

0855 Raucherentwöhnung durch Suggestion

Sie möchten mit dem Rauchen aufhören, der Gestank geht Ihnen auf die Nerven, Sie sind es leid, sich bei jedem Wetter ins Freie zu stellen, nur um Ihre Sucht nachzugehen, Ihr Husten wird immer schlimmer, Ihre Haut hat keinen Teint mehr, mit Ihrem Geld wissen Sie auch Besseres anzufangen, aber sie schaffen es einfach nicht. Dann probieren Sie es doch mit Suggestion.

Das Ziel:

In diesem Seminar werden Sie zuerst entspannt und in Trance gebracht. Sie hören suggestive Texte, mit welchen Ihr Unterbewusstsein angesprochen wird. Dadurch soll Ihr Wille gestärkt werden, sodass ein Prozess beginnt, welcher Sie in Ihrem Vorhaben unterstützt.

Die Zielgruppe:

Alle Personen, die wirklich vorhaben, mit dem Rauchen aufzuhören. Setzen Sie sich Ihr Ziel am Vorabend des Seminars und freuen Sie sich darauf, dieses Ziel mit Ihrer Willenskraft umzusetzen.

Die Inhalte:

- Vorstellungsrunde, Besprechung und Erklärung einer suggestiven Wirkung
- Entspannung, Versetzung in Trance, Arbeiten mit suggestiven Texten, Verankerung, Auflösung.

Die Trainerin:

Jana Varga-Steininger

Hinweis:

Bitte in gemütlicher Kleidung kommen, Socken mitnehmen, ev. eine Weste, da der Körper in der Trance, ähnlich wie im Schlaf, auskühlt. Schwangerschaft, Diabetes und Anfallserkrankungen bitte vor der Kursanmeldung bekanntgeben. Bitte nehmen Sie, wenn vorhanden, eine Gymnastikmatte bzw. ein Handtuch mit.



Kursbuchung und weitere Details unter **0855** im WIFI-Kundenportal:

www.wifi.at/ooe