

Rauchfrei mit Hypnose



dusk | fotolia.com

**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 Zigarettschachtel 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 hirnhysiologische 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



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