



## **Zum Weltnichtrauchertag am 31. Mai 2012: Live-Chat mit Psychocoach und Erfolgsautor Andreas Winter**

Von *Mankau Verlag*

Erstellt am 18 Mai 2012 - 16:20

Bis vor Kurzem galt noch unumstößlich: Rauchen macht süchtig. Wer davon loskommen wollte, durfte niemals wieder zur Zigarette greifen, sonst drohe der Rückfall ins alte Muster. Diplom-Pädagoge Andreas Winter hält diese Sucht für einen „großen Irrtum“ – und konnte mit seinem tiefenpsychologischen Ansatz schon Tausenden seiner Klienten helfen, vom zwanghaften Griff zum Glimmstängel loszukommen bzw. ihn nach Belieben zu kontrollieren.

„Optionsraucher/-nichtraucher“ statt Askese

Vor genau fünf Jahren, am Weltnichtrauchertag 2007, veröffentlichte der „Psychocoach“ seinen erfolgreichen Buch-Ratgeber „Nikotinsucht – der große Irrtum. Warum Nichtrauchen so einfach sein kann!“, in dem der Iserlohner das Rauchverhalten von seinen psychologischen Hintergründen her aufrollt. Das Ergebnis jahrelanger Forschung: Wem der Auslöser bzw. die Ursache des Rauchens ganz bewusst ist, der muss nicht mehr rauchen, kann aber. „Somit ist es möglich, dass ein Ex-Raucher sogar hin und wieder einmal aus Genuss- oder gesellschaftlichen Gründen eine Zigarette mitraucht – ohne rückfällig zu werden!“, so Winter.

Zu schön, um wahr zu sein?

... fragen sich viele – ist nach herrschender Meinung der Weg zum Nichtraucher doch mit Entzugserscheinungen, Frustration und hohem Rückfallsrisiko gepflastert. Andreas Winter jedoch praktiziert in seinem Institut „Powerscout Wellness Coaching“ seine wissenschaftlich fundierte Methode bereits seit zehn Jahren mit überwältigendem Erfolg – das Coaching, innerhalb dessen ein Raucher die Ursachen seines Rauchverhaltens analysiert und reflektiert, sodass er ab sofort nicht länger das Bedürfnis hat zu rauchen, dauert gerade einmal drei bis vier Stunden.

Der Psychocoach stellt sich im Live-Chat ...

Wer Fragen zu diesem einzigartigen Ansatz hat, Erfahrungen austauschen oder gegenläufige Meinungen diskutieren will, kann sich in den Live-Chat mit Andreas Winter am Weltnichtrauchertag einschalten: Am 31. Mai 2012 von 19 – 20.30 Uhr unter <http://www.mankau-verlag.de/aktuelles/chatraum/> [1].

### **BUCHTIPP:**

Andreas Winter: Der Psychocoach 1: Nikotinsucht – der große Irrtum. Warum Nichtrauchen so einfach sein kann. Mankau Verlag, 2. Aufl. 2008, 14,95 Euro (D) / 15,40 Euro (A). Hardcover mit Starthilfe-CD, 157 S., ISBN 978-3-938396-10-0

### **LINK-EMPFEHLUNGEN:**

- \* Informationen und Leseprobe zum Buch "Nikotinsucht - der große Irrtum": <http://www.mankau-verlag.de/verlagsprogramm/psychologie/winter-andreas-d...> [2]
- \* Mehr über Andreas Winter: <http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-q-z/winter-andreas/> [3]
- \* Internetforum mit Andreas Winter: <http://www.mankau-verlag.de/forum/forum.php> [4]



- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:05):** <http://medkom24.eu/node/16282>

**Links:**

[1] <http://www.mankau-verlag.de/aktuelles/chatraum/>

[2] <http://www.mankau-verlag.de/verlagsprogramm/psychologie/winter-andreas-der-psychocoach-1-nikotinsucht-der-grosse-irrtum/>

[3] <http://www.mankau-verlag.de/autoren/autoren-q-z/winter-andreas/>

[4] <http://www.mankau-verlag.de/forum/forum.php>