Biodynamik tut gut und unterstützt wenn…

- sie sich mehr Körperbewusstsein, Entspannung, Vitalität und Lebensfreude wünschen
- sie bei Erschöpfung, Anspannung, Stress und körperlichen Symptomen einen besseren Zugang und Vertrauen zu ihrem Körper suchen
- sie alte Muster und Erfahrungen lösen wollen
- sie ihre eigentlichen Bedürfnisse, Gefühle und Impulse besser spüren und ausdrücken möchten
- sie Sehnsucht nach einem ganzheitlicheren Ausdruck und Veränderung in ihrem Leben haben

Du musst nicht gut sein.
Du musst nicht auf den Knien gehen
Hundert Meilen weit durch die Wüste,
Reue empfindend.
Du musst nur das sanfte Tier
deines Körpers lieben lassen,
was es liebt.

Mary Oliver „Wildgänse“

Claudia Schachinger

Ausbildungen

Biodynamische Körperpsychotherapie

Zertifikat der Europäischen Schule für Biodynamische Psychologie e.V. www.biodynamik.de

Entwicklungspsychologie

Weiterführendes Diplom Open University

Visionssuchebegleitung
Übergangsrituale in der Natur

Shambhala Wilderness Schule

Breitgefächterte Eigenerfahrung in körperorientierten therapeutischen Methoden

Über zehn Jahre Tätigkeit in NGOs

Jugend, Bildung, Soziales, Kinderrechte, Entwicklungszusammenarbeit

15 Jahre Erfahrung in
Kinder- und Jugendarbeit

Ich freue mich über ihre Kontaktaufnahme

+43/699/1259 80 90
schachinger@ur-sprung.info
Praxis: 1060 Wien & Mödling, Hauptstr. 73

www.ur-sprung.info

ur sprung. entwicklungspotentiale, Mag^{a}. Claudia Schachinger, Neugasse 17/5. 2340 Mödling, FN 325878 h, LG Wiener Neustadt

Mein Körper
kennt meinen Weg…

ursprung
entwicklungspotentiale

Mein Körper erzählt meine Geschichte.

Ich spüre und nehme für wahr, was zutiefst mein Eigenes ist.

Unser Körper ist der kostbarste und klügste Verbündete, den wir haben – und er ist immer bei uns. Dennoch horchen wir auf so vieles – den Verstand, die anderen, die laute Welt – und selten in uns hinein.

Unser Körper weiß, was wir für ein erfülltes, freies und geglücktes Leben brauchen. Berührungen, Bewegungen und Körperübungen der Biodynamik unterstützen, diesen ‚Schatz' in uns zu heben, die im Körper gespeicherte Erfahrungen, Sehnsüchte, Emotionen und Potentiale wiederzugewinnen und ihnen zu vertrauen.

Sich dem eigenen Spüren öffnen

Alte Muster und Symptome sind oft hartnäckig, ursprüngliche Impulse unterdrückt, Empfindungen blockiert.

Die Biodynamik hilft, Einschränkendes zu lösen, Abgespaltenes zu integrieren, sich selbst bewusster zu sein. Biodynamik regt den eigenen Ausdruck, die eigene Energie und Lebenslust an. Sie öffnet neue Zugänge zu unserer Kraft und unseren Ressourcen.

Die Verbindung mit dem eigenen Körper und seiner Weisheit führt uns zu dem, was wesentlich und heilsam ist.

Biodynamische Körpertherapie

Die biodynamische Psychologie® und Körperpsychotherapie versteht den Körper als unseren ‚Erfahrungsspeicher', der Unbewusstes hält und psychische Befindlichkeiten verkörpert. Was wir erleben, steht im Körper geschrieben. Sie wurde begründet von Gerda Boyesen und weiterentwickelt von ihren Töchtern Ebba und Mona Lisa Boyesen, beeinflusst von S. Freud, C. G. Jung und W. Reich.

Unser Organismus schwingt zwischen Spannung und Entspannung. Wo der Mensch Impulse, Empfindungen, Konflikte oder Gefühle nicht genügend verarbeitet oder ausdrückt, entstehen körperliche und psychische Schutzmechanismen und Blockaden. Diese prägen unsere Persönlichkeit und die Art, wie wir in der Welt sind.

Biodynamik bringt gestaute Energien in Fluss, setzt Impulse, ins innere Gleichgewicht zurückzufinden und befreit unsere ursprüngliche Lebendigkeit.

Von der Körperwahrnehmung ausgehend, regt die Biodynamik eine aktive ganzheitliche Auseinandersetzung auf der geistigen, psychischen und seelischen Ebene an.

Wachstum hat viele Formen…

Biodynamische Arbeit ist getragen vom Vertrauen in die positive Kraft und Weisheit des eigenen Organismus, unserer inneren Natur.

Ich begleite sie auf ihrer Forschungsreise, einen sicheren Entwicklungsraum zu öffnen, um sich von der Weisheit und Wahrnehmung ihres Körpers leiten zu lassen. Sie folgen ihrer eigenen Absicht und ihren eigenen Bedürfnissen. Ihr Körper kennt den Weg.

Meine Arbeit dient einer ganzheitlichen, körperorientierten Persönlichkeitsentwicklung und ist kein medizinisches oder psychotherapeutisches Angebot.