



**BEATRICE BIESENBAUM (\*1956)**

PSYCHOLOGISCHE BERATERIN UND ENTSPANNUNGSTRAINERIN (DPS)

Persönliche Weiterbildung seit 1985 u. a. in der Benediktinerabtei Gerleve, Billerbeck  
(Tanz/Gestaltexerzitien/Bibliodrama/Kontemplation/Meditation)

**Aus-/Fortbildungen u. a.:**

Meditativer Tanz – Qigong – Meditation – slow motion  
(Prof. Dr. Hilda-Maria Lander, Würzburg/Diedorf)

Psychologische Beratung /  
Trauer- u. Verlustbegleitung  
(Deutsche Paracelsus-Schule, Essen)

Ganzheitliche Fußmassage/Fußreflexzonenmassage  
(Deutsche Paracelsus-Schule, Essen)

Personzentrierte Gesprächsführung  
nach Carl Rogers  
(GwG, Köln)

Handauflegen/Open-Hands-Schule - Wochenende  
(Pfarrerin i. R. Giselheid Bahrenberg, Essen) - 2021

Reiki 1 – Wochenende  
(Deutsche Paracelsus-Schule, Essen) - 2023

Demenz bei Menschen mit geistiger Behinderung  
(Kolping-Bildungsstätte, Coesfeld)

**Entspannungstraining:**

Autogenes Training, Muskelentspannung nach  
Jacobson, Phantasie Reisen, Meditation,  
Chakrenreisen, Entspannung durch Farben und Düfte,  
Qigong,

Begleitung der letzten Lebensphase und  
Trauerbegleitung bei Menschen mit geistiger  
Behinderung  
(Kolping-Bildungsstätte, Coesfeld)

Fachausbildung Klangmassage  
(Deutsche Paracelsus-Schule, Essen)

Gerontologie und Krisenbewältigung  
(Deutsche Paracelsus-Schule, Essen) – 2025



**Elemente meiner Arbeit:**

Wertschätzung  
Achtsamkeit und Stille  
Echtheit und Sensibilität  
Slow-motion → Entschleunigung

**FÜR MENSCHEN MIT EINER BEHINDERUNG:**

Durch meine langjährige Begleitung von Menschen mit (geistiger, seelischer und/oder körperlicher) Behinderung ist es mir selbstverständlich geworden, dass **alle** meine Angebote auch offen sind für Menschen mit einer Beeinträchtigung.

Bitte sprechen Sie mich bei einer Anmeldung darauf an, um eine mögliche Kontraindikation ausschließen zu können.

s. auch gesonderte Information unter [www.beatrice-biesenbaum.de](http://www.beatrice-biesenbaum.de)

# MEDITATIVE ZEIT – BEI MIR SELBST ZU HAUSE SEIN ...



**TU DEINEM LEIB GUTES,  
DAMIT DEINE SEELE LUST HAT,  
DARIN ZU WOHNEN!**

- TERESA VON AVILA -

**WEGBEGLEITUNG**  **BEATRICE BIESENBAUM**

Begegnungsraum – Vaestestraße 5 – 45289 Essen-Burgaltendorf

Tel./AB: 0201.578269

Fax: 0201.59227652

mobil: 0177.6624424

E-Mail: [beatrice.biesenbaum@web.de](mailto:beatrice.biesenbaum@web.de)

[www.beatrice-biesenbaum.de](http://www.beatrice-biesenbaum.de)

## ENTSPANNUNGSMASSAGEN (EINZELARBEIT)

- ♥ Ganzheitliche Fußmassage, Handmassage und/oder Kopf-/Gesichtsmassage  
30 Minuten 35,00 € oder 60 Minuten 70,00 €

### WAS SIE ERWARTET:

Die achtsame Massage lädt – in Kombination mit ruhiger Musik – dazu ein, Stress und Spannung loszulassen, und über die Reflexzonen können die Selbstheilungskräfte Ihres Körpers mobilisiert werden. Ich verwende Weleda®-Öle: harmonisierende Wildrose, entspannenden Lavendel oder vitalisierenden Sanddorn. Sie werden den Duft mitnehmen; er wird sie begleiten in Ihren Alltag!

## MEDITATIVE KÖRPERARBEIT (EINZELARBEIT)

- ♥ Auflegen der Hände / Nachspürzeit 30 Minuten 35,00 €  
incl. Ausstreichungen und geführten Bewegungen 60 Minuten 70,00 €

### WAS SIE ERWARTET:

- Wohltuende Stille oder Klänge der persischen Ney-Flöte
- Durch Ihre Kleidung hindurch nehmen Sie die Wärme meiner achtsam für Momente aufgelegten Hände wahr – von den Fersen über die Fußgelenke, die Beine, die Hüftgelenke, die Rippen, die Schultern, die Arme, die Hände und den Kopf.
- Durch von mir geführte langsame Bewegungen Ihrer Arme und Beine, durch ein Geschehenlassen dieser äußeren Bewegungen kann ein inneres Bewegtwerden, ein Loslassen, geschehen.

## BEWEGUNGSMEDITATIONEN (EINZELARBEIT)

- ♥ MEDITATIVER TANZ & STILLE-ÜBUNGEN 30 Minuten 35,00 €  
60 Minuten (incl. 10 Minuten Klangmeditation ) 70,00 €
- ♥ HERZ-CHAKRA-MEDITATION 30 Minuten 35,00 €  
60 Minuten (incl. 10 Minuten Stille-Übungen) 70,00 €

### WAS SIE ERWARTET:

Einige Meditative Tänze & Stille-Übungen sowie die Herz-Chakra-Bewegungsmeditation sind besonders schön und berührend, wenn sie im Rahmen einer Einzelarbeit geschehen dürfen.

## KLANGMEDITATIONEN & KLANGREISEN (EINZELARBEIT)

- ♥ Klangmeditation/-reise 60 Minuten 70,00 €

### WAS SIE ERWARTET:

- den Klängen verschiedener Klangschalen lauschen, dem Klang eines Gongs, einer Stimme
- sich hinein begeben in die Welt der Klänge
- sich mitnehmen lassen in eine wohltuende Tiefenentspannung
- ankommen bei den inneren Kraftquellen

## KLANGSCHALENMASSAGEN (EINZELARBEIT)

- ♥ Klangmassage (Füße, Rücken, Bauch, Hände) 30 Minuten 35,00 €  
♥ Klangmassage des ganzen Körpers 60 Minuten 70,00 €  
(jeweils incl. Nachruhe)

### WAS SIE ERWARTET:

- Klangschalen werden auf den bekleideten Körper gestellt und zum Klingen gebracht.
- Der Ton der Klangschale berührt unser Innerstes
- Die Zellen des Körpers kommen in Bewegung.
- Wie Wellen auf der Wasseroberfläche wandern die Schwingungen durch den Leib.
- Tiefe und anhaltende Entspannung kann sich einstellen.

## GESPRÄCHE – PSYCHOLOGISCHE BERATUNG (EINZELARBEIT)

(Begegnungsraum oder auch bei einem Spaziergang „am Fluss, im Wald, im Park ...)

- ♥ Einzelgespräch 60 Minuten 70,00 €

### WAS SIE ERWARTET:

- Seel-Sorge
- Verschwiegenheit
- Echtheit
- Sensibilität
- Empathie
- Wertschätzung
- Akzeptanz
- Frei-Raum für Gedanken und Gefühle