

Hypnose für Ihr Wohlbefinden

Vielen Menschen in Deutschland ist „Hypnose“ fremd, manche vermuten dahinter etwas magisches oder mystisches. Und wenn etwas fremd ist und man etwas nicht kennt, ist man zu Recht erst mal vorsichtig oder skeptisch. Dass Hypnose ein tolles Instrument für die schnelle und dauerhafte Erreichung von Zielen sein kann zeigt Rouven M. Siegler in seiner Hypnosepraxis in Kirchheim/Teck.

(pm) Neben der Unternehmens- und Kommunikationsberatung für PR, Werbung und Marketing bietet er in seiner Firma „Siegler – Consulting & more ...“ individuelles Coaching und Beratung mit Hilfe von Hypnose. Der nach den Richtlinien der Freien Ge-

sellschaft für Hypnose „geprüfte Hypnotiseur (FGH)“ hat sich noch zusätzlich international bei der weltgrößten Hypnosevereinigung, der National Guild of Hypnotists in einem weltweit anerkannten, hohen Qualitätsstandard als „Certified Hypnotherapist (NGH)“ zertifizieren lassen.

Doch was ist Hypnose eigentlich? „Hypnose ist ein vorübergehender Zustand veränderter Aufmerksamkeit und hat rein gar nichts mit einer Bewusstlosigkeit oder gar Willenlosigkeit gemeinsam!“ sagt Siegler. „Während im normalen Bewusstseinszustand immer verschiedene Reize gleichzeitig wahrgenommen werden, ist in Hypnose die gesamte Aufmerksamkeit auf eine bestimmte Sa-

HYPNOSE

Der einfache Weg zu mehr Leistung in Sport, Alltag und Beruf

Wollen Sie endgültig mit dem Rauchen aufhören?
Wollen Sie mehr Leistung im Sport oder Beruf?
Wollen Sie Ihr Gewicht dauerhaft reduzieren?
Wollen Sie selbstsicher auf andere wirken?



Rouven M. Siegler
 Kommunikationsfachwirt (VWA)
 zertifizierter Hypnotiseur (FGH)
 Certified Hypnotherapist (NGH)

Nutzen Sie die vielseitigen Möglichkeiten der Hypnose um Ihre Ziele schneller und dauerhaft zu erreichen. Lassen Sie sich entführen in die Welt der Trance und fühlen Sie sich danach wie nach einem schönen, langen, erholsamen Urlaub. Auch anwendbar bei: Flug- oder Prüfungsangst, Stressbewältigung, Konzentrationsschwierigkeiten, Gewohnheitsänderung, Sporthypnose/-mentaltraining.
Mehr Info unter www.siegler-consulting.de



Siegler - Consulting & more ...
 Coaching • Beratung • Training • Entwicklung
Henriettenstraße 39 • 73230 Kirchheim/Teck
 Telefon 0 71 64 / 90 31 06
 info@siegler-consulting.de

che gerichtet, so dass man die restliche Umgebung immer mehr aus dem Auge verliert. Dieser eigene Bewusstseinszustand wird als Trance bezeichnet. Etwas „wie in Trance“ zu tun, ist ein ganz alltäglicher Zustand, den man z. B. beim Joggen, beim Lesen eines spannenden Buches oder bei einer konzentrierten Arbeit erleben kann.“ so Siegler weiter.

In diesem Trancezustand wird überwiegend visuell gearbeitet und vorhandene „schlechte“ Programme können gestoppt, neu mit den Zielen programmiert und wieder gestartet werden. Unsere Gedanken beeinflussen unseren Körper ebenso wie auch äußere Eindrücke: vor Schreck stehen uns die Haare zu Berge oder vor Scham bekommen wir einen roten Kopf. Dies beweist auch den direkten Zusammenhang zwischen Gedanken und körperlichen Reaktionen.

Durch die „Überbrückung“ des rationalen Bewusstseins können mit Hilfe des kreativen Unterbewusstseins auch Lösungen für verschiedenste Problemstellungen aufgezeigt werden, egal ob im privaten oder beruflichen Umfeld. Dies ist auch bekannt als körpereigene Intuition, oder „innere Stimme die mit Hil-

fe von Hypnose angeregt werden kann.

„Ich bezeichne meine Kunden als Klienten und nicht als Patienten, da ich ausschließlich mit gesunden Menschen arbeite, und ihnen mit Hilfe von Hypnose helfe ihre Ziele schneller zu erreichen! Ganz wichtig ist mir die individuelle Arbeit mit jedem einzelnen Klienten, denn nur mit dieser individuellen Vorgehensweise haben die Klienten die größtmögliche Chance ihre persönlichen Ziele schnell und dauerhaft zu erreichen und unabhängig zu sein und zu bleiben!“

„Die Grenzen der Hypnose liegen in den Grenzen der Ressourcen des Klienten“ sagt Siegler. Ein großer Beratungsschwerpunkt ist das Hypnotraining / Sportmentaltraining für Sportler und Trainer der verschiedensten Sportarten. Egal ob Rauchentwöhnung, Gewichtsreduktion, Stressmanagement, Selbstbewusstseinssteigerung, Sporthypnotraining oder vieles anderes mehr, ein intensives Vorgespräch mit persönlicher Zieldefinition ist für Siegler sehr wichtig und gehört bei jeder Beratung dazu. Mehr Infos gibt es dazu unter www.siegler-consulting.de oder in einem kostenlosen Erstgespräch unter Telefon 0 71 64 / 90 31 06.

**Getty
Images**

**Stopp dem
Abmahnwahn!**