

Am ajuns la Terapia Bowen la recomandarea mamei prietene.  
Aveam o perioadă cu insomnia, mai precis somn întrerupt,  
mă trezeam la ora 3-4<sup>00</sup> dimineața și adormeam doar spre  
ora 6<sup>00</sup> când trebuia să mă trezesc pentru a mă pregăti  
de o nouă zi de muncă.

După o perioadă cu astfel de somn care dură deja  
aproape de 2 luni eram exhaustată fizic și psihic, în  
partele pentru somn nu erau efectuate.

Sediilele Bowen m-au ajutat să mă relaxez treptat.  
De la o sedință la alta luțam tot mai profund  
în starea de relaxare, iar noaptea somnul începe să se  
normalizeze. Astfel că acum am ajuns să am un  
somn profund, odihnitor și nedeinterupt.

Pot să spun că starea mea generală este mai bună,  
mult mai destinsă, mai comunicativă și veselă, mai  
încrezătoare.

12.11.2019

Tel. 0758.885.008

Măscu Nicoleta

