**TÉCNICA DE AVERSIÓN**

Esta técnica la puedes utilizar si el cliente dice que tiene ganas de fumar, al finalizar la sesión 1. Aunque la mayoría de la gente deja de fumar después de la sesión 1, este script de aversión se puede utilizar durante la sesión 2.

Prepara una botella con agua, y mete colillas usadas dentro. Agita bien la botella, porque el olor que desprende la botella será nauseabundo. Esta botella la vas a utilizar durante este ejercicio y le pedirás a la persona que huela, nunca que beba!

**SCRIPT AVESIÓN**

Quiero que imagines que todo el olor desagradable, el alquitrán, la nicotina, ha sido sacada de todos los cigarros que te has fumado en toda tu vida, de todos los cigarrillos mal olientes y de todos los filtros amarillentos y quemados, y que se coloca todo en una botella de plástico…Voy a contar del 1 en adelante, y con cada número, permite notar, comienza a sentir todo ese olor asqueroso de todas las colillas de cigarros, todo el alquitrán, toda la nicotina…de todos los cigarros desde el primero…años y años de veneno, alquitrán, como si se tratase de un líquido viscoso que desprende un olor insoportable…que huele horriblemente mal

Imagínate que alguien está sujetando esta botella de plástica de asqueroso alquitrán, nicotina, aceite cerca de tu boca, cerca de tu nariz ES ASQUEROSO…y empieza a echarte ese liquido viscoso por tu cara, por tu boca…imagina esa sensación….el olor…el alquitrán, el aceite, la nicotina….entrando por tu boca…y empezando a pasar por la lengua…y la garganta…es un olor nauseabundo…..por tu boca, por tu cara, por tu ropa….y empezando a pasar a tu estómago a través de tu garganta….hasta la última gota de ese líquido viscoso aceitoso tan desagradable…contaminando tu sangre, tus órganos vitales, tus pulmones…tu corazón….dañando todos esos órganos vitales para la vida….e incluso lo sientes como entrando por tus ojos, y nariz, y oídos…..invadiéndote una sensación muy muy desagradable.

Imagina ese líquido de aceite, tabaco, nicotina, alquitrán…quemado y usado, amarillento, marrón, ennegrecido…empezando a carcomer los dientes…la lengua….destrozando el sentido del gusto….y bajando por tu estómago, por tu garganta…Que asco!!

**Esta imagen queda permanentemente colocada en tu mente subconsciente. Y ante cualquier tentación de coger un cigarro, estará ahí para siempre para recordarte que lo único que el cigarro puede darte realmente es algo desagradable, dolor…Y desde este momento, rechazas con certeza y cabezonería cualquier tentación, en cualquier lugar, a cualquier hora, con cualquier persona…porque ERES LIBRE!**

Bebiendo mucho agua, toda la nicotina desaparece de tu cuerpo en solo 2 días…pero la imagen desagradable y esa sensación quedará contigo como recordatorio de tu compromiso a estar libre de tabaco para siempre!! Eres libre de la prisión del Tabaco!