

*Was macht mein Trauma ohne mich?*

# *Intensivseminar*

Traumatherapie - Anleitung zur Veränderung

Ein 5-tägiges Lebens-Veränderungs-Selbsterfahrungs-Seminar

## Leitung



**Claudia Schneekloth**

Heilpraktikerin für Psychotherapie mit Weiterbildung zur Hypnosystemischen Therapeutin, Ganzheitlichen Ernährungsberaterin, Psychologischen Beraterin, in Touch for Health I und II, Neurolinguistisches/Hypnosystemisches Gewichtsmanagement, Verhaltenstherapie, Traumatherapie mit EMDR, Klopfakupressur EFT, Brainspotting, Hypnose Masterclass und Psychotraumatherapie (GTPG)

Seit 2011 Tätigkeit in eigener Praxis und seit 2014 Studienleiterin der Paracelsus Heilpraktikerschule in Göttingen

Ich liebe Sperrmüll! Oft sind Dinge dabei, die zwar auf den ersten Blick wie Abfall aussehen, aus denen man allerdings mit etwas Veränderungswillen und Phantasie ganz zauberhafte neue Sachen kreieren kann. Es gibt aber auch Teile, die sollte man einfach nur entsorgen und nicht mehr dran denken.

In Bewegung zu kommen ist wichtig - körperlich wie geistig.

Auch ich bleibe in Bewegung durch meine Klienten, die mich immer wieder fordern, neu hinzusehen, denn jeder Klient ist individuell und unvergleichbar.

Ich habe verschiedene Ansätze gelernt und darf so immer das passende aus einem Fundus an Therapierichtungen und individuellen Ideen heraussuchen.

Diese Beweglichkeit und Flexibilität macht meine Arbeit aus. Ich freue mich darauf, Sie kennenzulernen.



## **Annika Hesse**

Jahrgang 1974, Mind Soul Body Coach, Mind Soul Body Coach, Yogalehrerin, Gruppenleiterin für Tantra-, Hatha- und Kundalini Yoga – orientierte Transformationsarbeit, Dozentin, Access Bars Practitioner, Ho`oponopono Practitioner

Ich liebe es, Menschen in ihren Körperprozessen zu begleiten. Körperübungen, Meditation und Tiefenentspannung aus dem Yoga erlauben die achtsame Körperwahrnehmung und lassen eine neue Verbindung zu sich selbst und mit der Welt zu. Liebevolltes Annehmen, Freundschaft schließen sowie das Annehmen der Geschenke des Körpers und seiner Grenzen wird gefördert. Schmerzliche Erfahrungen, die im Körper gespeichert sind, können sich auf sanfte Weise lösen, gewonnene Einsichten im System verankert und nachhaltig vertieft werden. Ausgewählte Meditationen und Klänge tragen durch den Prozess und lassen zur Ruhe kommen.

Eine neue Verbindung mit dir selbst.

In diesen Tagen werden Sie mit verschiedenen Übungen auf körperlicher, psychischer und geistig/ spiritueller Ebene vertraut gemacht, mit denen eine Traumaverarbeitung möglich ist, und mit denen Sie auch anschließend in Eigenregie weiterarbeiten können.

**Der Weg:**     **Stabilisieren**

**Anerkennen**

**Selbstfürsorge(n)**

**Integrieren**

Wir arbeiten mit EMDR (Augenbewegungen), Brainspotting Muskelzittern, Klopfakupressur, Yoga, Selbstheilungsverfahren, hypnosystemisch mit Visualisierungen, Trancereisen, Symbolen, der Ego State Therapie, sowie mit Imaginationen und Meditation.

Diese Retreat-Woche ersetzt keine Psychotherapie!

InteressentInnen, die sich in einer therapeutischen Behandlung befinden oder schwere Erkrankungen haben, sollten die Teilnahme am Retreat mit ihrem Therapeuten oder Arzt absprechen.

## Gruppenstärke

7-10 Personen

## Teilnahmevoraussetzungen

Bereitschaft zur Selbsterfahrung, Interesse an der Gruppe und sind ebenso Voraussetzung für die Teilnahme wie ein Gespräch mit der Leiterin.

## Termine

**Montag, 16. November 2020 - Freitag, 20. November 2020 in Göttingen**

**Montag, 12. April 2021 - Freitag, 16. April 2021 in Flensburg**

### **Zeiten:**

an allen Tagen 09.30 – 17.30 Uhr

## Veranstaltungsort

**wird bekanntgegeben**

## Kosten

**1.200,00 Euro** Preise inklusive Erfrischungen, Kaffee und Pausensnacks

### **Rücktrittsbedingungen:**

- ab 6 Wochen vor Seminarbeginn 50% des Teilnehmerbeitrages
- ab 4 Wochen vor Seminarbeginn werden 100% des Seminarbeitrages fällig.

## Anmeldung und Information

**Heilpraxis für Psychotherapie**

**Claudia Schneekloth**

Johanniskirche 19/20

37073 Göttingen

Mobil: 01753804397

Festnetz mit Anrufbeantworter: 0551-3703860

Email: [clauschnee@t-online.de](mailto:clauschnee@t-online.de)