



Hypno-Trance

Coaching

**Nutzen auch Sie die ungeheure Kraft, die in Ihnen steckt -
die Kraft Ihres Unterbewusstseins!**

Die Hypnose ermöglicht es Ihnen, alle Ihre geistigen und körperlichen
Potenziale zu entdecken und zu nutzen.

Auch die Aktivierung von Selbstheilungskräften
kann über das Unterbewusstsein gefördert werden.

Den Möglichkeiten sind hier (fast) keine Grenzen gesetzt.

Gehören auch Sie zu der immer größer werdenden Zahl der Menschen, die die positive
Unterstützung durch die Hypnose nützen wollen, um Probleme zu lösen, Blockaden und
Stress dauerhaft abzubauen, das Rauchen aufzuhören, oder um abzunehmen?

Die Universität Tübingen hat die Wirksamkeit von Hypnose wissenschaftlich nachgewiesen.
Die Ergebnisse finden Sie unter:

<http://www.meg-tuebingen.de/1-hypnose-hypnoseforschung.htm>



Arbeiten in Trance oder Hypnose hat sich in folgenden Bereichen besonders bewährt:

Abnehmen - Der Weg zur Traumfigur

Abnehmen mit Hypnose hat nichts mit einer Diät im herkömmlichen Sinn zu tun: „Schon eher mit einer Mentaldiät“

Mittels Hypnose schafft man Dinge, die auf der bewussten Ebene oft ein Leben lang nicht bewältigt werden. Das Ergebnis manifestiert sich dann im realen Leben „Man hat ohne viel Mühe und ohne Diät abgenommen und vor allem kann das Idealgewicht dann auch noch halten!“



Wie?

In Hypnose wird einerseits ein schneller eintretendes Sättigungsgefühl suggeriert, andererseits wirken wir auch auf Ihr Unterbewusstsein ein, damit Sie in Zukunft lieber zu gesünderen Lebensmitteln greifen. Ohne zu verzichten verspüren Sie einfach weniger Verlangen nach bestimmten kalorienreichen Nahrungsmitteln.

Wichtig: Sie zwingen sich zu nichts, Sie werden es einfach wollen. Auch an körperlicher Bewegung können Sie sich wieder erfreuen! Sie schaffen sich ein Bild, wie Sie aussehen möchten und Ihr Unterbewusstsein wird Sie unbeirrbar dorthin führen.

Alltagsängste und Phobien

sofern es sich dabei nicht um medizinische Probleme handelt

Flugangst und Angst vor Spinnen werden oft synonym für die Vielzahl der Ängste und Phobien genannt, die Menschen das Leben schwer machen können. Es ist immer wieder spannend und ermutigend zu erleben, wie befreit Menschen nach einer Hypnose künftig durch das Leben gehen können.



Blockaden beseitigen

Bereits in der Kindheit aber auch das ganze weitere Leben haben wir (Lern)Erfahrungen gemacht, die unser zukünftiges Denken, Fühlen und Handeln beeinflussen. Viele Probleme im Leben entstehen durch "falsche" Programmierungen des Unterbewusstseins, d.h. durch Programme, die unter heutigen Voraussetzungen nicht mehr sinnvoll, ja oft kontraproduktiv sind. Diese aufzuspüren und zu lösen ist eines meiner Spezialgebiete.



Präsentations- und Auftrittstuning

Sie wollen bei Ihrer nächsten Präsentation oder Ihrem Auftritt so richtig glänzen?

Lassen Sie Ihr Unterbewusstsein für sich arbeiten und holen Sie das Beste aus sich raus! Aktivieren Sie für Zeitpunkt x all Ihre Fähigkeiten und brillieren Sie durch Präsenz, Charisma, Charme und Kompetenz.





Prüfungsvorbereitung, Denk- und Lernfähigkeit erhöhen

Sie wollen nicht länger vor Prüfungen nervös sein, sich vor Black-outs fürchten, oder ähnliche Problemstellungen? All diese Themen können mit Hypnose sehr gut bearbeitet werden. Auch das beschleunigte Erlernen von Sprachen und die Verbesserung des logischen Denkens sind wirkungsvolle Einsatzmöglichkeiten der Hypnose.



Raucherentwöhnung - mit vorbeugender Gewichtskontrolle

Die Raucherentwöhnung ist gemeinsam mit dem Abnehmen wohl die bekannteste Anwendung der Hypnose.

In drei Sitzungen zum Nichtraucher!

Ohne Mühe und ohne Entzugserscheinungen das Rauchen aufzuhören ist der Wunsch vieler Raucher.

Egal ob Sie das erste Mal aufhören möchten oder Sie haben schon alles versucht, um endlich mit dem Rauchen aufzuhören. Jetzt ist Schluss mit dem Rauchen! Mit Hypnose kann Ihr Bedürfnis zu Rauchen einfach aus Ihrem Unterbewusstsein entfernt werden. Sie müssen auf nichts verzichten und werden die neu gewonnene Freiheit genießen. Auch die Angst nach dem Aufhören zuzunehmen ist unbegründet. Dem kann in Hypnose wirkungsvoll entgegengewirkt werden.



Tiefenentspannung/Stressabbau

Sie haben viel Stress und Probleme sich zu entspannen?
Sie können sich kaum aus Gedankenspiralen befreien?
Sie schlafen schlecht, oder schlafen schwer ein?

Dann ist die Hypnose das geeignete Mittel zur Wahl. Gerade die Tiefenentspannung ist ein ideales Anwendungsgebiet der Hypnose.



Schmerzreduktion und -kontrolle:

Sobald der Schmerz seine Aufgabe als Signalfunktion erfüllt hat, führt er oft als chronischer Schmerz ein Eigenleben. Die Hypnose bietet ein breites Spektrum der Schmerzbeeinflussung und Bewältigung, dazu kommt eine Senkung der Angst vor dem Schmerzerlebnis. So z.B. beim Zahnarztbesuch: wird die Nervosität vor dem Zahnarztbesuch so groß, dass man lieber gar nicht hinget, sollte man etwas unternehmen. Hier kann Hypnose wesentlich zur Entspannung vor und während dem Termin beitragen.





Selbstwertgefühl stärken

Vieles bliebe uns erspart, würden wir aus gesundem Selbstbewusstsein heraus agieren.
Doch worin äußert sich mangelndes Selbstwertgefühl?
Schüchternheit, Unwohlfühlen in Gruppen, das Gefühl übergangen zu werden, sich selbst nicht gefallen, sich nicht trauen auf andere zuzugehen, Kritik vermeiden, sich nicht durchsetzen, die eigene Meinung hintanhaltend, Angst vor öffentlichen Auftritten und vieles mehr.

Diese Probleme sind in der Hypnose meist relativ einfach in den Griff zu bekommen.

Zielerreichung und Motivation

Sie wissen, was Sie erreichen möchten und brauchen etwas mehr Schubkraft?
Holen Sie sich Unterstützung von Ihrem Unterbewusstsein – es wird alles unternehmen um Sie dorthin zu bringen, wohin Sie gerne möchten. Gemeinsam bringen wir Ihr Ziel Ihrem Unterbewusstsein näher
Klärung > Motivation>Erreichung > Absicherung

Sporthypnose

Im Spitzensport werden Mentaltraining und Hypnose bereits seit Jahrzehnten erfolgreich eingesetzt. Insbesondere bei Sportarten, die hohe Konzentration erfordern (z.B. Golf), sind die Ergebnisse wirklich eindrucksvoll.



... und vieles mehr

Schildern Sie mir Ihr Problem und ich sage Ihnen umgehend, ob ich Ihnen helfen kann. Kontaktieren Sie mich für ein kostenloses Vorgespräch. Meine Kontaktdaten finden Sie **HIER!**

0699 – 17 000 435