

nikotin

-frei mit Hypnose

Auf dem Weg zum wieder Nikotin-freien Menschen?

Die meisten, die aufhören wollen, waren damit auch schon mal für eine Zeit erfolgreich und haben schon Erfahrungen mit „Aufhören können“ gemacht. Sie können jetzt diese Erfahrung einbringen, um ganz frei zu werden.

Andere RaucherInnen haben sich noch nicht getraut aufzuhören.

Manche trauen sich nicht, sich zu entscheiden, obwohl sie wollen und suchen noch Information und Klärung

Alle sind willkommen zur Gruppe, um hier zu erfahren, wie sie Ihre jeweils persönlichen Ressourcen zu dem Projekt nutzen werden, das Nikotingift, das Thema “Rauchen“ und die Zigarette hinter sich zu lassen.

Die Zutaten zum Projekt:

- Bedürfnis, Absicht, Wille, Motivation,
- Klärung von Zielen, Klärung von Ambivalenzen
- Zuversicht, Zutrauen, Selbststärkung
- **Starten!**
- Einsatz von persönlichen Ressourcen
- Rückfallimmunisierung und Neuausrichtung

Hypnose als Vehikel dieses Projektes:

Hypnose und Selbsthypnose helfen, die Absicht, das Bedürfnis und den Willen zu stärken, zu verankern und die Motivation zu erhöhen

- Hypnose und Selbsthypnose helfen, Ambivalenzen zu klären und Ziele zu klären
- Hypnose und Selbsthypnose helfen, das Zutrauen zu unterstützen
- **Hypnose zum Starten!**
- Hypnose und Selbsthypnose helfen langfristig frei und gesund zu sein
- Hypnose und Selbsthypnose für den Einsatz von persönlichen Ressourcen
- Hypnose und Selbsthypnose zur Rückfallimmunisierung und Neuausrichtung

Vorgehen:

In 5 Sitzungen werden diese Elemente eines guten Projektweges mit psychologischen Inputs und Klinischer Hypnose eingebracht und von Ihnen in Selbsthypnose/Selbstsuggestion übernommen.
Zielgruppe: 3 TeilnehmerInnen, Preis 300 €

Anmeldung ab sofort.

Ort: AML Institut Systeme

Milton Erickson Institut Bonn M.E.G.

www.meg-hypnose.de; Tel: 0228/9493120