



Bianca Oesterheld

Als Heilpraktikerin Psychotherapie biete ich verschiedenen Therapieformen an. Mein Schwerpunkt ist die Gestalttherapie und systemische Familientherapie.

Telefon:

01573 2066887

E-Mail:

SEMINARE@FUERSORGLICHT.COM

Weitere Termine unter:

WWW.FUERSORGLICHT.COM

WWW.ZEITRAUMPLUS.DE

/FACHKOMPETENZ/

44-BIANCA-OESTERHELD

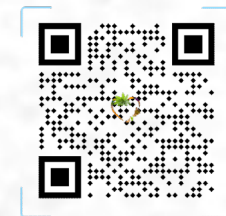
EINZELGESPRÄCHE

Als Gestalttherapeutin habe ich das Grundprinzip, mich an erfahrungsorientierten, humanistische Therapieformen, die den Menschen als Einheit von Körper, Geist und Emotionen betrachtet. Sie hilft Klient*Innen, sich ihrer Gefühle, Gedanken und Verhaltensmuster bewusst zu werden und „unerledigte Angelegenheiten“ aus der Vergangenheit abzuschließen.

Als systemische Familientherapeutin sehe ich den Menschen nicht isoliert, sondern als Teil eines sozialen Systems (Familie, Partnerschaft, Team). Probleme entstehen oft aus den Dynamiken innerhalb dieses Systems – daher geht es darum, diese Muster zu erkennen und zu verändern. Dies sind Teil-Kernaspekte der systemischen Familientherapie.

FürsorgLicht

SEMINARE Termine 2025



ZEITRAUMplus
Hufergasse 22,
45239 Essen - Werden

INNERE KIND SEMINARE

Eine Innere-Kind-Therapie ist eine tiefgehende Möglichkeit in der Psychotherapie, mit dem Ziel, emotionale Wunden aus der Kindheit zu heilen. Viele Ängste, Unsicherheiten und destruktive Muster haben ihren Ursprung in ungelösten Kindheits-erfahrungen.

Anstatt diese als Krankheit zu betrachten, sieht die Innere-Kind-Therapie sie als schmerzhaft, aber veränderbare Prägungen. Durch gezielte therapeutische Methoden – wie Imagination, Dialog mit dem inneren Kind und achtsame Selbstreflexion können diese Blockaden gelöst und neue, positive Verhaltensweisen entwickelt werden.

Wann?

03.05.2025, 07.06.2025
von 10:00 - 14:45 Uhr

EPIGENETIK SEMINAR

Epigenetik in der Psychotherapie beschäftigt sich mit der Wechselwirkung zwischen Umwelt, Erfahrungen und genetischer Aktivität. Sie zeigt, dass Traumata, Stress oder Psychotherapie chemische Veränderungen an der DNA bewirken können, ohne die genetische Sequenz zu verändern. Diese Veränderungen können die Genexpression beeinflussen und sogar über Generationen hinweg weitergegeben werden. In der Psychotherapie spielt die Epigenetik eine Rolle bei der Erklärung von psychischen Erkrankungen und der Wirkung von Therapie, da gezielte Interventionen möglicherweise epigenetische Muster positiv verändern können.

SPIRITUELLES SEMINAR

Spirituelle Hoch-Zeiten sind besondere Phasen im Leben, in denen Menschen eine tiefere Verbindung zu ihrem inneren Selbst haben. Diese Zeiten sind oft von intensiven Einsichten und tieferem Bewusstsein einer Transformation.



ANMELDUNG, WEITERE INFORMATIONEN UND TERMINE:

Wo?

ZEITRAUMplus, Hufergasse 22,
45239 Essen - Werden
WWW.FUERSORGLICHT.COM
WWW.ZEITRAUMPLUS.DE

Telefon:

01573 2066887

E-Mail:

SEMINARE@FUERSORGLICHT.COM