



Body





Mag. Astrid Zips
Wr. Zentrum für Energetische Psychologie
Klin. Psychologin, Psychotherapeutin u. Coach
Mahlerstraße 7/19, 1010 Wien

Body



Mit Energetischem Coaching zum Wunschgewicht

Männer leiden zunächst weniger an ihrem Übergewicht als Frauen. Sie können sich noch für „stattlich“ halten, wenn Frauen sich bereits als „dick“ empfinden. Aus wissenschaftlichen Untersuchungen wissen wir jedoch, dass die Wahrscheinlichkeit einer verkürzten Lebenszeit von Männern über 40 Jahren mit ihrem erhöhten Körpergewicht stetig steigt. Ein hoher Anteil an „Bauchfett“, wie er vor allem bei Männern vorkommt, zieht ein deutlich erhöhtes Risiko für Herz, Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen (z. B. Diabetes) nach sich.

Wenn Männer sich dazu entschließen, Gewicht abzunehmen, machen sie dies häufig, um ihre Gesundheit oder sportliche Leistungsfähigkeit zu verbessern. Frauen nehmen in erster Linie aus kosmetischen Gründen ab. Machen Männer bei einem Seminar zur Gewichtsreduktion mit, haben sie oft größeren Erfolg als Frauen, die meist schon viele Diäten hinter sich haben. Wiederholtes oder ständiges Diäthalten führt nämlich zu einem niedrigeren Grundumsatz und einem geringeren Energiebedarf. Männer haben einen höheren Energiebedarf, von Natur aus einen geringeren Fettanteil und einen höheren, „Energie verzehrenden“ Muskelanteil.

Das **Wiener Zentrum für Energetische Psychologie unter der Leitung von Mag.**

Astrid Zips und Mag. Karin Neumann (beide Psychotherapeutinnen) bietet ein ganz besonderes Seminar speziell für Männer, die abnehmen wollen, am 13. und 14. Oktober 2007 an. Die beiden Psychotherapeutinnen haben eine einzigartige Kombinationsmethode aus Energetischer Psychologie und Hypnose entwickelt („Energetische Hypnose“), die speziell auf das Erlernen eines „natürlich schlanken“ Essverhaltens ausgerichtet ist, das bleibenden Erfolg ermöglicht. Dieses Programm wird in seiner Effektivität soeben wissenschaftlich untersucht, und es zeichnen sich außergewöhnlich gute Ergebnisse ab.



Durch Entspannung, Ziel-Visualisierung und Beklopfen bestimmter Meridian-Behandlungspunkte können Selbst-Blockade-Muster aufgelöst werden, die bisher beim Abnehmen hinderlich waren. Alle bisherigen Fehlverhaltensweisen (wie unbeherrschbare Gier, anfallsartiges Essen, essen aus emotionalen Ursachen wie Frust, Ärger, Langeweile, etc) können durch Anleitung zur Selbsthilfe vollständig aufgelöst werden.

Gerade Männer, die oft wenig Lust haben, ausgiebig über Stimmungen und Emotionen zu kommunizieren, profitieren von dieser Methode, bei der es wenig zu reden, dafür aber einiges zu tun gibt. Es ist ein einzigartiges Erlebnis, Gier in Bezug auf



Body

bestimmte Nahrungsmittel, denen man bisher „hilflos“ ausgeliefert war, völlig verschwinden zu spüren und in der Folge neue und gesündere Essverhaltensweisen bei sich zu beobachten. Heißhungerattacken werden auf einmal gegenstandslos. Die Ergebnisse sind dauerhaft, bzw. können jederzeit wiederholt werden: Durch Klopfen der körpereigenen „Heil-Knöpfe“, wie es im Seminar erlernt wird.

Das Außergewöhnliche an der Methode ist auch die Schnelligkeit, mit der sie funktioniert. Nach wenigen Einzelsitzungen oder einem Wochenendseminar hat man eine Technik erlernt, die das Essverhalten nachhaltig positiv verändert.

Was Sie in nur einem Wochenende erreichen:

- Ihr Unbewusstes auf Ihr Ziel auszurichten – nämlich Ihr Wunschgewicht
- Zu erkennen, was Sie bisher alles mit Essen „hinuntergeschluckt“ haben
- All die negativen Gefühle, die mit dem Übergewicht und dem Überessen zusammenhängen, aufzulösen
- Ein persönliches Zielbild zu imaginieren, auf das Sie real zugehen können
- Selbst-Blockade-Muster aufzulösen, damit Ihr Wunschgewicht Wirklichkeit wird
- „Schlank denken“ statt „Dick denken“ lernen

Manchmal dient das Überessen und die körperliche Schutzhülle des Übergewichts auch der individuellen Stress- oder Traumabewältigung. Daher bietet das Wiener Zentrum für Energetische Psychologie Seminare zum Thema „Befreiung von Ängsten, Traumata und Phobien“ an. •

Seminare

1. Wunschgewichtsseminar für Frauen und Männer

Einstiegsseminar:

13. und 14. Oktober 2007 (Samstag von 14–18 Uhr, Sonntag von 9–18 Uhr).

Fortgeschrittenenseminar für Frauen und Männer:

10. und 11. November 2007 (Samstag 9–18 Uhr, Sonntag 9–13 Uhr).

2. Angst- und Traumabewältigung für Frauen und Männer

nach Vereinbarung.

Dieses Seminar kann auch unabhängig vom Thema Körpergewicht gebucht werden.

Die Seminare werden ausschließlich von den beiden Leiterinnen des Wr. Zentrums für Energetische Psychologie selbst abgehalten und kosten € 270,-.

Ort: Institut Dr. Schmida in Wien 6, Lehargasse 1/2. Selbstverständlich sind auf Wunsch auch Einzelsitzungen (bei Mag. Karin Neumann in Wien 1 und Perchtoldsdorf, 0676/761 38 98) möglich.

Info

Mag. Astrid Zips

Klinische Psychologin,
Psychotherapeutin, Coach
Wr. Zentrum für Energetische Psychologie
Mahlerstraße 7/19, 1010 Wien
Tel.: 0699/18 04 94 36
E-Mail: zips@energetischepsychologie.at
Web: www.energetischepsychologie.at