

ANGEBOTE FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG

(GEISTIGER, KÖRPERLICHER, SEELISCHER)

Ganzheitliche Fußmassage
Handmassage
Gesichts-/Kopfmassage

„Meditative Körperarbeit & Klang“
(Einzelangebot)

Klangmassage (60 Min. – ganzer Körper)
Klangmassage (30 Min. – Hände/Füße/Bauch/Rücken)

Gespräche / Psychologische Beratung (Einzelangebot)
(z. B. Trauerbegleitung)

Klangmeditation & Klangreise (ab 30 Min.)

(jeweils Einzelarbeit)

Eine Kombination der o. g. Angebote ist sehr gut möglich!
(ab 30 Min.)

Kosten: 30 min.: 30 € 60 min: 60 €

Eine Terminabsprache ist wichtig!

Die Bezahlung erfolgt bar gegen Quittung im Anschluss an den jeweiligen Termin.

BEATRICE BIESENBAUM (*1956)

PSYCHOLOGISCHE BERATERIN UND ENTSPANNUNGSTRAINERIN (DPS)



Ich qualifiziere mich seit 1985 bis heute durch verschiedene Aus-/Fort-/Weiterbildungen für meine Angebote - Beispiele:

Entspannungstraining: u. a. Phantasie Reisen, Meditation,
Chakrenreisen, Entspannung durch Farben und Düfte, Qigong,
Fachausbildung Klangmassage
(Deutsche Paracelsus-Schule, Essen)

Personzentrierte Gesprächsführung nach Carl Rogers
(GwG, Köln)

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

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

Handauflegen/Open-Hands-Schule – Wochenende
(Pfarrerin i. R. Giselheid Bahrenberg, Essen)
Reiki 1 – Wochenende (2023)
(Deutsche Paracelsus-Schule, Essen)

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

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

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

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

Die Elemente meiner Arbeit sind Wertschätzung, Achtsamkeit und Stille, Echtheit und Sensibilität.

ZIELE MEINER ARBEIT

Ich möchte, dass es Ihnen bei mir gut geht – dass Sie sich spüren „von Kopf bis Fuß“ in Ihrer Lebendigkeit!

Meine Angebote sind „Wohlfühl-Angebote“, sind eine Auszeit vom Alltag!

Es kann sehr gut tun, einfach „da sein“ zu dürfen – den Duft des Rosenöls, des Lavendelöls oder des Sanddornöls zu atmen – nicht zu reden – einer schönen Musik oder dem Klang der Klangschalen zu lauschen – nichts tun zu müssen – den eigenen Atem zu spüren und achtsame Berührung zu genießen ...

Manchmal im Leben – besonders, wenn es ganz schwer geworden ist – kann es auch gut tun, zu reden.

Erzählen zu dürfen, was traurig macht, oder wütend, oder auch ganz durcheinander.

Erzählen dürfen und zu wissen, nichts wird weitererzählt.

WAS SIE ERWARTET

Ganzheitliche Fußmassage oder Handmassage oder Gesichts- und Kopfmassage mit Weleda®-Rosenöl, -Lavendelöl oder -Sanddornöl (Einzelangebot)

Durch die Massage unserer Füße und/oder Hände wird der gesamte Körper angesprochen, so dass die Selbstheilungskräfte angeregt werden können. Die Massage des Gesichtes, des Kopfes kann eine besonders schöne Erfahrung sein.

Das Rosenöl tut Leib und Seele gut, denn der Duft der Rosen hilft, alles Belastende loszulassen.

Das Lavendelöl legt einen „schützenden Mantel“ um und erinnert auch an „Weite und Freiheit“ der Lavendelfelder.

Das Sanddornöl weckt die Lebenslust und schenkt Sonne, Licht und Wärme.

Achtsame Berührung kann sehr gut tun ...

Klangmeditationen & Klangreisen (Einzelangebot)

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

Das Gefühl einer wohltuenden Geborgenheit kann sich einstellen.

Klangmassage der Füße/Hände und/oder des Bauch-/Rückenbereiches

(Einzelangebot)

Klangschalen werden auf den bekleideten Körper oder neben ihn gestellt und in gleichbleibendem Rhythmus zum Klingen gebracht. Die Vielfalt der Klänge und die Fülle der Obertöne können unser Innerstes berühren, die Seele zum Schwingen bringen. Jede einzelne Zelle des Körpers kommt in Bewegung.

Lebensenergie kann fließen.

„Meditative Körperarbeit“ (Einzelangebot)

Elemente aus der Leibarbeit

- nach Absprache -

Beispiele:

- Meditatives Einschwingen in zwei Musikstücke zu Beginn und zum Ende (auch im Sitzen oder Liegen im Pflegebett)
- Beruhigende Berührung mit langen, langsamen Streichungen mit den Händen (über der Kleidung)
- Aktivierende Massage mit Igel- oder Tennisbällen und Holzmassageroller (über der Kleidung)
- Massage der Füße und/oder der Hände und/oder des Gesichtes mit wohlriechendem Öl
- Eine Reise durch den Körper (Bodyscan) – begleitet von Klangschalen & Gong & Stimme
- Bewegungsmeditation – Herz-Chakra-Meditation incl. Nachspüren

Einfach da sein und sich spüren dürfen ...

Gespräche / Psychologische Beratung (z. B. Trauerbegleitung) (Einzelangebot)

In schweren Lebenssituationen kann es gut sein, mit jemandem zu reden. Mit jemandem, der nur zum Zuhören eingeladen ist. Rituale mit Musik zu Beginn und zum Ende eines Gesprächs können besonders schön sein. Und eine Kerze gestalten, eine Schatzkiste anlegen ...

Miteinander erfahren, was jetzt gut tut – und was mir früher geholfen hat.