

# BASBing

## Body-und-Soul-Balancing

### **Hilfe zur Selbsthilfe**

*Unser Denken ist sehr erfinderisch. Leider auch darin, Situationen zu verkomplizieren. Wir werden von alten, negativen Glaubenssätzen beeinflusst, und finden immer neue Gründe, warum bestimmte Probleme sich angeblich nicht lösen lassen.*

BASBing „überlistet“ diese alten Denkmuster und hilft, die alten, negativen Überzeugungen nach und nach durch neue, positive Glaubenssätze zu ersetzen. Dies geschieht auf ganz leichte und spielerische Art und Weise mit dem Mittel der hypno-systemischen Tiefenentspannung. Das Unterbewusstsein wird angesprochen und befragt, wie eine Lösung aussehen könnte.

BASBing macht sich die neuesten Erkenntnisse der Neuro-Wissenschaft zu Nutze, nach denen es 30 Tage braucht, bis sich neue neuronale Verbindungen aufbauen können. In der Sitzung wird gemeinsam ein positiver Glaubenssatz gefunden und formuliert. Dann bekommt der Klient\*in eine individuell auf ihn abgestimmte Übung an die Hand, die von ihm selber über einen Monat lang 5 Minuten täglich praktiziert und „geübt“ wird. Dadurch bekommen die neuen Lösungsansätze eine Chance, sich zu manifestieren und zu setzen.

### **Das Angebot: In einer 90-minütigen Sitzung wird**

- zuerst das Problem analysiert und dann unter hypno-systemischen Tiefenentspannung ein neuer Weg eingeschlagen und ein positiver Glaubenssatz formuliert
- Dieser wird am Ende der Sitzung mit einer körperlichen Übung kombiniert, gemeinsam geübt und perfektioniert.
- Nun wendet der Klient das Erlernte innerhalb von 30 Tagen selber an. Der Zeitaufwand hierfür beträgt 5 Minuten pro Tag.
- Nach 10 Tagen findet ein ca. 15-minütiger Gesprächstermin per Telefon statt, indem man sich über die bereits gemachten praktischen Erfahrungen austauscht
- Nach 30 Tagen gibt es dann ein ca. 30-minütiges Abschlussgespräch, um die weitere Vorgehensweise gemeinsam festzulegen.

### **BASBing hilft Ihnen, sich selber zu helfen.**

**Daten & Ort:** 90-minütige BASBing-Sitzung und zwei Nachgespräche, Datum und Ort, nach Vereinbarung.

**Kosten:** Kosten: 460 € \* für das Gesamtpaket, etwaige Folgesitzungen nach Vereinbarung

**Anmeldung:** info@ifpb.eu - mit Angabe der Teilnehmer/-innen und der Rechnungsadresse.



\* zuzügl. gesetzl. MwSt,

#### **Jan-Christof Scheibe**

ist gelernter Musiker, Schauspieler, Buchautor, Coach und ist seit 2019 für das „Institut für persönliche Bildung“ tätig. Er wendet Hypnose seit vielen Jahren erfolgreich an, und hat daraus die Methode des BASBing entwickelt.

Mobil: 0179 / 5179452

#### **Institut für persönliche Bildung GmbH**

Isestraße 26 · 20144 Hamburg

Telefon: +49 40 359 641 79

info@ifpb.eu · www.ifpb.eu

www.gluecklich-in-90-minuten.com

Institut für persönliche Bildung  
Kompetenzen stärken

