

# Mit Hypnose zu mehr Selbstbewusstsein

Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen,  
Selbstwertgefühl

Mangelnde Selbstliebe, mangelndes Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein sind Begleiterscheinungen oder auch Mitursache vieler Probleme und gar körperlicher Symptome. Viele Menschen machen sich selbst klein, lieben sich nicht selbst, sind sich selbst der größte Feind – und bekommen gerade deshalb Probleme mit Ihrem Umfeld. Ein wahrer Teufelskreis.

Hinzu kommen oft Gefühle von Schuld, Scham, ein schlechtes Gewissen, Selbstablehnung, bis hin zu Selbsthass, Selbstsabotage und selbstzerstörerischen Tendenzen.

## HypnoCoaching hilft

HypnoCoaching hilft, die Ursachen des geringen Selbstwertes und Selbstvertrauens aufzudecken. Wenn die Hintergründe des eigentlichen Problems – seien es Ängste, Depressionen, körperliche



Beschwerden, Ablehnung, Niederlagen, Verluste, usw. – bearbeitet wurden, hat Ihr Unbewusstes sehr viele negative Gedanken und Gefühle losgelassen und befindet sich in einem Prozess der Umstrukturierung, es werden negative Muster unterbrochen und neue neuronale Bahnen gelegt – Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen entstehen. Das ganze Selbstbild verbessert sich in kürzester Zeit zum Positiven.

Jeder im HypnoCoaching erarbeitete Schritt, jede Umsetzung

führt Sie automatisch zum Ziel, mit dem Selbstbewusstsein des Mount Everest durch's Leben zu gehen und erfolgreicher zu werden. Mit jedem Erfolg steigt das Selbstvertrauen, jeder Erfolg wird den Selbstwert erhöhen. Sie kommen von der Problemtrance in eine Lösungstrance. Sie werden zum Fels in der Brandung und freuen sich auf jedes Problem, das Sie lösen können, jede Schwierigkeit, die sich Ihnen in den Weg stellt, denn Sie wissen – „**Ich kann!**“ Ein wunderbares Gefühl.

Gesundes Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen, Selbstwert und Selbstliebe sind die Basis für den Erfolg in allen Lebensbereichen, sowohl beruflich, als auch privat. Es ist sicher eine gute Idee, dieses Thema intensiv anzugehen. Es ist der Beginn einer positiven Kettenreaktion, weitere Probleme werden im Nu, ganz nebenbei verschwinden. Kling gut – und ist es auch!

Wenn Sie zum Schluss gekommen sind, dass Ihnen HypnoCoaching helfen kann, gesundes Selbstvertrauen aufzubauen, dann nehmen Sie [Kontakt](#) mit mir auf!