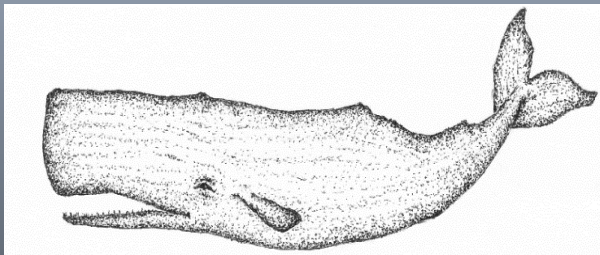


Du wünschst dir Veränderungen in deinem Leben?

Du willst deine Lebensqualität langfristig und nachhaltig deutlich spürbar steigern?

Du möchtest empathisch, wertschätzend und kompetent begleitet werden?



„Triff eine WEISE WAHL.

In den Tiefen deines Unbewusstseins ist deine Weisheit.

Die Lösung steckt in dir.“

Was ist Hypnose:

„Hypnose ist ein Trancezustand in unterschiedlicher Tiefe,

meist bei körperlicher Entspannung,

bei der das Wachbewusstsein zurücktritt

und eine direkte Kommunikation

und ein unmittelbares Arbeiten mit dem Unbewussten stattfindet,

so dass eine positive Veränderung im Denken, Fühlen und Handeln möglich ist.“

Ich unterstütze und begleite dich gerne auf deinem Weg, bei folgenden Themen:

- Raucherentwöhnung
- Gewichtsreduktion – erreiche und halte dein Wohlfühlgewicht
- Blockadenlösung (u.a. Erkennen und auflösen nicht dienlicher Glaubenssätze)
- Gesundheitsprävention/-prophylaxe
 - wie z.B. Tiefenentspannung und -regeneration
- Burn-Out Prophylaxe
- Stärkung der Selbstkontrolle
- Zielfindung /-Erreichung
- Ego-/Ichstärkung
- Selbsthypnosetraining
- Selbstbewusstseins-/Selbstwert-/Selbstvertrauensstärkung
- Regression und Reinkarnation
 - in Bezug auf: Erlebnishypnose, Sinn- oder Zielsuche, Blockaden
- Stärkung der Körperwahrnehmung
- Finde die Bewegung die zu dir passt und dir Spaß macht
- Werde zu deinem eigenen Ernährungsberater
 - Förderung der Wahrnehmung von Körperprozessen und Körpersignalen vor, während und nach dem Essen
 - Förderung der Fähigkeit, eine individuelle Nahrungspassung herzustellen

*„Bewusstsein & Unbewusstsein
Hand in Hand*

zur

Zielerreichung“



**Ich begleite dich mit Empathie,
Respekt und Kompetenz !**

**HYPNOTHERAPEUTIN /
HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE**

Sonja Jensen

Praxis- und Seminarhaus ImPulse

Gasstraße 5, 24340 Eckernförde

E-Mail: sonja.jensen@t-online.de

Mobil: 0172 – 1 69 07 94

www.weise-wal.de

(Website in Bearbeitung)

- Empathie-Coach
(nach der gewaltfreien Kommunikation nach Marshal B. Rosenberg)
- Somatische Intelligenz-Coach/Trainerin
(nach Thomas Frankenbach)
- Mitglied im Deutschen Verband für Hypnose (DVH)
- Dozentin *(Ascendium Akademie, Hürup)*
- B-Lizenz
- Aquafitnesstrainerin
- Seminarleiterin