

**Mit Shiatsu und TCM die Gesundheit von Frauen fördern**

***Fortbildung in Wiesbaden***

***Termin: 03.-04.9.2022, 10.00-18.30 Uhr, 09.00-15.00 Uhr***

***Kosten: 275,00€ (10% GSD-Rabatt)***



***Meike Kockrick, GSD***

Mit dem Beginn der Menstruation bis in die Wechseljahre ist das Wohlbefinden von Frauen eng mit ihrem Zyklus verbunden. Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) vermittelt einen Einblick in die verschiedenen Lebensphasen einer Frau und zeigt, wie sie durchlebt werden können, um Gesundheit zu erhalten bzw. Krankheit vorzubeugen. So bezeichnet sie z.B. die Menstruation als das Himmlische Wasser, welches beschwerdefrei fließt.

An diesem Wochenende werden speziell die energetischen und emotionalen Aspekte von Herz, Leber und Milz, sowie des Herz- Uterus-Meridians beleuchtet. Mit ihnen ebnet sich ein Weg typische Frauenbeschwerden zu verstehen und zu behandeln; z.B. wird deutlich, wie sich emotionale Belastungen in physischen Beschwerden ausdrücken können.

Im Shiatsu wiederum finden wir verschiedene Vorgehensweisen, um die energetische Situation hinter physischen wie psychischen Symptomen von z.B. Menstruationsbeschwerden, Prämenstruellem Syndrom, Migräne oder Wechseljahresbeschwerden zu verstehen und zu behandeln. Auch langwierige Schulterbeschwerden ab dem 40. Lebensjahr lassen sich im Zusammenhang mit den Veränderungsprozessen verstehen.

Durch die Auseinandersetzung mit diesen Beschwerdebildern wird deutlich, dass es für die Gesunderhaltung wichtig ist, ein gesundes Selbstwertempfinden, Achtsamkeit für die eigenen Grenzen und Bedürfnisse zu entwickeln und persönlichen Wünschen und Träumen einen angemessenen Stellenwert im Leben einzuräumen.

Shiatsu kann Frauen in allen Lebenslagen darin unterstützen, den Bezug und das Vertrauen in den eigenen Körper wiederzufinden, generell die Gesundung erleichtern und Raum für die emotionale Belastung anbieten.

So ist das Seminar nicht nur eine Quelle von Wissen für Klient\*innen sondern auch für das allgemeine Verständnis für die Gesundheit von Frauen.

[Hier](#) geht es zur **Anmeldung und weiteren Informationen**