

## Detailinformationen zum Thema „Steigerung von Selbstbewusstsein / Motivation“

Fällt es Ihnen manchmal schwer über den eigenen Schatten zu springen? Oder fragen Sie sich manchmal, warum andere Menschen Dinge so leicht tun können, bei denen Sie Schwierigkeiten haben?

Wäre es nicht manchmal viel einfacher, wenn Sie sich in bestimmten Situationen anders verhalten könnten? Wenn Sie Ihre Gefühle nicht von bestimmten Verhaltensweisen abhalten würden?

Mit Hypnose können Sie Ihre Verhaltensmuster bereits im Unterbewusstsein ändern.

Wussten Sie, dass es für das Gehirn keinen Unterschied macht, ob man eine Situation tatsächlich erlebt hat, oder sich diese nur vorstellt? Zu diesem Ergebnis kommt die moderne Hirnforschung. In beiden Fällen sind die gleichen Hirnareale aktiv. Das ist einer der Gründe, warum eine Verhaltensänderung mit Hilfe von Hypnose so leicht zu erreichen ist. Denn in der Hypnose ist die Vorstellungskraft besonders lebendig, wodurch allerlei Situationen durchgespielt werden können und man selbst daraus profitieren kann, indem das Verhalten geändert wird.

Zunächst wird anhand von konkreten Beispielen aus Ihrem Alltag die Ist-Situation analysiert. Wir legen dann gemeinsam fest, was sich an Ihrem Verhalten ändern muss, damit Sie Ihre Ziele erreichen.

Es werden alle momentanen Verhaltensweisen beleuchtet, die hinderlich sind. Ebenso auch alle Verhaltensweisen, die zukünftig stärker betont werden sollen.

In der Hypnose werden dann diese neuen oder veränderten Verhaltensweisen ins Unterbewusstsein eingebracht. Dort werden Sie dann zu Ihrer neuen Realität. Gefühle, die Sie bislang in bestimmten Situationen hatten und in Ihrem Verhalten beeinflusst haben, sind einfach nicht mehr da, oder nur noch in abgeschwächter Form vorhanden. Es sind möglicherweise mehrere Sitzungen erforderlich, jedoch lassen sich oft bereits nach einer einzigen Sitzung schon erstaunliche Resultate beobachten.

Dauer: 1,5 bis 2 Stunden (Einzelsitzung) Preis: 96,- €