

NEWS APRIL



Wir alle befinden uns in einem nie dagewesenen Ausnahmezustand. Es gibt die Seite derer, die warnen und Ängste verstärken, es gibt die Seite derer, die entwarnen und beruhigen.

Was sagt die Ebene der Familienaufstellung dazu?

Jeder ist von der Krise und den Ausgangsbeschränkungen betroffen, doch für den einzelnen ist die Begegnung mit dieser außergewöhnlichen Situation, all ihren Folgen und Nebenwirkungen etwas individuelles.

Ich beobachte

Einsamkeit, Hilflosigkeit, Überforderung, Angst, Wut

und

Liebe, Entspannung, Gedankliche Tiefe, Glück im Kleinen, Besinnen aufs Wesentliche.

Welcher Knopf bei Dir gedrückt wird hat nichts mit der äußeren Situation zu tun, sondern mit Deiner persönlichen Vergangenheit, Deinem Charakter und Deiner Tagesform.

Dein inneres Streben nach Weiterentwicklung nutzt jede außergewöhnliche Situation, um daran zu wachsen, besonders auch diese.

ANREGUNG:

Erinnere Dich zurück.

Welche Situationen aus der Vergangenheit sind mir präsent?

Wie bin ich daran gewachsen?

Welche Entscheidung habe ich getroffen die mich weiter gebracht hat?

Welche Entscheidung hätte ich gern anders getroffen? Warum?

Denke an heute.

Was triggert mich besonders an? Vor welche Schwierigkeit stellt mich diese Situation?

Hat sie was mit der Situation von früher gemeinsam?

Wo will ich hin/ was ist mein Ziel/ welchen Wert möchte ich vertreten?

Welche kreativen Chancen zur Veränderung habe ich gerade jetzt?

Welche Entscheidung möchte ich diesmal treffen?

Unter dem oberflächlichen Stillstand ist Bewegung... Vorbereitung, aber auch schon Umsetzung für das Kommende. So auch in der Praxis.

Die Praxis Innere Mitte hat neue Therapeutinnen dazu gewonnen.

Wir haben sorgfältig ausgewählt und ganz besondere Fische in die Walfischgasse gezogen :), die viel geistige und emotionale Tiefe mitbringen. In den **ANHÄNGEN** stellen sich unsere Kolleginnen in Ihrer Persönlichkeit und Ihren Fähigkeiten vor.

Ein herzliches Willkommen für

♣ **Sonja Rieder**

♣ **Helena Stroh** und

♣ **Martina Wallisch**

Auch beim alten Kernteam hat sich einiges getan.

♣ **Sandra Steiner** stellt nach ihrer „New Spirit“-Ausbildung ihre neuen Methoden vor

♣ **Angelika Blattner** arbeitet mit MindTV – eine interessante Therapiemethode auch für Kinder

♣ **Meine neuen Erfahrungen**

Telefon-Aufstellungen:

Wer einen ruhigen Platz zu Hause findet, Stühle, Kissen, einen Stein/ schweres Buch und einen Schal bereit hält, kann mit mir wie gewohnt (!?) in geführten Aufstellungen eigene Themen lösen.

Telefon-Beratung:

ich berate mithilfe von Intuition und Erfahrungsschatz zu einem gewünschten Thema.

Du bereitest Fragen vor, ich beantworte sie, decke hintergründige Themen dazu auf und beleuchte verschiedene Seiten, die evtl. übersehen wurden.

Termine sind (bis die Kitas wieder öffnen) möglich:

Werktags Nachmittag (14-18 Uhr) und an Sonn- und Feiertagen auch vormittags.

Infos holen oder Termin vereinbaren: Persönlich, SMS oder Messenger: **0177-3267278**

oder Mail@praxispfaffenzeller.de

Das Stattfinden der Gruppenveranstaltungen ist abhängig von den Ausgangsbeschränkungen.

Bis 19.4. sind alle Veranstaltungen abgesagt.



FROHE OSTERN im kleinen Kreis
wünscht Euch Petra
Petra Pfaffenzeller-Joeken,
Heilpraktikerin in der Praxis Innere Mitte
Walfischgasse 11, 89073 Ulm
0177-3267278
www.petrapfaffenzeller.de



SONJA RIEDER

Ich bin Heilpraktikerin
und gelernte Krankenschwester, sowie Fachkrankenschwester für OP- und Endoskopiedienst.

Weil ich schon immer den Wunsch verspürte, mit Menschen zu arbeiten und ihnen begleitend und helfend zur Seite zu stehen, absolvierte ich die Ausbildung zur Krankenschwester. Während meinen Ausbildungen und der Tätigkeit im OP vertiefte ich mein schulmedizinisches Wissen in Theorie und Praxis.

Allerdings hat mein Herz schon immer stark für die Naturheilkunde geschlagen. Immer zog es mich in die Natur und schon als Kind war ich von den Farben der Edelsteine und den Düften der ätherischen Öle verzaubert. Heute weiß ich um deren kräftigende Wirkung, schätze und nutze diese für mich in meinem Alltag. Die Schönheit der Natur und ihre natürlichen Heilmittel faszinieren mich nach wie vor.

Durch meine Ausbildungen in Therapiemethoden wie der Dorntherapie und der integrativen Osteopathie bemerkte ich bald, dass diese sanften Methoden den Zeitraum der Wundheilung und der Genesung nach Unfällen, Verletzungen und Operationen verkürzen und Schmerzen reduzieren können. Diese Therapieformen stellen für alle Menschen eine wertvolle Hilfe dar, da es durch alltägliche Fehlbelastung oftmals zu Schmerzen im Rücken oder im Bewegungsapparat kommen kann.

Ich beschäftigte mich immer intensiver mit naturheilkundlichen Verfahren und wurde schließlich Heilpraktikerin. Über die Jahre bildete ich mich weiter und übe nun folgende Therapiemethoden erfolgreich aus:

- SRT – Ursachenfindung mittels Pendel
- Integrative Osteopathie
- Dorntherapie/Breußmassage
- Golgi-Schmerzpunkttherapie
- Akupunktur
- Ayurvedische Manualtherapien
- Homöopathie und Phytotherapie

2005 belegte ich Kurse in „SRT“ – eine Arbeit mittels Rute oder Pendel. Im Laufe der Jahre entstand und entwickelte sich aus meinen Erfahrungen ein eigenständiges System, mit dessen Hilfe ich Ursachen für Symptome und Beschwerden ausfindig mache, um so ganzheitlich behandeln und beraten zu können.

2014 nahm ich mir eine Auszeit und verwirklichte mir meinen bis dahin lang gehegten Traum. Ich ging einen Sommer im Berner Oberland (Schweiz) auf die Alp. Die Zeit des sehr engen Zusammenlebens mit den Tieren und der Natur prägte mich nochmals grundlegend. Seitdem weiß ich um die besonders starken Kräfte, die der Natur und auch uns Menschen innewohnen, weil wir Menschen ein Teil der Natur sind.

Da mir der persönliche Kontakt zu den Menschen am Herzen liegt und ich Ihnen gerne persönlich vermitteln möchte wie ich arbeite, biete ich in der Praxis Innere Mitte Informationsabende an.

Ich freue mich sehr auf Ihr Kommen und meine neue Tätigkeit in der Praxis Innere Mitte.

Termine für Infoabende:

09.05.2020 17:00 – 18:00 Uhr Samstag

23.05.2020 17:00 – 18:00 Uhr Samstag

27.05.2020 19:00 – 20:00 Uhr Mittwoch

30.05.2020 17:00 – 18:00 Uhr Samstag

Telefonischer Kontakt, sowie [Anmeldung](#) zu den Infoabenden unter [0160/56 54 621](#).

Bitte sprechen Sie mir auf die Mailbox, ich rufe Sie gerne sobald als möglich zurück.

Viele Grüße, Sonja Rieder



♣ HELENA STROH

Psychokinesiologische Beraterin

Mich motivierten persönliche Gründe, mich mit Gesundheit, Krankheit und Medizin auseinander zu setzen. Seit 2012 stelle ich mir die interessante Frage: Warum steigt die Krankheitsquote trotz technischen Fortschritts immer weiter? Diverse Lehrgänge und Seminare gaben mir Antworten und für mich etablierten sich folgende Arbeitsschwerpunkte:

- Psychokinesiologie
- Seminarleitung in der Bioenergetischen Regenerationsmethode nach Erich Korbler (Einhandrute)

Mit diesen Werkzeugen gelingt es mir, die Zusammenarbeit von Körper, Seele und Geist zu stabilisieren, indem ich über einen spezifischen Muskeltest in Kommunikation mit dem Körper trete, die seelischen Ursachen für Beschwerden analysiere und gemeinsam mit Dir Lösungen ausarbeite.

Hierbei ist es mir wichtig dabei zu unterstützen, Dein Bewusstsein für Selbstwirksamkeit zu entwickeln und Deine individuelle Persönlichkeit zu stärken. Auf diese Weise kannst Du leichter Wege finden, Dich selbst zu heilen und unabhängiger von Fremdeinflüssen zu werden.

Ich freue mich bereits jetzt, Dir mit Hilfe eines Seminars oder einer psychokinesiologischen Sitzung ein Stück Lebensqualität zurückzugeben.

Deine Helena Stroh



MARTINA WALLISCH

Logotherapeutin - sinnzentrierte Psychotherapie und Existenzanalyse nach Prof. Dr. Viktor Frankl

Wir alle sind Gestalter und Gestalterinnen unseres Lebens – immer unter Berücksichtigung der eigenen Persönlichkeit, Biografie, Ressourcen und der äußeren Lebenssituation. Diese Gestaltungsaufgabe bietet uns viel Freiheit. Das Leben legt uns jedoch häufig Steine in den Weg, so dass wir unsere Möglichkeiten und Chancen nicht immer deutlich vor uns sehen. Teilweise nehmen wir im Trubel des Lebens mit all seinen Herausforderungen nicht einmal unsere Bedürfnisse und Ziele wahr. Gern unterstütze ich in meiner Beratung darin, den nächsten Schritt auf dem eigenen, sinnerfüllten Weg (wieder) zu entdecken ... und zu gehen.

„Es ist nicht schlimm, ein Ziel nicht zu erreichen, viel schlimmer ist es, kein Ziel zu haben.“
(Viktor Frankl)



Ich freue mich, in der Praxis „Innere Mitte“ mein fachliches Wissen, meine beraterische Kompetenz, meine langjährige Erfahrung als Bildungsreferentin (für (alleinerziehende) Mütter und Väter, Frauen, Paare) sowie meine persönliche Lebenserfahrung einbringen zu können.

Im Vordergrund meiner Arbeit steht das vertrauliche Gespräch, ergänzt durch verschiedene Methoden, die den Klärungsprozess unterstützen und fördern. Mögliche Themenbereiche sind unter anderem

- Gestaltung privater und beruflicher Wendepunkte
- eigene Talente entdecken und einsetzen
- gesunder Umgang mit Stress und Belastungssituationen
- unterstützende Begleitung bei Krisen
- Versöhnung mit der eigenen Vergangenheit

Gern bin ich mit Ihnen zusammen Sinnsucherin und Wegentdeckerin.

Bei Interesse erreichen Sie mich unter martina.wallisch@posteo.de.

Das Telefon ersetzt keine persönliche Begegnung, dennoch kann ich Ihnen in der aktuellen Situation bei Redebedarf gern ein Beratungsgespräch auch am Telefon anbieten.

SANDRA STEINER

Halte Deine Liebe nicht zurück

Wie fühlst du dich im Moment, in dieser Zeit und der aktuellen Lage auf dieser Welt?

Wer willst du sein in Zeiten einer Krise? Wer willst du sein nach einer Krise?

Egal was im Außen passiert, du hast immer die Wahl was in deinem Inneren passiert und was du fühlen möchtest. Konzentriere dich auf die Dinge, die du beeinflussen kannst.

Wenn du an einem Punkt angekommen bist, an dem du nicht mehr weiter weißt, weil dich deine negativen Emotionen so sehr blockieren, dann kann ich dich mit hilfreichen Methoden unterstützen, diese Emotionen umzuwandeln in Vertrauen und Liebe und somit auch dein Immunsystem stärken. Dein Immunsystem befindet sich gerade in einer Extremsituation und daher ist es wichtig, wieder in deine Kraft zu kommen.

Ich nutze dazu verschiedene Atem- und Klopftechniken, um deinen inneren Zustand zu verändern. Diese und noch viele andere Techniken nutze ich, um dich wieder in deine Kraft zu bringen, deine Selbstheilung zu aktivieren.

Auch kann ich dich dabei unterstützen, endlich Antworten/Lösungen auf deine (Lebens)-Fragen zu bekommen und noch so vieles mehr.

Mehr Infos findest du auf meiner Homepage: <https://more-life-balance.jimdofree.com>

und in kürze auch auf meiner NEUEN Homepage: <https://www.sandra-steiner.com>

Terminvereinbarung telefonisch über folgende Nummer 0172-985 2209

Entweder vor Ort in der Praxis - es ist kein Körperkontakt notwendig oder auch gerne über die Ferne per Whatsapp-Videotelefonie oder Skype

*Bewahre deine Mitte, halte die Distanz,
aber halte deine Liebe bitte nicht zurück.
Wir brauchen sie alle so dringend. Danke.*

*Von Herz zu Herz, von Mensch zu Mensch,
Sandra Steiner*



ANGELIKA BLATTNER

Seit 5 Jahren praktiziere ich als zertifizierter Coach. Zuvor war ich Sonderschullektorin in einer Ulmer Schule. Mein Traum war immer Erwachsene, Jugendliche und Kinder tiefgreifend und zeiteffektiv begleiten zu können.

Seit gut einem Jahr bin ich **Teil des Teams der „Inneren Mitte“**. Es war bisher eine so anregende Zeit in ganz wundervollem Ambiente. Unser Team hat sich zwar personell verändert, aber es ist jetzt schon spürbar, dass die schönen Qualitäten wie Hilfsbereitschaft, Offenheit, Tiefe und Spaß sich weiter und neu entwickeln werden.

Ich machte (in dieser Reihenfolge) Ausbildungen in systemischem Coaching, Hypnose, Kinderhypnose, Wingwave und **neu**: MindTV.

MindTV verbindet für mich im Grunde viele bisherigen Ansätze auf geradezu geniale Weise miteinander. Sie ist eine von **Sonya Mosimann** entwickelte Methode zur Bewältigung ganz verschiedener Themen und Probleme aus Alltag, Familie, Schule und Beruf: Ängste, Unsicherheiten, Blockaden, negativen Gewohnheiten, Schlafproblemen usw.

Kinder und Jugendliche begreifen diese Methode ganz schnell. Sie ist einfach, spannend und macht auch Spaß. Auch **Erwachsene** sind begeistert, weil sie endlich ihren eigenen „Film“ sehen können und spüren, wie authentisch die Wahrnehmung ist. Endlich wird nicht mehr kopflastig **über** das Problem geredet.

Wie funktioniert MIndTV?

MindTV ist wie Fernsehen im Kopf. Wenn man die Augen öffnet, ist der Fernseher in der Stirn AUS, wenn man die Augen wieder schließt ist der Fernseher EIN.

Jedes Problem ist an schlechte und unangenehme **Gefühle** gekoppelt, z.B. Angst, Neid, Wut, Langeweile. Es ist jedoch schwierig, diese **Gefühle** genau zu beschreiben.

Mit der **inneren Vorstellungskraft** gelingt es jedoch so gut wie allen Menschen **Form und Farbe** im Körper wahrzunehmen. Gefühle werden im Körper z.B. wie stachelige Objekte, schwere Steine, Gestrüpp, Schleim wahrgenommen.

Nun fällt es leicht, immer unter meiner Anleitung, dieses **unangenehme „Objekt“ aus dem Körper herauszuziehen**, alles mit geschlossenen Augen, mit der Kraft der inneren Vorstellung. Es wird entweder zerstört oder dem Besitzer zurückgegeben.

An die nun **leere Stelle** werden gewünschte Gefühle eingefügt. Diese Momente sind wundervoll, weil diese Gefühle auf den ganzen Körper ausstrahlen und tief verankert werden.

Der **Kreativität** ist keine Grenze gesetzt. Bei Leseschwäche wird das „Buchstabenzimmer“ im Kopf gefunden und die Leitungen, die zum Gehirn führen gereinigt oder entwirrt. Ein neues Selbstbewusstsein kann durch Schalter hochgedreht werden.

Ich weiß, beim Lesen klingt das alles unglaublich und auch Sie fragen sich vielleicht, ob diese Vorgehensweise wirklich helfen kann.

Ja!

Das Unterbewusste arbeitet hauptsächlich mit Bildern. Sie kennen das vielleicht auch von Träumen. Dem Unterbewussten ist es egal, ob etwas real erlebt wird oder nur in der Vorstellung. Und das Wichtigste: Bei **MindTV** arbeiten wir mit der **Sprache des Unterbewussten**.



Diese Arbeit macht unglaublich Spaß und die Ergebnisse sind für mich einfach berührend.

Ihre Angelika Blattner