



Elke Pinter

Praxis für ganzheitliche Behandlung

## Informationen zur Gewichtsregulation

Bei unserer Geburt haben wir noch ein ganz natürliches und normales Essverhalten. Wir essen und trinken genauso viel, wie wir benötigen.

Mit der Zeit verlieren wir unser Bauchgefühl. Aus verschiedenen Gründen essen wir mehr als uns gut tut, da wir so erzogen wurden: „Man isst seinen Teller auf!“ Oder:“ Es ist unhöflich, nicht alles aufzuessen!“

So funktioniert die Hypnosebegleitung:

Am Anfang einer Hypnosesitzung steht ein ausführliches Gespräch, in dem ihr individuelles Essverhalten, d. h. Anschauungen und Glaubenssätze, die dem Essen zugrunde liegen, erforscht werden.

Indem der Mechanismus der emotionalen und körperlichen Entstehung des ungesunden Essverhaltens Ihnen in seiner Tragweite bewusst wird, kann Veränderung stattfinden.

### **Voraussetzungen für eine Hypnosebegleitung:**

Sie müssen sich klar dafür entscheiden, Ihr Gewicht regulieren zu wollen.

Nutzen Sie die Chance, den Moment zu einem richtigen Zeitpunkt werden zu lassen – JETZT!

Ein langfristiger, dauerhafter Erfolg ist ausschließlich auf der sicheren Basis Ihres eigenen festen und frei gefassten Entschlusses möglich!

### **Zeitaufwand und Investition:**

Ca. 90 min

Kosten € 150 (inklusive Vor- und Nachbereitung)