

Detailinformationen zum Thema „Gewichtsreduktion“

Wenn Sie fest entschlossen sind abzunehmen, können Sie mit nur einer Hypnose-Sitzung eine große Unterstützung hierzu bekommen.

Natürlich ist Hypnose keine Zauberei (auch wenn die Resultate manchmal an daran denken lassen), weshalb die Pfunde nicht allein durch die Hypnose purzeln werden.

Eine Änderung von Ess- und Bewegungsverhalten sind das Ziel.

Wenn Sie wirklich abnehmen wollen, kann Ihnen die Hypnose dabei helfen, die innere Einstellung zu gesunder Ernährung und die Motivation zu mehr Bewegung zu wecken und zu steigern.

Denn hier liegt zumeist das Problem bei der Gewichtsreduktion: Der Weg ist klar und die Ziele sind gesteckt. Doch oftmals schwindet nach kurzer Zeit die Motivation. Man „sündigt“ hier und da und die guten Vorsätze werden über Bord geworfen.

Durch Hypnose wird Ihnen das nicht mehr passieren. Der innere Kampf gegen sich selbst ist nach der Hypnose nicht mehr erforderlich. Das Verlangen nach z.B. Schokolade ist einfach weg. Stattdessen entsteht aber beispielsweise plötzlich ein Verlangen nach einem Apfel.

Hypnose schafft eine klar spürbare, positive Änderung Ihrer Verhaltensmuster – für Ihren Erfolg!

In der Regel ist dafür nur eine Intensiv-Sitzung erforderlich, die zwischen 3 und 4 Stunden dauert. Diese Sitzung gliedert sich in ein ausführliches Vorgespräch und die eigentliche Hypnose.

Im Vorgespräch klären wir auf der Ebene des Verstandes, in welchen Situationen Sie etwas essen und was Sie über den Tag verteilt alles essen. Außerdem sprechen wir darüber, wann und wie viel Sie sich bewegen.

Gemeinsam überlegen wir, was sich an Ihrem Ess- und Bewegungsverhalten ändern muss, damit Sie Ihr Ziel erreichen.

Im Anschluss an dieses Vorgespräch folgt die eigentliche Hypnose, in der das neue Ess- und Bewegungsverhalten ins Unterbewusstsein gebracht wird.

Dauer: 3 bis 4 Stunden (Intensivsitzen) Preis: 289,- €