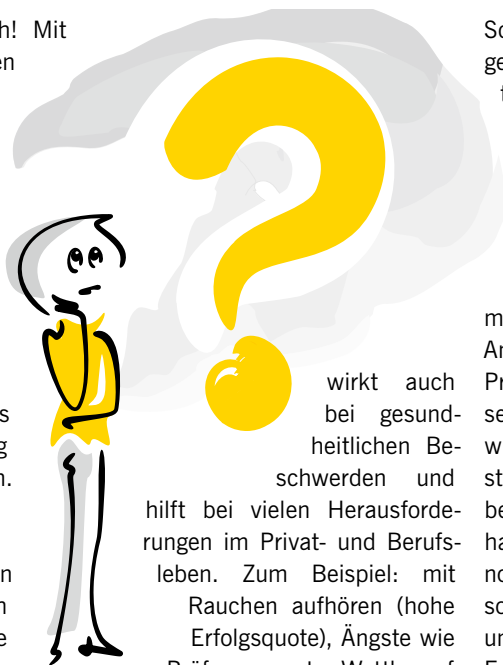


Laufen die Dinge nicht so, wie du denkst? Denke anders!

Ausprobieren lohnt sich! Mit meiner über 10-jährigen Berufserfahrung ziehe ich mein Wissen über Mentaltraining, der ISO-zertifizierten Omni-Hypnose und der Meridian-Energie-Technik-Methode (MET, Klopftechnik) zusammen, verbinde alles nahtlos miteinander, so dass sich diese gegenseitig ergänzen und verstärken.

Ängste überwinden

Was in unseren Köpfen vorgeht, fasziniert mich seit jeher. Aber keine Angst: Ich kann keine Gedanken lesen und sehe auch nicht in Ihren Kopf hinein. Mich interessiert vielmehr, wie Sie Ihre persönlichen Ziele erreichen können. Meine Methode



wirkt auch bei gesundheitlichen Beschwerden und hilft bei vielen Herausforderungen im Privat- und Berufsleben. Zum Beispiel: mit Rauchen aufhören (hohe Erfolgsquote), Ängste wie Prüfungsangst, Wettkampfangst, Versagensangst, Lampenfieber, Angst zu erröten, Höhenangst, Flugangst, Platzangst, Angst vor dem Zahnarzt, Angst vor der Angst, innere Unruhe,

Schlafstörungen, Stress, Schuldgefühle, Panikattacken, Konzentration steigern, Selbstvertrauen stärken, Heuschnupfen, hoher Blutdruck und anderes mehr.

Sanfte Hypnose für Kinder

Kinder leiden oft unter Alpträumen, Bettnässen und haben Angst vor dem Zahnarzt oder vor Prüfungen in der Schule. Hypnose ist sanft, entspannend und wirkungsvoll. Auch wenn Kinder stottern, Lernschwierigkeiten haben oder nicht schlafen können, hat sich Hypnose bewährt. Hypnose für Kinder erfordert ein besonderes Einfühlungsvermögen und ist deshalb anders als für Erwachsene. Ich arbeite mit den Kindern und den Erwachsenen nach dem Prinzip der Ursachenauflösung. Konkret heisst das: Die Ursache des Symptoms im Unterbewusstsein herauszufin-

den und anschliessend auflösen. Ich schätze es sehr, mit Menschen zu arbeiten und sie bei verschiedenen Herausforderungen zu unterstützen – weil ich ganz einfach liebe, was ich tue. Neugierig? Kontaktieren Sie mich für ein unverbindliches Erstgespräch. Oder auch für Einzeltrainings sowie Trainings für Firmen und Vereine.

MENTAL TRAINING
BEZZOLA.

Esther Bezzola
Weinbergstrasse 1
7000 Chur
Telefon 081 356 03 08
www.mental4you.ch

