har ikke engang lyst til det mere, og neglene er blevet meget lange og flotte.

Det eneste, der ikke rigtig har virket, er væggtab, jeg har kun tabt omkring 2 kg.

Jeg er meget glad for, at i hvert fald 2 af de ønskede ting er lykkedes med din hjælp.

Mange hilsner

Marianne

[Til top af siden](#)

---

### **Overblik over mit eget liv.**

Kære Lykka

Vedr. de lokaler jeg blev behandlet i, var de meget fine, man følte sig afslappet -hyggelige lokaler som emmede af personligt præg. Dette gjorde bestemt at hypnosen / trancen blev nemmere at opnå.

Desuden betyder det meget, at man føler sig tryk ved den person som udfører hypnosen og det er 100 % tilfældet hos Lykka. Mht. om personen som udfører hypnosen og dermed taklede problemet er svært at sige præcist for i mit tilfælde var det i virkeligheden noget helt andet der var problemet og det har hjulpet mig til at komme til kernen af mange andre ting som har generet mig i årevis. Lykka virker på alle måder kompetent og tillidsfuld, sikker på sit område og det er en fornøjelse at komme der.

Det er vigtigt, som jeg forstår det, at man bliver gjort opmærksom på, hvilken en tilstand man skal befinde sig i før man kan komme under behandling, og det følte jeg Lykka gjorde meget ud af at beskrive. Det betød for mit vedkommende, at jeg kom til at befinde mig i det helt rigtige stadie af afslappethed.

Efter trancen kunne jeg huske nogen ting, og andre blev mig fortalt af de ting som var vigtige for det videre forløb af behandlingen, og derfor var trancen som beskrevet og som forventet.

Det der gjorde det behageligt var det rette toneleje fra Lykka som behandler, lokaler og stemningen som helhed. Jeg kan i dag med glæde sige at den behandling jeg fik, har gjort at der er sket en masse gode ting i mit liv, som med sikkerhed vil føre til at mit egentlige formål med besøget løser sig meget snart. Så alt i alt en god oplevelse hvor prisen var passende. Her kan alle være med. Tak for god behandling.

Susan Pape Henriksen

[Til top af siden](#)

---

### **Edderkop fobi - Usikkerhed.**

Jeg gik til Lykka for at få behandlet min fobi for edderkopper. Fobien har styret hele mit liv. Jeg turde ikke være alene hjemme i tilfælde af, at der kommer en edderkop. Jeg var meget nervøs den første gang jeg kom op til Lykka.

Jeg havde let ved at komme i hypnose – det var underligt, mærkeligt og spændende – det jeg kom frem til. Mit mål med at få denne hypnose var, at mit liv skulle blive meget nemmere.

Jeg har fået 3 behandlinger, og jeg er ikke bange for at være alene hjemme mere, jeg har "slået" 2 halvstore edderkopper ihjel efter eget ønske (før hypnosen gik jeg i panik og fik andre til at slå dem ihjel). Jeg har dog ikke "mødt" nogle rigtig store fede sorte edderkopper endnu – så jeg er spændt på om jeg er kommet helt ovre min fobi. Hvis jeg ikke er kommet helt over det – så ved jeg at jeg bare skal have 1 eller 2 behandlinger mere hos Lykka, så skal det nok gå over.

Jeg kan kun anbefale at gå til Lykka – hun er en utrolig dejlig varm person, som jeg har stor tillid til.

Charlotte Paakjær

[Til top af siden](#)

---

Kære Lykka.

Jeg er bare så glad. Jeg er slet ikke bange for edderkopper mere, og da vi efter første hypnose fandt en edderkop hos dig som jeg kunne se på og næsten røre ved, var det bare så sjovt. Samtidig er jeg også blevet mere selvsikker, jeg havde en lærer, som jeg var meget bange for og ikke kunne kigge i øjnene, det kan jeg nu og jeg er slet ikke bange for hende mere.

Du har virkelig hjulpet mig og jeg er glad for at jeg kom op til dig og fik løst problemerne.

Knus fra Nete

---

### **Selvværd - Generthed.**

Kære Lykka,

Jeg kan ikke takke dig nok for din hjælp med min søn på 16 år, som havde problemer med selvværd og generthed.

Han var lige startet på en ny skole, og havde meget svært ved at åbne sig overfor de andre elever. Det var, følte han, sikrere og nemmere for ham at gå for sig selv, så resultatet var at han følte sig ensom.

Efter hypnoterapi og healing hos dig var han tydeligt lettet. Han havde selv lidt svært ved at fornemme ændringen, men det kunne alle vi andre tydeligt. Han er langt mere afslappet og udadvendt, og for hver dag, der går lyser han mere og mere op. Efterfølgende er han blevet glad for at gå i skole (ville hellere i skole end have efterårsferie; den har jeg aldrig hørt før!). Nu har han tilmeldt sig et weekend-kursus med ca. 200 deltagere, som han ikke kender, så man kan nok sige at ændringen er total.

Han har fået en ny tro på sig selv og mod på livet med andre mennesker, og det er din fortjeneste; så tak, søde Lykka!

---

### **Panikangst /Selvværd**

I de sidste år har jeg lidt af voldsom panikangst. Jeg har været i terapi i 9 mdr. for at få hjælp til at mindske angsten, og kontrollere den. Men jeg var ikke tilfreds med resultatet da terapien var slut.

Jeg havde stadig for meget angst, og kunne ikke acceptere at skulle leve med det.

Så fandt jeg Lykka på Internettet, og jeg fik en tid hos hende.

Jeg var ret skeptisk da jeg mødte op første gang. Kunne jeg overhovedet komme i hypnose?? Og i så fald, ville det så virke, så jeg kunne slippe for min angst?

Allerede efter første behandling kunne jeg mærke en forskel. Det var som om jeg manglede en stor del af mig selv, og svimmelheden som fulgte med var mindsket. Efter anden behandling, var mange af de symptomer som fulgte med angsten, enten minimeret, eller helt væk.

Nu efter 4 behandlinger hos Lykka, er min angst næsten væk! Den kan komme i en mild grad hvis jeg bliver stresset, men går lynhurtigt over igen (her bruger jeg nogle af de redskaber, som jeg har fået anvist af Lykka).

Jeg har fået livsglæden tilbage.

Samtidig har jeg også fået en god portion selvtillid, med Lykkas hjælp. Hvor jeg før valgte at mene det samme som andre, for at slippe for at diskutere, siger jeg nu hvad jeg mener. Det er en helt fantastisk fornemmelse! Og jeg lader ikke længere andre 'træde' på mig.

Jeg kan kun anbefale Lykkas behandlinger.

Lykka er en meget rolig og varm person, og hun giver sig god tid til at forklare ting hvis man er i tvivl om noget. Jeg er hende evig taknemmelig, for alt hvad hun har hjulpet mig med.

Kærlig hilsen Christina.

[Til top af siden](#)

---

### **Eksamensskræk - Præstationsangst.**

Hej Lykka!

Nu er min eksame vellykket overstået. Jeg fik et 9 tal, som jeg er utrolig glad for. Eksamen forløb lige som jeg havde foretillet mig. Stemningen var rolig og afslappet lige som jeg havde håbet og oplevet under hypnosen. Jeg var også forbløffende lidt nervøs, med kun få sommerfugle i maven, inden eksamen. Så nu begynder det virkelige liv, som jeg ser frem til med glæde. Tusinde tak for alt hjælpen. Det har lige været det der skulle til, for at få klare eksamen, som jeg nu kan se tilbage på, som en positiv oplevelse.

Endnu engang tak for hjælpen.

Mange hilsner  
Nanna

[Til top af siden](#)

---

### **Social angst:**

Kære Lykka.

Efter 2 behandlinger hos dig sidste år er jeg kommet af med min sociale angst.

Jeg var bange for at køre i bil, bange når jeg skulle præstere noget, være sammen med mennesker, havde angst i maven.

Efter første behandling kunne jeg køre i bil og en bekendt bemærkede, at jeg virkede meget gladere, uden at han vidste at jeg havde været hos dig.

Angsten var minimal og efter anden behandling gik det bare så godt. Når jeg mærkede lidt i maven, prøvede jeg at finde ud af, hvilken situation jeg befandt mig i, trak vejret dybt, brugte de redskaber(ankeret) og selvhypnosen du havde givet mig, lærte at sige til og fra. Jeg føler mig stadig meget styrket og godt tilpas og mit selvværd er kommet tilbage.

Du kan være sikker på, at dukker der noget nyt op, som jeg ikke kan løse kommer jeg igen, men foreløbig virker behandlingen stadig efter et år.

Jeg har anbefalet både dig og din behandling til rigtig mange, da jeg er så glad for at jeg har været hos dig.

Venlig hilsen

Johnny

---

[Til top af siden](#)

[Adresser.](#)

Opdateret 8/1-08