



CHRISTINE BLUNCK
HEILPRAKTIKERIN

Homöopathie · Hypnose · Coaching

Sieben Fragen, um Nichtraucher zu werden

1. Wie viele Zigaretten rauchen Sie im Durchschnitt am Tag? Und wie viel kostet Sie das pro Tag?
2. Haben Sie schon einmal mit dem Rauchen aufgehört? Was wir einmal schaffen, können wir auch ein zweites Mal hinbekommen.
3. Was ist für Sie persönlich das Positive am Rauchen? Schreiben Sie alles auf, was Ihnen einfällt.
4. Was ist für Sie persönlich das Negative am Rauchen? Schreiben Sie auch hier alles auf, was Ihnen einfällt.

CLAUDIUSSTRASSE 3 · 80992 MÜNCHEN

Tel. 089 / 14338725

www.praxis-blunck.de

kontakt@praxis-blunck.de



CHRISTINE BLUNCK
HEILPRAKTIKERIN

Homöopathie · Hypnose · Coaching

5. Warum möchten Sie Nichtraucher sein? Was ist der Grund, die Sache jetzt anzugehen? Meistens ist es nur ein einziger.

Ich will Nichtraucher sein, weil.....

6. Können Sie nun sofort mit dem Rauchen aufhören? Oder glauben Sie, dass Sie noch nicht soweit sind? Seien Sie ehrlich mit sich, das haben Sie verdient.

7. Wissen Sie, wie ihre Wirklichkeit wirklich wird? Diese Frage ist keine richtige Frage, sondern ein Denkanstoß:

Unsere Erwartungen bestimmen unseren Fokus. Unsere Erwartungen bestimmen das, was wir wahrnehmen. Unsere Erwartungen bestimmen unsere Realität. Wenn wir erwarten, dass wir für immer Raucher sein werden, dann wird das vermutlich so sein. Wenn wir aber erwarten, dass wir mit dem Rauchen aufhören können, so wird sich das mit großer Wahrscheinlichkeit bewahrheiten. Ihre Erwartung bestimmt Ihre Zukunft.

Sie nehmen jetzt Ihr Leben in die Hand und beginnen, eine neue Realität zu gestalten.

CLAUDIUSSTRASSE 3 · 80992 MÜNCHEN

Tel. 089 / 14338725

www.praxis-blunck.de

kontakt@praxis-blunck.de