

## WAS IST HYPNOSE

Hypnose ist ein Zustand tiefer Entspannung. Es handelt sich hierbei um keine Bewusstlosigkeit und um keinen Schlaf, somit sind Sie in der Hypnose zu jedem Zeitpunkt vollkommen handlungsfähig. Sie werden in der Hypnose niemals Dinge tun oder sagen, die Sie nicht möchten oder die Ihren inneren Werten und Einstellungen nicht entsprechen. Durch die Unterstützung von Hypnose können Sie zu Ihrem Unterbewusstsein durchdringen und die Veränderungen, die Sie erreichen wollen, durch Suggestionen tief verankern

## ZUSAMMENSPIEL VON HYPNOSE & MENTALTRAINING

Hypnose und Mentaltraining bieten eine wunderbare Kombination. Mit Hilfe von Hypnose kann die gewünschte Veränderung erreicht werden und Mentaltraining bietet im Anschluss eine zusätzliche Unterstützung um am bereits erreichten Erfolg im Alltag weiterzuarbeiten, diesen zu vertiefen und dauerhaft zu verankern.



## HYPNOSE UNTERSTÜTZT IN VIELEN LEBENSBEREICHEN



„Jeden Tag habe ich aufs Neue Freude an meiner Arbeit, da ich sehe, was mit Hypnose alles möglich ist und wie sich das Leben zum Positiven verändern und vieles im Leben dadurch einfacher werden kann.“ Manuela Wenk

## ANWENDUNGSBEREICHE / ANGEBOTE

### Kinderhypnose

*Schlafprobleme  
fehlende Konzentration & Lernschwierigkeiten  
Nervosität vor / bei Prüfungen*

### Sporthyypnose

*auch als Package mit weiterer Betreuung möglich*

### Unternehmensberatung | Firmenworkshops

*auf das Unternehmen und die Erfordernisse  
abgestimmt*

### Vorträge zur mentalen Gesundheit / Stärke

*auf Anfrage für Schulen, Vereine und div. Institutionen*

### Zielfindung

*Ziele finden und richtige Entscheidungen treffen -  
auch für Unternehmer optimal geeignet*

### Individuelle Packages

*Spezifische Unterstützung durch die Kombination  
von Hypnose und Mentaltraining*

### Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen stärken

*auch für Kinder und Jugendliche*

### Raucherentwöhnung

*mit vorbeugender Gewichtskontrolle*

### Gewichtsreduktion

*in Verbindung mit Ernährungsumstellung*

### Entspannt und konzentriert bei Prüfungen

*Merkfähigkeit verbessern und die Nervosität bei  
Prüfungen mindern*

### Individuelle Hypnose

*Schlafprobleme, Vorbereitung auf den Zahnarzt-  
besuch, innerliche Unruhe und Anspannung bei  
Flugreisen oder engen Räumen mindern u.v.m.*

# NUTZE DIE KRAFT DES UNTERBEWUSSTEN UND BEGINNE DEIN LEBEN ZU GENIESSEN



Hypnose ist in sehr vielen Lebensbereichen hilfreich und bietet eine wohltuende Unterstützung. Bei Interesse oder Fragen kann in einem persönlichen Gespräch rasch abgeklärt werden, ob und wie mit Hypnose weitergeholfen werden kann.

## KONTAKT



Manuela Wenk  
Dipl. Hypnosetrainerin/-Coach  
Dipl. Mentaltrainerin

Hauptstraße 12  
3281 Oberndorf an der Melk  
T +43 677 637 029 19  
info@hypnosepraxis-wenk.at  
www.hypnosepraxis-wenk.at



# HYPNOSE PRAXIS WENK

[www.hypnosepraxis-wenk.at](http://www.hypnosepraxis-wenk.at)