

Hypnowell Praxis für Hypnosetherapie

Mit Hypnose zum Wohlfühlgewicht



Frau Barbara Müller-Kütt, dipl. Hypnosetherapeutin, Inhaberin der Firma Hypnowell, Ausbilderin und Mutter von fünf Kindern. Foto: zVg.

Haben Sie schon oft versucht abzunehmen und es hat einfach nicht dauerhaft geklappt? Dann könnte Hypnose genau das Richtige für Sie sein!

Für viele Übergewichtige ist die Hypnosetherapie der letzte Rettungsanker, um wirklich langfristig und gesund ihr Wohlfühlgewicht zu erlangen und auch zu halten.

Wer kennt das nicht? Eigentlich weiss man von der Logik her, was man tun sollte, um abzunehmen. Aber das Süsse schmeckt eben so gut, dass es schwer ist, darauf zu verzichten und die Speisen sind einfach leckerer, wenn sie mit Saucen zubereitet werden. Einige können keine Reste stehen lassen, naschen zwischendurch oder haben

kein Sättigungsgefühl mehr und absolut keine Lust auf Bewegung. Man hat schon etliche Diäten hinter sich und die Enttäuschung des damit zusammen hängenden Jojo-Effekts ist gross. Man gönnt sich wieder mal ein Eis und dann diese vernichtenden Blicke der Leute um sich herum, die zu sagen scheinen: «Kein Wunder, ist sie zu dick, wenn sie dauernd Süsses isst...» Dies alles löst noch mehr Frust aus, der einem wiederum veranlasst mehr oder das Falsche zu essen.

Wie wäre es, wenn es eine Methode gäbe, wo nichts verboten wird, sondern man einfach weniger Lust auf Süsses verspürt, sich auch nach kleinen Portionen satt fühlt, richtig Freude an der Bewegung bekommt und die Gedanken an das Essen in den Hintergrund gehen? Die Methode, welche dies möglich macht, ist die Hypnosetherapie. Wir können Programme im Unterbewusstsein verändern und den alten Bauplan gegen das neue Wohlfühlgewicht austauschen, so dass man schlank wird, ohne das Gefühl zu haben, verzichten zu müssen. Oft blockieren uns auch Kindheitserlebnisse daran, dass wir unsere Ziele erreichen. In diesen Fällen arbeiten wir zusätzlich mit Regressions-techniken, welche Ursachen aufdecken und Blockaden endgültig auflösen.

So wundervoll dies klingt – die Hyp-

nosetherapie kann nur dann wirksam werden, wenn die innere Bereitschaft da ist. Auch ist die Hypnose keine passive Methode, wo man sich einfach auf die Liege legt und denkt: «So, der Therapeut soll mir jetzt mal mein Übergewicht wegnehmen.» Es ist wie bei einer Bergtour: Mit einem kompetenten Bergführer geht es leichter, klettern muss man aber selber! Möchten Sie mehr über die Möglichkeiten der Hypnosetherapie erfahren? Dann besuchen Sie unsere Webseite www.hypnowell.ch oder rufen Sie uns an, wir freuen uns!



Telefon: 041 493 05 01.
E-Mail: info@hypnowell.ch.
Hypnosetherapie Gundeli/Basel:
Reinacherstrasse 12, 4053 Basel.

www.hypnowell.ch