

Hypnose für Raucher

Rouven M. Siegler: Nichtraucher in drei Stunden

ROSENHEIM. Mit nur mäßigem Erfolg versuchen viele Raucher das große Ziel zu erreichen - „für immer“ Nichtraucher zu sein schaffen nur etwa 10 Prozent. Entscheidend ist dabei, dass der Raucher selbst nicht mehr rauchen will und die Motivation sowie die Entscheidung von Innen heraus kommt. Einen einfachen und ganzheitlichen Weg mit Hypnose bietet hier der Sportmental- & Businesscoach Rouven M. Siegler aus Rosenheim: „Mit dem Rauchen aufzuhören ist nicht schwer, das macht der Raucher mit jeder Zigarette die er ausdrückt“ sagt der Coach, Trainer und Inhaber von Siegler Consulting and more in Rosenheim. Siegler hat einen Coachingprozess entwickelt, um Rauchern in kleinen Gruppen oder im Einzelcoaching den dauerhaften Ausstieg zu erleichtern. In einem 2 bis 3 Stunden dauernden Intensiv-Nichtrauchercoaching werden die eigenen Ziele, die persönliche Motivation und der individuelle Weg aufgezeigt. Verstärkt wird dies durch das Einbeziehen des Unterbewusst-

seins mit Hypnose. Die jeweilige individuelle Vorgehensweise ist Siegler sehr wichtig, denn jeder Klient hat seine eigene persönliche „Rauchrituale“ und Ziele, die es anzusprechen gilt. „Der Trend geht eindeutig in Richtung Nichtraucher“ so Siegler. Eine positive Wende, wenn betrachtet wird, dass allein in Deutschland pro Tag nachweislich etwa 300 Menschen durch Rauchen sterben.

Schnupperstunde

Interessenten können mit einer kostenlosen Schnupperstunde jederzeit im Kurs einsteigen. Hypnofloating wurde von Siegler entwickelt und 2007 für den „Preis für Gesundheitsförderung und Prävention“ eingereicht. Das Verfahren wurde mit einer Urkunde ausgezeichnet und ist in der aktuellen Publikation der „Landeszentrale für Gesundheit in Bayern“ mit aufgeführt. Mehr Infos dazu unter

www.siegler-consulting.de