

ÜBERGEWICHT

Übergewicht kommt nicht von heute auf morgen. Und hat in der Regel einen Grund. Selten sind dies die reine Fehlernährung und Bewegungsmangel. Denn wenn dies die einzigen Gründe wären, könnten Übergewichtige einfach durch eine leichte Ernährungsumstellung und etwas Sport Gewicht reduzieren.

Meistens gibt es tiefliegende Gründe, welche unbewusst wirken und für Übergewicht sprechen. Das kann z.B. das Bedürfnis nach "Gewicht im Leben" sein, um wahrgenommen zu werden. Oder die "Dicke Haut", die man braucht um Angriffe besser aushalten zu können. Oder das Essen ist ein Liebes-Ersatz. Man tut sich was Gutes und "gönnt" sich was. Viele benutzen Essen auch um Frustration abzubauen.

Mittels Hypnose können die Hintergründe bewusst gemacht und ins Positive verändert werden. Zusätzlich werden durch Ressourcenaufbau Alternativen zum Essen entwickelt.

Die Hypnose ersetzt selbstverständlich keine Ernährungsumstellung, sondern dient zur Unterstützung, so dass es dem Klienten in Zukunft leichter fällt die empfohlene Ernährungsumstellung durchzuführen.

Eine Information der **HYPNOSE PRAXIS TAUNUSSTEIN**

Ein erfolgreiches Ergebnis hängt von vielen Faktoren ab und kann nicht garantiert werden. Jeder Klient ist einzigartig.

Kompetente Unterstützung durch Coaching sowie therapeutische Begleitung
Erik Grösche - Heilpraktiker auf dem Gebiet der Psychotherapie · Hypnosetherapie
Limburger Straße 12c · 65232 Taunusstein - Neuhof
Tel.: 06128/247704 · www.Horizonterverweiterer.de