

Horch, da klopft die Seele an! Einfach ganzheitlich gesund.

Interview zur Montagsakademie des Gewerbevereins Schönau

Schmerzen, Allergien, Schlafstörungen & Co.:
Im Rahmen der Montagsakademie begrüßen wir im Mai Bärbel und Sebastian Rockstroh, die in ihrem spannenden Vortrag neben den verschiedenen Ursachen für körperliche Beschwerden vor allem einfache Wege aufzeigenn, ganzheitlich gesünder zu leben. Die beiden sind Heilpraktiker für Psychotherapie und Hypnose und arbeiten gemeinsam im *Vitarium – Praxis für Coaching und ganzheitliche Therapie*.
Wir haben die Gelegenheit für ein Interview genutzt.

„Horch, da klopft die Seele an!“ Was soll der Titel Ihres Vortrags aussagen?

Bärbel Rockstroh:

Hinter körperlichen Beschwerden stecken fast immer auch seelische Ursachen, die häufig nicht genügend Beachtung finden. Wir wollen dazu anregen, mehr auf diese Botschaften der Psyche zu hören.

Wie können wir uns den Zusammenhang vorstellen?

Bärbel Rockstroh:

Alle Gedanken und Gefühle werden von körperlichen Reaktionen begleitet. Vorfremde erleben viele als ein „Kribbeln im Bauch“. Bei Lampenfieber wird der Mund trocken. Wenn Sie traurig sind verspüren Sie vielleicht einen Kloß im Hals und Angst zeigt sich mit Herzrasen und Schweißausbrüchen.

Soweit klar. Und was hat das mit Krankheit zu tun?

Sebastian Rockstroh:

Anspannung, Angst, Hilflosigkeit, Traurigkeit, Überforderung und Einsamkeit belasten und schwächen uns. Das können wir für einen kurzen Zeitraum gut aushalten. Lang andauernde Belastungen hingegen können zu körperlichen Beschwerden und psychosomatischen Erkrankungen führen.

Heißt das, die Betroffenen bilden sich die Krankheiten nur ein?

Sebastian Rockstroh:

Im Gegenteil. Die Symptome sind reell. Deshalb können die Betroffenen häufig gar nicht glauben, dass ihre Beschwerden von der Psyche herrühren. Eine körperliche Erkrankung ist für sie irgendwie greifbarer. Dabei zeigt schon der Volksmund den Zusammenhang deutlich auf. Denken Sie an „etwas in sich hineinfressen“, „sich etwas zu Herzen nehmen“, „Mir sitzt die Angst im Nacken“ oder „Ich habe die Nase voll.“

Was können Coaching und Therapie da bewirken?

Bärbel Rockstroh:

Wenn ein Mensch akzeptiert, dass sich hinter seinen körperlichen Beschwerden psychische Probleme verbergen, wie z.B. Stress, eine persönliche Krise, unbewältigte Trauer, Wut oder Mobbing, dann kann er lernen, diese seelischen Probleme zu bewältigen. Das ist häufig die Voraussetzung dafür, auch körperlich wieder gesund zu werden.



Jetzt bei Meine Allianz anmelden und am Allianz Vorteilsprogramm teilnehmen. Nutzen Sie die Vielfalt an Versicherungsleistungen, Einkaufsvorteilen und weiteren Angeboten - unser Dankeschön für Ihr Vertrauen. Weitere Informationen gern bei einem Gespräch.

Anja Schnepf, Allianz Hauptvertretung
Hauptstraße 8, 79677 Wembach
Anja.Schnepf@Allianz.de, www.Allianz-Schnepf.de
Tel. 0 76 73.13 66, Fax 0 76 73.93 18 19



Besuchen Sie unsere Homepage!



Und was verstehen Sie unter „Ganzheitlicher Therapie“?

Sebastian Rockstroh:

Krankheit entsteht in der Regel durch das Zusammenspiel unterschiedlicher Faktoren. Dazu gehören auch Ernährung, Bewegung, Umweltbelastungen und so weiter. In unserer Erfahrung ist wirkliche Heilung nur dann möglich, wenn die gesamten Lebensumstände eines Menschen berücksichtigt werden. Deshalb arbeiten wir im Vitarium auf verschiedenen Ebenen mit unterschiedlichen Methoden von Hypnose, Kinesiologie, Systemischer Arbeit über Natur- und Körpertherapie bis zu Ernährungsberatung und Massage.



Vortrag im Rahmen der Schönauer Montagsakademie

22. Mai 2017 um 19 Uhr im Bürgersaal Schönau im Schwarzwald

Tickets erhältlich bei Tourist-Information Schönau im Schwarzwald, Neustadtstraße 1, 79677 Schönau
Anspruchspartnerin: Denise Drändle | Mail: vorstand@hand-in-hand.com | Telefon: 0152/26 02 99 19

Abendkasse 10 EUR | Vorverkauf 8 EUR

Bärbel Rockstroh ist gebürtige Rheinländerin, 51 Jahre jung, arbeitet auf zwei Ebenen, zum einen als Heilpraktikerin für Psychotherapie im Vitarium (www.vitarium-rockstroh.de) und zum anderen als Coach für Unternehmen in BetterThanPossible. // **Sebastian Rockstroh**, gebürtig aus Windhoek, Südafrika, in Kapstadt ausgebildet als Medienwirt und als Betriebswirt, bildet zusammen mit seiner Frau das Vitarium, die Privatpraxis für Psychotherapie und zum anderen BetterThanPossible, die Unternehmensberatung. Das Unternehmen hat seinen Sitz in Münstertal. Weitere Infos dazu unter www.betterthanpossible.de // **Denise Drändle** ist die Vorsitzende des Gewerbevereins Hand in Hand im Belchenland – die Aktiven – Schönau, welcher die Montagsakademie organisiert. Weitere Infos zum Verein und zur Montagsakademie unter www.hand-in-hand.com



Decke.Wand.Boden

**Boden- und
Plissee-Aktion
im Mai**



Malerbetrieb Asal
fassade & raum

Büro
Hintere Hofmatt 9
79677 Schönau
T: 07673-8666

Studio A
Friedrichstraße 34
79677 Schönau
T: 07673-4679975

info@maler-asal.de // www.maler-asal.de