

# 25% Gutschein

Mit diesem Gutschein erhalten Sie einen Nachlass von 25% auf Ihre erste Sitzung.  
Ein Gutschein pro Kunde. Nicht kombinierbar mit anderen Angeboten.

Gültig bis 30.06.2019



**Anne Dombrowski**

Heilpraktikerin für Psychotherapie

**Perlentaucher**

Praxis für Hypnose, Kinesiotherapie und Mentaltraining

Kammer-Str. 9

10589 Berlin

## Haben Sie Fragen?

Möchten Sie mehr erfahren oder einen Termin vereinbaren?  
Dann schicken Sie mir eine E-Mail oder rufen Sie mich an.

Telefon: 0151- 68 17 44 00

E-Mail: kontakt@praxis-perlentaucher.de

Web: www.praxis-perlentaucher.de



**PERLENTAUCHER**

Praxis für Hypnose, Kinesiotherapie und Mentaltraining



# GEWICHTS-REDUKTION

Leichter Abnehmen mit Hypnose

## Abnehmen mit bloßer Willenskraft?

Sie möchten gerne abnehmen und es fällt Ihnen schwer, die notwendigen Veränderungen mit purer Willenskraft nachhaltig umzusetzen? Damit sind Sie nicht allein. Innere Persönlichkeitsanteile, wie z.B. der innere Schweinehund, der einfach keine Lust auf Sport hat oder die Genießerin, die kein Stück Schokolade auslässt, können bei solch einem Vorhaben mächtige Gegenspieler sein. Durch hypnotische Suggestionen können Sie nachhaltig auf diese Anteile einwirken und so das Erreichen des eigenen Wohlfühlgewichts optimal fördern.



## Wie kann Hypnose bei einer Gewichtsreduktion helfen?

Die Hypnose stößt im Unterbewusstsein einen Abnehmprozess an. Einerseits werden **körperliche Prozesse** angeregt, andererseits können bestimmte **Verhaltensweisen** oder **Denkmuster** nachhaltig verändert werden. Man könnte auch sagen, die eigene Willenskraft wird mit einer Art Stärke, Motivation und Gelassenheit aus dem innen heraus ergänzt. Damit können sich Dinge plötzlich ganz leicht anfühlen, die vorher vielleicht schwer und zäh waren.

- Nachhaltige Veränderung des Essverhaltens
- Der Stoffwechsel wird angeregt
- Sie widerstehen Versuchungen leichter
- Die Lust auf Bewegung wird erhöht
- Ein schnelleres Sättigungsgefühl wird aktiviert
- Das allgemeine Wohlbefinden wird gestärkt

## Wie viel kann man mit Hypnose abnehmen?

Hier gilt der Grundsatz: Die Hypnose kann nur bewirken, was der Körper erlaubt. Jeder Körper, jeder Stoffwechsel ist anders. Weitere Faktoren sind die individuelle Fettverbrennung, die tägliche Bewegung sowie die Dauer der Übergewichtigkeit. Aus diesem Grund lassen sich keine Pauschalaussagen treffen. Wenn man eine generelle Aussage treffen wollte, sind für den Anfang **ein bis drei Kilogramm pro Woche** realistisch.

Sollte sich nach drei Sitzungen noch keine Gewichtsveränderung ergeben haben, spricht vieles dafür, dass eine Kontraindikation in Form einer Stoffwechselerkrankung, einer Nahrungsmittelallergie oder hormoneller Probleme vorliegt. In diesem Fall ist Hypnose nicht die richtige Behandlungsmethode.

Durchbrechen Sie Ihre inneren Muster, die Sie beim Abnehmen behindern!

## Wie häufig wird eine Gewichthypnose durchgeführt?

Die Hypnose zur Gewichtsreduktion kann **einmalig** (bei kleineren Anliegen) **oder kontinuierlich** durchgeführt werden. Bei langfristigeren Abnehmprozessen mit 10 kg und mehr sollten die Suggestionen regelmäßig wiederholt und aufgefrischt werden, um zu verhindern, dass sich die Wirkung schnell „ausschleicht“.

Ich biete 3 verschiedene Behandlungsmodelle an, die in Bezug auf Dauer und Intensität an die individuellen Bedürfnisse des Klienten oder der Klientin ausgerichtet sind.

**Gerne berate ich Sie, welches Modell bei Ihnen am erfolgversprechendsten ist.**

Jetzt kostenfreien Kennenlerntermin vereinbaren!

## Gewichtsreduktion Basis

Das Behandlungsmodell Basis umfasst **2 Sitzungen** à 90 Minuten. Es beinhaltet:

- ✓ Erstgespräch & Anamnese
- ✓ Suggestionen zur Gewichtsreduktion
- ✓ Setzen eines Duftankers zur Aktivierung der Hypnose

Komplettpreis (2 Sitzungen) ..... 240 Euro

## Gewichtsreduktion Intensiv

Das Behandlungsmodell Intensiv umfasst **4 Sitzungen** à 90 Minuten. Es beinhaltet zusätzlich zu den Inhalten der Gewichtsreduktion Basis:

- ✓ Lösung von inneren Blockaden
- ✓ Visualisierung und Verankerung des Zielgewichts im Unterbewusstsein
- ✓ Exploration des Gewichts als Symptom und des zugrundeliegenden Bedürfnisses
- ✓ Zusätzliche Suggestionen, maßgeschneidert auf die jeweiligen Herausforderungen im Abnehmprozess
- ✓ Suggestionen zur Verstärkung der Motivation und des Durchhaltevermögens

Komplettpreis (4 Sitzungen)..... 480 Euro

## Gewichtsreduktion Premium

Das Behandlungsmodell Premium umfasst **6 Sitzungen** à 90 Minuten. Es beinhaltet zusätzlich zu den Inhalten der Gewichtsreduktion Intensiv:

- ✓ Analytische Aufarbeitung und Lösung der für das Übergewicht verantwortlichen Ursache
- ✓ Arbeit mit dem inneren Team, wie z.B. dem inneren Schweinehund oder der Genießerin, die den Abnehmerfolg oftmals erschweren
- ✓ Aktivierung von zusätzlichen Ressourcen

Komplettpreis (6 Sitzungen)..... 720 Euro