

# berührung ist heilung und kommunikation

## was ist ganzheitliche körperarbeit?

durch berührung können erinnerungen und gefühle wachgerufen werden. in dem zusammenspiel von **tiefer bindegewebsarbeit, atemarbeit, stimmlichen ausdrück der gefühle, gespräch und kreativübungen** unterstütze ich dich darin , die beziehung zu dir selbst und zu deiner umwelt intensiver wahrzunehmen um zu einer von dir gewünschten veränderung beizutragen. dabei werden tiefe gefühle und unbewusste lebensEinstellungen wieder erlebt und zum ausdrück gebracht, so dass die sogenannte emotionale intelligenz des menschen wieder ihre wirkkraft entfalten kann. es kommt zu deutlichen veränderungen des körpererlebens, sodass die natürliche aufrichtekraft im körper wieder wirksam werden kann, und es kommt zu einer gedanklichen befreiung, die an einem wiederauftauchen kreativer und spielerischer impulse erkennbar wird. dein organismus kann sich neu regulieren und ein natürlicher wachstum, erneuerung und regulierung entsteht.



*achtsam  
berührt  
sein*

## körpertherapie behandelt themen wie:

zwischenmenschliche beziehungen. kommunikation. sexualität. scham.  
ängste. loslassen. offenheit. sinne entdecken. urvertrauen. liebe  
wurzeln. energie. kraft. achtsamkeit. konzentration  
gedächtnis. erinnerung. gefühl. emotion. partnerschaft. kommunikation .  
bedürfnisse. sehnsüchte. störungen. verspannungen. blockierungen. körper.  
balance. gleichgewicht. ursachen. körper. symptom. selbstliebe. empathie. selbstwert.  
selbstvertrauen. vertrauen. sicherheit. kontakt. beziehungsschwierigkeiten. mutterthemen.  
chakrenarbeit. abgrenzung. eigener weg. standpunkte. persönliches. familiäres. erdung.  
vaterthemen. pränatal-perinatal. hochsensibilität ...

ich lade dich ein, dich auf eine entdeckungsreise zu begeben und biete dir eine intensive einzelarbeit und begleitung durch ganzheitliche körperarbeit (posturale integration).

**honorar: 50 - 100 euro je nach selbsteinschätzung**  
**sitzungsdauer: ca. 90 min.**  
**termine: nach vereinbarung**

