



차원이 다른 금연교육!

가장 쉽고 안전하게, 영원히 진짜 금연을 하다!

중독의 과정을 역이용하는 금연 – 마음금연 특강

소개

99%

이 수치는 의지, 금연보조제, 금연약, 전자담배 등을 이용해서 금연을 시도한 사람들이 1년 이내에 금연에 실패하는 통계치, 즉 1년 이내의 금연실패율입니다. 대한민국에서 담배가 나쁘다는 것을 모르는 사람은 없을 것입니다. 건강, 대인관계 개선, 업무향상을 위해서 금연은 이제 필수가 되었습니다. 하지만 많은 흡연자들이 금연을 시도하지만 대부분 1~2년 안에 실패하게 됩니다. 그 이유는 담배가 뇌에서 작동하는 근원적인 작동을 무시한 채로 효과가 떨어지는 금연방법들을 통해서 금연을 시도하기 때문입니다. 더구나 개인 및 기업, 단체 금연교육에서 흡연이 나쁘다는 정도의 내용을 전달하는 것은 아무런 의미도 없습니다.

흡연자의 뇌 속에는 담배를 끌어오는 강력한 정보들이 있습니다. 이 뇌 속의 흡연정보를 근원적으로 제거하지 못하기 때문에 처음 열거한 금연방법들은 단기적으로는 효과가 있을지 모르지만 대부분 실패하게 됩니다. 본 과정은 흡연자가 자신의 뇌 속에서 강력하게 작동하는 흡연정보(흡연뉴런)를 뇌 과학적으로 제거하여, 쉽고 안전하게 그리고 영원히 금연하는 방법을 습득하는 금연 과정입니다.

교육 특징

- 마음금연은 SR마인드 연구소에서 세계최초로 자체 개발한 한국인에게 가장 적합한 뇌 과학적 금연 프로그램으로, 15년간 약 1,000여명의 개인 임상으로 실질적인 효과가 나타난 획기적인 금연방법입니다. 현재 특허출원 중입니다.
- 마음금연은 인간의 뇌 속에서 흡연을 유도하는 감정적 정보인 흡연뉴런을 제거하는 금연방법으로, 부작용 없이 그 무엇보다 가장 안전하고 효과가 높습니다.
- 마음금연 (진짜 담배 끊는 앱 - 네버스모킹) 스마트 폰 애플리케이션 지원을 통해 한층 더 효과적으로 금연할 수 있는 방법을 제공합니다.
- “뇌가 하는 진짜 금연, 마음금연” 저서를 통한 효과적인 금연 방법을 제공합니다.

기대 효과

- 뇌 과학적으로 설계된 마음금연 방법을 통해서 담배를 참는 것이 아니라 빠른 시간 (1~2달)안에 담배 피우기 이전 상태인 담배를 싫어하는 상태로 되돌아가가서 영원히 금연하게 됩니다.
- 마음금연 1회 과정으로 약 80%가 담배를 바로 끊거나 흡연량이 급격히 줄어드는 효과가 나타납니다. (예: 1갑 -> 5개피 이내)
- 마음금연 금연 성공률 2~3년 내 금연 성공률 60~70%, 타 금연방법(의지, 패치, 약 등) 1% 미만

다른 금연 강의들과 차이점

“담배는 발암물질이다, 담배는 독이다, 나는 담배가 필요 없다, 나는 담배를 피우지 않는 사람이다” 등 아무리 스스로 되뇌고, 세뇌시켜도 대부분 얼마 가지 않아서 금연에 실패하게 됩니다. 그것은 뇌 속의 무의식에게 ‘쇠귀에 경 읽기’와 같은 것입니다. 흡연자의 뇌 속에서 는 그런 정보를 무의미하게 만드는 장치가 만들어져 있기 때문입니다. 그런 담배가 나쁘다는 식의 세뇌하는 금연교육은 아무런 의미가 없습니다.

마음금연은 흡연자가 왜 어떻게 흡연하게 되었는지, 중독은 어떻게 이루어지는지, 자신의 뇌 속 상태와 자신에 대해서 더 자세히 알게 되며, 또 어떻게 하면 제대로 영원히 빠른 시간 안에 금연할 수 있는지 등의 이론과 실질적인 방법을 습득하는 과정입니다.

이런 분들에게 추천합니다!

- 금연을 통해서 자기관리, 개인능력 및 업무능력 향상을 하려는 기업체/학교/단체
- 금연을 계획하고 있는 기업체/학교/단체
- 기존의 금연교육에 효과를 못 보거나 실패한 기업체/학교/단체

강사 소개

황영호 - SR 마인드 연구소 소장

- 마인드 가이드 / 중독 치료 전문가 / 중독 치료 애플리케이션 개발자 / 국제공인 NLP 프랙티셔너
- 15년 동안 1,000여명의 개인 금연 및 금주 세션 진행
- 뇌가 하는 진짜 금연, 마음금연 저자
- 진짜 담배 끊는 금연 앱 - 네버스모킹 개발자 (세계 유일의 뇌 과학적 안드로이드 & IOS 앱)

교육 과정

● 뇌가 하는 진짜 금연, 마음금연 특강 (실제 금연 & 중독예방 과정)

뇌가 하는 진짜 금연 - 마음금연 특강은 크게 2단계로 이루어져 있으며,
실제로 담배를 끊는 교육으로 진행합니다. (4 ~ 5시간)

단계	세부 교육 내용	시간
1 준비 단계	1. VAK 설문(필요한 경우) 2. 중독 및 흡연의 원리 이해 3. 흡연뉴런의 이해	1 시간 30 분 ~ 2 시간
2 흡연뉴런 제거 단계	4. 흡연 패턴 및 욕구 체크 5. 표정연습 / 가슴호흡 6. 안식처 만들기 7. 흡연뉴런 제거	2 시간 ~ 2 시간 30 분