Paket „Rauchfrei Intensiv“

*Ihr **individueller** Weg in ein rauchfreies Leben.*

ANNIKA MATERN
Tiefgreifende Veränderungsprozesse

START

Vorgespräch
Anschließend Orga-E-Mail

1-2 Tage

1
Vorbereitungs-E-Mail
- Vorbereitung zur Hypnose
- „Hausaufgaben“
- Ablaufplan
- Rechnung

2
Ca. 75 min
Kognitiver Wirkprozess
- Link zum Video
- Liste mit Inhaltsstoffen im Zigarettenqualm

3-4 Tage

3
Ca. 30 min
1. Gespräch
- Klärung von Fragen
- Zusammenfassung des Wirkprozesses
- Wichtige Hinweise zu den Hypnosen

ca. 5 Tage

4
Ca. 60 min
Initial-Hypnose
Abbau von Versagens-Ängsten und Blockaden.
Audiofeedback an Frau Matern

1-2 Tage

5
Ca. 60 min
Transformations-Hypnose
Auflösung des Rauchverlangens.
Audiofeedback an Frau Matern

2 Tage

6
Ca. 30 min
2. Gespräch
- Besprechung des bisherigen Erfolges
- War noch etwas schwierig? Daran werden wir dann weiter arbeiten.

1-2 Tage

7
Ca. 30 min
Vertiefungs-Hypnose
Vertiefung und Lösung Ihrer Trigger-Situationen.
Audiofeedback an Frau Matern

4-5 Tage

8
Ca. 30 min
Reinigungs-Hypnose
Beschleunigung der Entgiftung.
Audiofeedback an Frau Matern

1-2 Tage

9
Abschluss-E-Mail
- Bewertung
- Geschenk

Frei ☺