



KIRMIZITÜRK



Kırmızı Türk > KırmızıTürk Videoları & Scanlar & Capsler & Resimler > Spikerler

Dünyası > [KırmızıTürk Özel Röportajlar](#)

Hipnoza Hipnoz Oldum! Mehmet Başkak KırmızıTürk Özel Röportajı

Nickiniz

Beni hatırla

Şifreniz

Kayıt ol

Yardım

Ajanda

Cevap Yaz

LinkBack

Share

TWEET THIS
Seçenekler

Stil

07-07-2013, 09:39

#1

KırmızıTürkRöportaj

Hipnoza Hipnoz Oldum! Mehmet Başkak KırmızıTürk Özel Röportajı

Moderator



Üyelik Tarihi: May 2013

Mesajlar: 24

Teşekkürleri : 0

22 Mesajına 148 Kere Teşekkür

Edilmiş

Resmi Orjinal Boyutta Görmek için Tıklayın...



Hipnoza Hipnoz Oldum! Mehmet Başkak KırmızıTürk Özel Röportajı

Bize öncelikle kendinizden bahseder misiniz Mehmet Başkak Kimdir ?

Klinik psikoloji odaklı Yüksek lisansım var. Yaklaşık 20 yıllık bir eğitimci geçmişim var . Bu eğitimci geçmişin içerisinde üniversiteye hazırlık öğrencilerine dönük çalışmalar yapmaktan tutun da daha sonra şirketlere yönelik kariyer gelişim eğitimlerine kadar geniş bir yelpazede eğitimler yer alıyor. Aslında bir milat verecek olursak 2003 yılından öncesine kadar daha ziyade gençlerle alakalı eğitim dünyası içerisindeyken 2003 sonrasında ana odak ana rota kariyer gelişim eğitimleri , şirketlerin yeniden yapılanma organizasyonları , insan kaynakları eğitimleri , şirketlerde iletişim eğitimleri gibi yetişkinlere dönük eğitimlere odaklandım. 2003'ten sonra ömrümün ciddi bir kısmını bu işe ayırdım.

Hipnoza geçiş nasıl gerçekleşti ?

Hayatımın bir döneminde şirketlere yönelik kurumsal eğitimler verdiğim zamanlar hipnoza önelme ihtiyacı hissettim. İnsanlara sunum teknikleri, beden dili ve iletişim, hitabet sanatı ve etkili konuşma becerileri, iletişim eğitimleri gibi eğitimler veriyordum. Davranış değiştirme ve İletişim ana başlığıyla özetlenebilecek eğitimler... İnsanlara sunum tekniklerini, kalabalıklar karşısında konuşabilmeyi anlatırken hep bir şeyler eksik kalıyordu, çünkü insanlar içsel bir takım engellerden bahsediyorlardı zaman zaman. İnsanlardan gelen sorular, iletişim becerilerinin önünde duran psikolojik engeller beni rayışa sürükledi.Bu işin psikolojik alt yapısını tamamlamak gerekiyordu. Bu da beni hipnoza yöneltti ve hipnoza bulaştığım andan itibaren hipnoz tamamen bütün hayatımı kuşattı. Tabiri caizse hipnoza hipnoz oldum. İnsan hayatındaki en temel en değerli bilgilerden bir tanesini keşfetmişim. Hipnozdan önce hem üniversiteye hazırlık eğitim kurumum vardı hem de danışmanlık şirketim ve Ama hipnoza girdikten sonra hepsini bir kenara bıraktım. Hayatım hipnoz oldu. "Derin Sıçrayış Hipnoz" adlı kitabım çok sattı ve ikinci baskısı yapılmakta...Benim mesleğim hipnoz yapmayı insanlara öğretmek, benim mesleğim insanların hayatlarındaki kötü hipnozları bozmalarını sağlamak ve ve bunun nasıl yapıldığını öğretmek. Bir anlamda dileyen herkese hipnozu öğretiyorum.

Hipnozla ilgili bilindik görüşler var bunu nasıl değerlendiriyorsunuz ?

Hipnozun batıl inançlarla hiçbir alakası yok. Videolardaki eğlence dünyasının şov amaçlı gösterilerden, ya da filmlerdeki yanlış tanıtımlarından dolayı insanlar hipnoza karşı tuhaf bir önyargıya sahip ve bunlar batıl inanç.Hipnoz esnasında kimse kimseyi bayıltamaz. Kimse kimsenin kontrolüne giremez. Hipnoza aldığınız birine istemediğiniz bir şeyi yapamazsınız. Hipnoz esnasında bilinç açıktır. İstemediğiniz sorulara cevap vermezsiniz.İstediğiniz an gözlerinizi açıp kalkabilirsiniz. Hipnoz insanlar için fayda değeri çok yüksek bir bilgidir, bunun dışındaki olumsuz her görüş yanlıştır.

Hipnozun eğitimde kullanımı nasıl ?

Öğrencilerimizin sınav kaygısını yok etmek, ders çalışma alışkanlığı kazandırmak, motivasyon, konsantrasyon, hafıza güçlendirme gibi konular öğrencilerle yaptığımız çalışmalar ve hipnozla bu konularda başarıları yüksek sonuçlar almak her zaman mümkün. Hipnozla sınav kaygısını sıfırlayabilirsiniz mesela. Başka korkuları da sıfırlayabiliyorsunuz. Hipnoz son zamanlarda medyada daha çok görülmeye başladı. Hipnoz , terapi kültüründe Amerika başta olmak üzere bütün dünyada son 15-20 yıldır ciddi şekilde yükselen bir trend, ülkemizde de bizim verdiğimiz eğitimlerle de yıllardır uygulayıcısı artıyor.

Son dönemde popüler kültür de hipnoza yoğun ilgi gösteriyor mesela hipnoz ve zayıflama bununla ilgili neler söyleriz ?

Hipnozla ciddi şekilde zayıflamak mümkün. Hipnozla zayıflayan insanlar

az yiyip tam doyuyor. İnsanların beslenme alışkanlıkları bilinçaltı düzeyde değiştirilerek zorlanmadan zayıflamaları sağlanırken, hareket etmeye, spor yapmaya karşı istekleri artırılabilir. Hipnoz, kalıcı zayıflamanın önemli bir yöntemi olarak bütün dünyada yıllardır kullanılıyor.

Hipnozla doğum da geçen hafta konuşulan konulardan biriydi. Bundan biraz bahseder misiniz ?

Ülkemizde bu konu çok yeni, fakat hipnozla hiç ağrı duymadan güle oynaya doğum yapmak bütün dünyada epey zamandır uygulanıyor. Bizden eğitim alan ya da bizim destek verdiğimiz birçok jinekolog dostumuz, anne adaylarının sıfır sancıyla doğal doğum yapmasını onlarca kez sağlamışlardır.. Artık insanlar elma yiyerek, bulmaca çözerek ya da telefonda oyun oynayarak doğum yapıyorlar. Hipnozla doğum bütün dünyada yükselen bir trend.



Resmi Orjinal Boyutta Görmek için Tıklayın...



Sporda hipnoz çalışmalarından bahsederek burada nasıl kullanımlar var ?

Telkinle sporcunun motivasyonu ve performansı en üst düzeye çıkartılabilir. Benim halihazırda koçluk yaptığım ve olağanüstü sonuçlar aldığımız milli sporcularımız var. Amerika ve Rusya 1950'lerden beri sporcuları yetiştirirken hipnozla onların performansını ve motivasyonunu artırma çalışmaları yapıyor. Bu ülkelerin olimpiyatlarda aldığı madalyalarda

hipnozun katkısı çok büyük...

Medyada hipnozun kullanımını nasıl değerlendiriyorsunuz ?

Reklamcılar hipnotik dili uyguluyorlar. Genelde medyanın kullandığı dil hipnotik dildir. Siyasette , medyada ve reklamcılıkta bunun kullanıldığını çok rahat görebiliyoruz. İnsanlar sürekli kitlesel telkinlere maruz kalabiliyorlar. İstihbarat alanında da CİA ve KGB'nin kullandığını, devletlerin bu konuya dev bütçeler ayırdığını bu alanda ciddi çalışmalar yaptığını biliyoruz. Yine pek çok adli olayda Hipnoz çeşitli amaçlar doğrultusunda değerlendirilebiliyor.

Gün içinde hipnoz için ne tür insanlar geliyor. Hipnoza neden ihtiyaç duyuyorlar ?

Hipnozu fark eden, fayda sağlayacağını düşünen her sosyal katmandan insan hipnoza müracaat edebiliyor. Değişik meslek grubunda insanlar var, işadamları var, sanat dünyasından insanlar var, normal vatandaşta var. Bir kısmı yoğun günlük stresten kurtulmak için geliyor, bir kısmı da psikolojik kökenli sıkıntılarında kurtulmak için. Hayata negatif bakanlar geliyor. Mesela ünlü bir dizi film oyuncusu rolüne adapte olmak için gelmişti hipnoz kullanarak bunu sağladık son derecede mutlu bir sonuç elde edildi.

Uygulamalarınız nasıl gerçekleşiyor ?

İnsanlarla genellikle ortalama 6-8 seans çalışırız. İlk görüşme ayrıntılı bir ön görüşmedir. Yol haritası çıkartırız, devam eden seanslarda mümkün olan en kısa sürede kişilerin amaçlarına ulaşması için hipnotik teknikleri uyguluyoruz. Hipnoz esnasında insanların bilinci açıktır ve fakat mükemmel bir gevşeme yaşarlar ve biz hipnotik telkin/teknik uygulamalarını bu zeminde kullanarak kişilerin yaşam kalitesinde bir fark elde etmeye çalışırız. Hipnozdan sonra insanlar kendilerini olağanüstü rahat ve hoş hissederler.

Medyayı nasıl kullanıyorsunuz. Sosyal medya kullanımınız nasıl ?

Sosyal medyayı aktif bir şekilde kullanmaya çalışıyorum.yaptığımız çalışmalardan haberdar etmek için özellikle. Televizyon programlarına zaman zaman davet ediyorlar; seçerek gidiyoruz. Hipnozun faydalarını anlatabileceğimiz ciddiyete sahip bütün davetlere iştirak etmeye gayret ediyorum.



Resmi Orjinal Boyutta Görmek için Tıklayın...



Gelecek dönemde ne tür projeleriniz var ?

“Derin Sıçrayış Hipnoz” adlı kitabımın ikinci baskısı sırada ve önümüzdeki sonbaharda ikinci kitap çıkacak inşallah. Hipnozla ilgili doğru bilgilerin daha geniş kitlelere ulaşması için yıllardır konferanslar, seminerler veriyoruz, bunların geniş bir alana yayılması doğrultusunda gayretlerimiz var. Gelecek sezon için bir televizyon programı görüşmesi yapıyoruz şu sıralar. Güzel ve ilginç bir proje, gerçekleşirse haftalık bir program olacak. Benim asıl meselem kurumlarda bu işin benimsenmesi. Eğitim fakültelerinde, tıp fakültelerinde, spor akademilerinde hipnozun bir ders olarak okutulması bizim rüyamız.

İş dışında neler yaparsınız ?

Çok okumaya gayret ederim, gezmeyi herkes gibi severim. Ailemle birlikte olmak, dostlarla hayatı hissetmek...İnsan olmak ve yaşamı değişik renkleriyle yudumlamak güzel...Bunları çoğaltmaya çalışıyorum.

KırmızıTürk’ü incelediniz mi ?

Kırmızı Türk, kendi alanında büyük organizasyonlara imza atmış ve başarılı olmuş ve kendini yenileyen ve geliştiren bir çizgisi var. Umarım bu etkisini daha da büyütür. Zaman zaman ben de tıklıyorum yeni bir şeyler var mı merakıyla.

Röportaj : KırmızıTürk

Röportaj Galeri