

Aus den verborgenen Quellen der Kraft schöpfen

Dieses Selbstfürsorge- Seminar richtet sich an Menschen in einer Lebenssituation, die besondere Kräfte erfordert.

Basierend auf neurobiologisch- psychophysiologischen Vorgängen und neuen Erkenntnissen der Psychoneuroimmunologie erfahren Sie mehr über die Zusammenhänge zwischen Körper und Psyche. Daraus darf sich ein tieferes Verständnis für die Beeinflussbarkeit des Immunsystems und wesentlicher Lebensprozesse entwickeln.

Die Voraussetzung dem Körper neu zu begegnen und mit ihm zu kommunizieren, ist das Wahrnehmen elementarer und lebenserhaltender Funktionen wie Atem oder die bewusste Aufmerksamkeit auf den Körper (Body Scan).

Mittels therapeutischer Werkzeuge wie **Imagination** und **Hypnotherapie nach Milton H. Erickson** werden Brücken geschaffen, sich den inneren **Selbstheilungskräften** zu nähern und wieder vermehrt daraus zu schöpfen. Dies geschieht, in dem Sie innere Vorstellungsbilder für die eigene Zuversicht, Sicherheit, Balance und Selbstkompetenz entwickeln und nutzen.

Zielgruppe: Menschen mit oder nach Krebserkrankungen

Entdecken Sie Ihre Möglichkeiten, die vielleicht bislang im Verborgenen liegen!

Auf Ihrem Weg - durch dieses Seminar - begleiten Sie:

- **Simone Trautsch**, Diplom Psychologin und Psychologische Psychotherapeutin, Hypnotherapeutin nach Milton H. Erickson, Jugend- Familien und Paartherapeutin, Mediatorin und Supervisorin, langjährige Arbeit in der Psychoonkologie
- **Claudia Wollenberg**, Diplom Psychologin und examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin, Hypnotherapeutin nach Milton H. Erickson, Schwerpunkte in der Psychoonkologie, Psychotraumatologie, Neuro- und Rehapsychologie

