

„Satt & Glücklich“

Shiatsu als Wegbegleiterin bei Essstörungen

Sehr geehrte Damen, liebe Frauen!

Um meine 3-jährige **Ausbildung zur Dipl. Shiatsu Therapeutin** an der Internationale Shiatsu Schule Österreich im Dezember 2014 erfolgreich abschließen zu können, darf ich mich ab sofort intensiv mit meiner Diplomarbeit beschäftigen.

Diese ist dem Thema **Essstörungen & Weiblichkeit** gewidmet.

Die dahinter verborgenen Fragestellungen: Welche Emotionen und Muster steuern mein Essverhalten? Was brauche ich, damit ich erfolgreich aus dem Hamsterrad von Fressanfällen und nichts Essen aussteigen kann? Was nährt mich wirklich? Wie erlange ich wieder einen bewussten, natürlichen und liebevollen Zugang zu meinem Körper und meiner Weiblichkeit? Wie kann mich Shiatsu in diesem Prozess begleiten?

Meine Diplomarbeit gliedert sich in einen theoretischen und praktischen Teil, für den Praxisteil ist es für mich unabdingbar mehrere Frauen mit Essstörungen in einem bestimmten Zeitraum mit Shiatsu zu begleiten. Ich freue mich auf Frauen, die Lust haben sich aktiv auf diesen Prozess einzulassen.

Aktives einlassen bedeutet Selbstverantwortung übernehmen. Meinem Essverhalten, der Bulimie oder Magersucht mutig in die Augen zu blicken. Meinen Körper neu entdecken, in mich hineinspüren und herausfinden was mich wirklich nährt. Mich selbst lieben lernen, als die Frau, die ich bin.

Rahmenbedingungen

Begleitungszeitraum:

mindestens 8 Monate, z.B. ab Februar/März bis September/Oktober 2014 (ggf. gerne auch länger), basierend auf einer individuellen Vereinbarung mit der Shiatsu-Empfängerin.

Umfang des Begleitprozesses:

- Kennenlerntermin: Erstgespräch und Erstbehandlung (ca. 2,5 Stunden)
- 10 Shiatsubehandlungen im Intervall von ca. 2 Wochen (ca. 70 Minuten/Termin)
- Abschlussgespräch (ca. 2 Stunden)

Neben den 2-wöchigen Behandlungsterminen ist die Shiatsu-Empfängerin eingeladen sich aktiv am Prozess zu beteiligen. Dies passiert auf freiwilliger Basis, beispielsweise mittels Körperübungen, dem Führen eines Notizbuches, etc. Die entsprechenden Übungen werden bei den Terminen, unter Berücksichtigung der persönlichen Bedürfnisse und Möglichkeiten, vereinbart.

Wichtig:

Shiatsu ist Körperarbeit. Als solche ersetzt sie weder den Besuch eines Arztes, noch eine Psychotherapie oder sonstige medizinische Maßnahmen und Interventionen.

Die Shiatsu-Empfängerin lässt sich eigenverantwortlich auf den Prozess ein, dieser kann von beiden Seiten jederzeit gelöst werden. Ob und in welcher Form der Begleitprozess zustande kommt entscheiden wir gemeinsam nach einem ersten Kennenlerntermin.

Ort:

Stern – Praxis, Rosenauerstraße 2, 2. Stock, 4040 Linz Urfahr

Über mich:

Mag. Karen Maria Seiser, in Ausbildung zur Dipl. Shiatsu Therapeutin an der ISSÖ seit März 2012; weitere Informationen zu meiner Person und zu Shiatsu finden Sie unter:

www.sunseitn-shiatsu.at

Sie haben Interesse oder Fragen? Ich freue mich auf Ihren Anruf oder Ihr Email:

Mag. Karen Seiser

Dipl. Shiatsu Therapeutin i.A.

mobil: 0699 103 75 038

email: karen@sunseitn-shiatsu.at,

web: www.sunseitn-shiatsu.at