

Praxis für Bewusste Lebensgestaltung®



Doris Guidon



Geb. 1947, 2 erwachsene Söhne. Dipl. Pflegefachfrau.

Seit 1982 Praxis für reflektorische Atemtherapie, Yoga und Körperpsychotherapie®. Postural Integration®.

Biofelddiagnose, NLP, Fachfrau für Frauengesundheit.

Trainerin für Sexual Grounding Therapy®.

Mitglied: EABP (European Association for Bodypsychotherapy); ASGTT (Association of Sexual Grounding Therapy® Therapists/Trainers). SVEPI (Schweiz. Verband für Energetic- und Postural Integration).



Marco Guidon



Geb. 1948. Phil. und Chemie an Uni und ETH.

Praxis für Körperpsychotherapie® seit 1987. Trainer in Energetic- und Postural Integration®. (Neoreichiansche Atemtherapie). Craniosacralarbeit.

Trainer für Sexual Grounding Therapy®

Mitglied: EABP (European Association for Bodypsychotherapy); ASGTT (Association of Sexual Grounding Therapy® Therapists/Trainers); ICPIT (International Association for Postural Integration Trainers). SVEPI (Schweiz. Verband für Energetic- u. Postural Integration).

So finden Sie uns

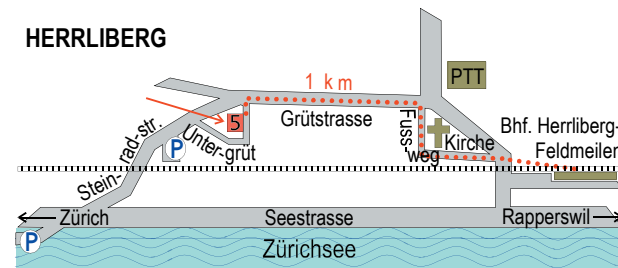
Mit der Bahn:

Aus Richtung Zürich oder Rapperswil mit der Bahn S-6 oder S16 bis zum Bahnhof Herrliberg-Feldmeilen. Von dort erreichen Sie uns leicht zu Fuss

Mit dem Auto:

Sie folgen der Seestrasse Zürich-Rapperswil. Herrliberg liegt zwischen Erlenbach und Feldmeilen. Öffentliche Parkplätze sind genügend vorhanden.

Der Hauseingang Nr. 5 liegt im Garten.



Wir senden Ihnen gern detaillierte Informationen zu Ausbildung, Workshops und Kursen kostenlos zu.

Praxis für Bewusste Lebensgestaltung®

Doris und Marco Guidon

Untergrüt 5, CH-8704 Herrliberg

Tel. +41 44-915 07 56

Fax +41 44-915 07 04

Web: www.koerpertherapie.ch

e-mail: info@koerpertherapie.ch



PI

POSTURAL INTEGRATION® PI
EINE KÖRPERORIENTIERTE THERAPIE

In unserer gemeinsamen Praxis (seit 1987) für Körperpsychotherapie und Sexualtherapie in Herrliberg bieten wir Einzeltherapie und Partnerberatung an. Gemeinsam führen wir 4-jährige berufsbegleitende Ausbildungen in Postural Integration® durch sowie Weiterbildungen in Energie- und Atemtherapie, Partnerseminare in Sexual Grounding® und Einführungen in schamanistische Psychologie.

Warum Postural Integration?

Die persönliche Lebensgeschichte eines Menschen sowie seine einschränkenden psychischen Programmierungen sind im Körpergedächtnis gespeichert und begrenzen die Beweglichkeit und das Verhalten. Nicht verarbeitete Krisen bleiben als chronische Spannungen im Körper zurück, z.B. als Rückenschmerzen, steifer Nacken, Fettpolster etc.. Wir sprechen vom «Panzer», dem manifestierten Schutzmechanismus, den Menschen sich von frühester Kindheit an aufgebaut haben.

So machen wir uns unempfindlich gegenüber Verletzungen und halten im Körper immer wieder unausgedrückte Gefühle wie Ärger, Angst, Trauer aber auch Freude, Lebenslust und Liebe zurück. Auf der Verstandesebene können Entscheidungsunfähigkeit und starre Denksysteme die Folge sein.

Dieser «Panzer» ist es, der sich als Widerstand gegen Veränderungen wehrt: wir haben uns längst mit ihm arrangiert, obwohl wir ihn damit immer wieder neu festigen. Er lässt die bestehenden Strukturen erstarren und erstickt zunehmend jegliche Spontaneität.

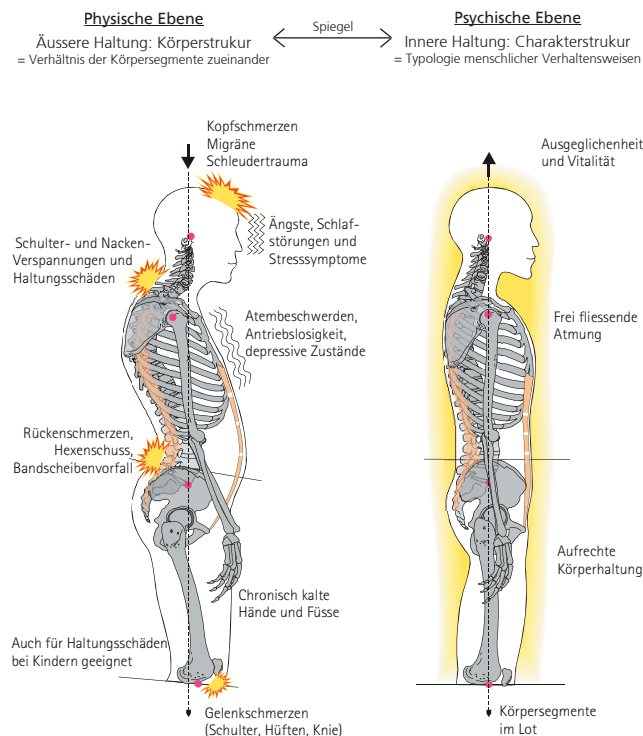
Wie läuft eine PI-Therapiesitzung ab?

PI ist eine prozessorientierte Arbeit. Jede Sitzung ist unterschiedlich, da sich ihr Verlauf nach der individuellen Lebensgeschichte, der aktuellen Situation des Klienten richtet.

Am Anfang der therapeutischen Zusammenarbeit steht der Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung zwischen Klientin und TherapeutIn. In Rollenspielen, im Gespräch, in der Körper- und Atemarbeit lernt der Klient, aufkommende Gefühle auszudrücken und immer selbstverständlicher auch zu seinen Bedürfnissen zu stehen.

Der therapeutische Fokus richtet sich primär auf die Entwicklung gesundheitsfördernder Lebensbedingungen statt auf Krankheit. Physische und psychische Beschwerden verschwinden dabei manchmal “wie von selbst”, weil sie oft Ausdruck unverarbeiteter Erfahrungen und damit unbewusst fehlgeleiteter Energie sind.

Der Prozess geschieht gleichzeitig auf der physischen und psychischen oder der äusseren und inneren Ebene.



Die **desintegrierte Körperstruktur** ist Ausdruck innerer ungelöster Konflikte, die sich auch physisch schmerzhaft manifestieren können.

Der **integrierte Körper** hat mehr Energie zur Verfügung, ist vitaler und weniger krankheitsanfällig.

Was geschieht während der PI-Sitzungen?

Durch den umfassenden Ansatz auf mentaler, emotionaler und körperlicher Ebene verbunden mit systematischer Arbeit an Muskeln und Bindegewebe können sich die eingefrorenen Gefühle wieder befreien. Oft werden alte und tiefsitzende Traumata erkannt und aufgelöst.

Wie wirkt Postural Integration?

Das Ergebnis ist eine schrittweise Wiedergewinnung der natürlichen körperlichen Flexibilität, die zunehmend auch geistig und seelisch erfahren werden. Der freie Fluss der Lebensenergie steigert die allgemeine Vitalität für die privaten und beruflichen Herausforderungen.

Für wen eignet sich Postural Integration?

PI eignet sich für Menschen jeden Alters, die sich um ihr körperliches, seelisches und geistiges Wohlbefinden kümmern wollen. Es wird eine aktive Teilnahme und ein Sich-Einlassen auf einen Bewusstwerdungs-Prozess vorausgesetzt. Die Länge einer PI Therapie ist sehr unterschiedlich. Sie hängt ab vom Alter, den Symptomen und den Bedürfnissen der Klienten und kann zwischen einem halben bis zwei oder drei Jahren dauern.

Was kosten PI-Sitzungen?

Der Preis einer Sitzung hängt von der Dauer, der Erfahrung und vom Ausbildungsgrad der Therapeuten ab und variiert zwischen ca. Fr. 100.- und Fr. 150.- pro Stunde. Eine Sitzung dauert 1¼ bis max. 1¾ bis Std.

Übernehmen Krankenkassen die Kosten?

Die Kosten werden von Krankenkassen teilweise zurückerstattet, wenn man eine komplementärmedizinische Zusatzversicherung abgeschlossen hat. Eine Anfrage lohnt sich auf jeden Fall. Die Therapie-Methode ist von EMR und ASCA anerkannt.