Rauchfrei mit Hypnose

Es erscheint immer unmöglich, bis man es gemacht hat

Nelson Rolihlahla Mandela 1918-2013,
südafrikanischer Anti-Apartheid-Kämpfer, Politiker und Nobelpreisträger

„Rauchen gefährdet Ihre Gesundheit" – welcher Raucher ist sich dieses Risikos nicht bewusst? … schließlich weist jede Zigarettenschachtel darauf hin!

… und doch fällt es „Nikotinabhängigen" schwer, die Sucht zu besiegen. So kann die Zigarette, je nach individuellem Bedarf: der Entspannung, der Anregung oder auch der Kommunikation ... dienen.

Nichtraucher sein

Wenn nun trotz dieser „Vorteile" der Wunsch besteht Nichtraucher zu sein, dann freue ich mich, Sie mit der Hypnotherapeutischen Raucherentwöhnung in Anlehnung an das „Tübinger Programm" sowie des „SMOKEX-Verfahrens" unterstützen zu dürfen.

In der ressourcenorientierten Einzel- oder Gruppenarbeit (3-5 Stunden), können Sie u.a. erfahren:

- welche neuesten Erkenntnisse es über chemische und hirnphysiologische Prozesse gibt
- warum Rauchen entspannend oder auch anregend wirken kann
- was Rauchen und Essen gemeinsam haben
- weshalb hin zu …
  und nicht weg von … (Zigaretten)
- von den apokalyptischen Reitern
- … und der Weisheit des Unbewussten Ich …

Gern begleite ich Sie auf den Weg in eine rauchfreie Zukunft!

Wer den Hafen nicht kennt, für den weht kein Wind aus der richtigen Richtung.

Lucius Annaeus Seneca 1–65 n. Chr.,
römischer Philosoph, Dramatiker, Naturforscher und Politiker

Lebenswege

Marion Kästel
Heilpraktikerin
für Psychotherapie

Graßhoffstraße 1a
32425 Minden

Telefon 0571 91191830

www.lebenswege-mk.de
info@lebenswege-mk.de

Mitglied im

Berufsverband der Hypnosetherapeuten e.V.

Zertifiziert durch

Institute of Clinical Hypnotherapy & Psychotherapy