

# Rauchen aufhören durch eine Raucherentwöhnung mit CQM und Hypnose in Dresden



Das Rauchen aufhören wird durch eine Raucherentwöhnung mit Hypnose und CQM deutlich einfacher. In meiner Hypnosepraxis in Dresden-Niedersedlitz erfahren Sie viel über die häufig unbewussten Hintergründe des Rauchens. Mittels CQM und Hypnose werden die tief im Unterbewusstsein vergrabenen Ursachen des Rauchbedürfnisses ausfindig gemacht und gelöscht.

Möglicherweise haben auch Sie schon mal von Menschen gehört, die das Rauchen aufgaben und dann binnen kürzester Zeit deutlich zugenommen haben, oder aber auch von solchen, die man dann kaum ansprechen konnte, aus Sorge sie würden jederzeit emotional explodieren.

Ziel der Raucherentwöhnung mit Hypnose und CQM ist es, viel streßresistenter zu sein, bzw. viele Dinge gar nicht mehr als Streß empfinden zu können. Dadurch bleibt man auch ohne Rauch entspannt und auch die von vielen befürchtete deutliche Gewichtszunahme bleibt aus, da sich das Essverhalten nicht ändern muss.

Eine grundlegende Gemeinsamkeit haben die meisten rückfälligen Ex-Raucher, sie leiden auf die eine oder andere Art unter intensivem Stress, meistens gerade zum Zeitpunkt des Rückfalls, wie z.B. durch Todesfälle in der Familie, Partnerschaftskrisen, berufliche Überforderung oder auch den Verlust des Arbeitsplatzes. Um auch hier eine langfristige Wirksamkeit der Raucherentwöhnung erreichen zu können, hat sich die Hypnose in Verbindung mit der Vermittlung von Selbsthypnose sehr bewährt.

In meiner Praxis gehe ich in der Hypnose zur Raucherentwöhnung in aller Regel wie folgt vor:

## 1. Sitzung (ca. 2-3 Stunden)

1. Analyse des Rauchverhaltens und der Rauchauslöser (z.B. Stress, Langeweile, zum Kaffee, im Gespräch mit anderen Rauchern usw.)
2. Erläuterung der tatsächlichen Bedürfnisse des menschlichen Körpers, die bisher durch Rauchen befriedigt wurden. Hierzu gehört auch ein Einblick in gewisse Verarbeitungsprozesse unseres Gehirns. Und das ganze nicht wissenschaftlich sondern praktisch umsetzbar.
3. Visualisierung der Situation mit sowie ohne Zigarette

4. Auflösung von Verhaltens- und Denkmustern, die bisher immer dazu geführt hatten, dass die Zigarette geraucht wurde und Stärkung des guten Gefühls in der rauchfreien Situation
5. Abbau verschiedener Stressfaktoren durch besseres Verständnis der Verarbeitungsprozesse in unserem Gehirn und durch die Mentaltechnik CQM.
6. Entspannungshypnose mit Anregung der Selbstheilungskräfte

## **2. Sitzung ca. 1-2 Wochen nach der Erstsitzung (ca. 1-3 Stunden)**

1. Feedback zum bisher Erreichten
2. Auflösung von noch verbliebenen, vorher unbekannten Auslösern
3. Individuelle Hypnose zur Auflösung des verbliebenen Rauchverlangens

## **3. Sitzung in der Regel nur bei Bedarf**

Ganz wichtig ist mir immer, dass Sie von vorn herein wissen, ich bin kein Zauberer, ohne Ihre Mitarbeit geht nichts und ohne Ihren Willen aufzuhören, fange ich gar nicht erst an.

Mit Ihrem Willen und der Raucherentwöhnung durch CQM und Hypnose werden Sie binnen kurzer Zeit das Rauchen aufhören und feststellen, dass Rauchen einfach eine lästige Angewohnheit war, die Sie einmal hatten und von der Sie sich ganz leicht befreit haben und das ganze ohne Reue, sowie mit Leichtigkeit insbesondere auch in Gegenwart anderer Raucher.

# **Mein Versprechen - Ihre Garantie**

## **1. Zufriedenheitsgarantie**

Sollten Sie innerhalb von 30 Tagen und maximal 3 Sitzungen nicht zufrieden mit dem Erreichten sein, erhalten Sie Ihr Geld zurück.

## **2. Nachhaltigkeitsgarantie**

Sollte innerhalb von 12 Monaten aus welchen Gründen auch immer ein Rauchbedürfnis zurückkehren, erhalten Sie eine kostenfreie Nachbehandlung.

# **Ihre Investition in ein rauchfreies Leben**

Die Raucherentwöhnung mit dem oben beschriebenen Umfang von bis zu 3 Sitzungen kostet Sie 599 Euro (inkl.

19% Mwst.).

Diesen Betrag haben Sie in der Regel durch 3-4 Monate des Nichtrauchens bereits wieder eingespart und sollte sich Ihr Rauchverhalten wider Erwarten nicht zur Zufriedenheit entwickeln, haben Sie innerhalb von 30 Tagen ab der 1. Sitzung meine Zufriedenheitsgarantie.

Bitte rufen Sie mich an und vereinbaren Ihren Termin zur Raucherentwöhnung ganz ohne Risiko. Gerne können Sie auch direkt online einen Telefontermin in meinen Kalender eintragen, dann rufe ich Sie gerne an.