

Sehr geehrte Frau Dr. Wötzel,

mit großen Schritten neigt sich das Jahr dem Ende zu und ich wollte mich nochmals kurz melden und mich für die liebe Betreuung sehr herzlich bei Ihnen bedanken. Jede einzelne Sitzung bei Ihnen war sehr angenehm und für meine Zukunft sehr hilfreich. „Mir geht es gut und so bleibt es auch“. Wissen Sie, das waren die ersten Worte, die ich noch heute gerne anwende.

Meine Panikattacken, die mich erstmals 2008 medizinische Hilfe in Anspruch nehmen ließen, sind Dank Ihrer Hypnotherapie von nur 10 Therapiestunden nicht mehr vorhanden.

Auch habe ich inzwischen das Buch von Allen Carr, „Endlich Nichtraucher“, gelesen und es hat mich zusätzlich zu Ihrer Therapie noch weitergebracht. Ich habe auch kein Verlangen mehr danach, zu rauchen, aber bei bestimmten Anlässen und bei einem Hefeweizen- Bier kann es dann doch schon einmal passieren.

Zur Zeit betreibe ich sehr viel Laufsport und kann dabei so richtig abschalten und empfinde dabei auch noch richtig Glücksgefühle. Vor geraumer Zeit habe ich mir etwas einfallen lassen und zwar möchte ich alle Seen in und um Leipzig umlaufen. Bisher habe ich den Schladitzer See (Umfang 10 km), Kulkwitzer See (Umfang 8 km), Cospudner See (Umfang 12 km), und heute den Markkleeberger See (angeblich 9,2 km) umlaufen. Beim Markkleeberger See habe ich mich allerdings heute verlaufen, kann passieren. Mein Ziel ist es, am nächsten Leipziger Halb- Marathon teilzunehmen (20 km).

So, jetzt bedanke ich mich noch einmal für die professionelle Betreuung

(männlich, 41 Jahre)