



Bianca Oesterheld

Hallo! Mein Name ist Bianca Oesterheld. Ich bin Heilpraktikerin für Psychotherapie – und Enkelin einer sizilianischen Großmutter, die mir Fürsorge, Klarheit und die Kunst, mit Hingabe im Moment zu leben, vorgelebt hat.

Diese Haltung prägt meine therapeutische Arbeit: mit offenem Blick, respektvoller Nähe und einem tiefen Vertrauen in die Entwicklungskraft jedes Menschen. Ich arbeite integrativ – mit Gestalttherapie und systemischer Familientherapie – und sehe den Menschen als Teil eines größeren Beziehungsfeldes. In meiner Praxis entsteht so ein Raum für Reflexion, Wachstum und Veränderung – auf dem Weg zu einem selbstbestimmten, erfüllten Leben.

Kontakt

Fürsorglicht
Bianca Oesterheld

ZEITRAUMplus
Hufergasse 22
45239 Essen - Werden
+49 1573 2066887
seminare@fuersorglicht.com
www.fuersorglicht.com

Seminare

Termine 2025




FÜRSÖRGLICHT

bianca oesterheld
heilpraktikerin für psychotherapie



Wege zu mehr Klarheit,
Tiefe und innerem Frieden

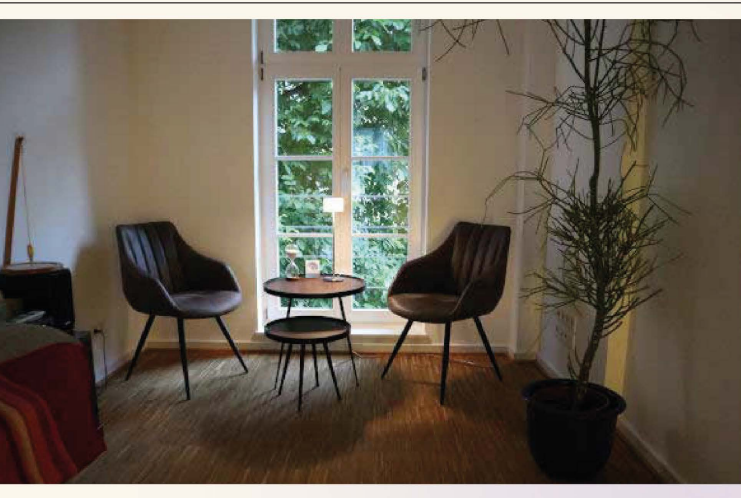
WWW.FUERSORGLICHT.COM

EINZELTHERAPIE

Raum für persönliches Wachstum - Ich arbeite mit der Gestalttherapie und der systemischen Familientherapie – zwei Ansätzen, die den Menschen ganzheitlich betrachten.

Gestalttherapie hilft, sich als Einheit von Körper, Geist und Gefühl zu erleben. Durch bewusste Wahrnehmung eigener Gedanken, Emotionen und Verhaltensmuster können alte, ungelöste Themen bearbeitet und abgeschlossen werden.

Systemische Therapie sieht den Menschen im Zusammenhang seiner Beziehungen. Viele Probleme entstehen aus wiederkehrenden Mustern in Familie, Partnerschaft oder Beruf – gemeinsam erkennen wir diese und entwickeln neue Lösungswege.



PAARTHERAPIE

Gemeinsam neue Wege gehen
Beziehungen durchlaufen Höhen und Tiefen.
Paartherapie schafft einen sicheren Raum, um festgefahrene Muster zu durchbrechen, Vertrauen wiederzufinden und neue Wege der Verbindung zu gestalten – ob bei akuten Konflikten oder zur



SEMINARE

SPIRITUELLES SEMINAR – ZEITEN INNEREN WANDELS

Manche Lebensphasen öffnen uns für tiefere Einsichten, Verbundenheit und innere Transformation. Dieses Seminar begleitet Sie durch diese besonderen „Hoch-Zeiten“ mit Raum für Spiritualität, Achtsamkeit und Wachstum. Seele – auch über Generationen hinweg.

LACHYOGA – LEBENSFREUDE ZUM MITMACHEN

Lachen ist heilsam – auch ohne Grund!
Lachyoga verbindet spielerische Übungen mit Atemtechniken und bringt Leichtigkeit in den Alltag. Für alle Altersgruppen geeignet – ohne Vorkenntnisse, aber mit garantierter Wirkung auf Wohlbefinden, Immunsystem und Herz.

DAS INNERE KIND – HEILSAME RÜCKVERBINDUNG

Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, emotionale Wunden aus der Kindheit achtsam zu erforschen und zu heilen. Durch Methoden wie Imagination, inneren Dialog und Selbstreflexion entsteht ein neuer Zugang zu sich selbst – frei von alten Mustern.

EIN MÄRCHENHAFTES PAARSEMINAR

Ein kreativer und erfahrungsorientierter Weg, um als Paar wieder in Kontakt zu kommen. Jenseits von Worten werden neue Formen der Begegnung und Verständigung erfahrbar – für mehr Lebendigkeit, Verbindung und Tiefe in der Beziehung.

EPIGENETIK & PSYCHOTHERAPIE

Erleben Sie, wie unsere Erfahrungen biologische Spuren hinterlassen – und wie psychotherapeutische Prozesse diese Spuren positiv verändern können. Ein spannendes Seminar über die Wirkung von Therapie auf Körper und Seele – auch über Generationen hinweg.

