

EINLADUNG ZUM LIVE ONLINE WORKSHOP



# Beziehungsweise Körper

—  
8.6.2023 • ONLINE LIVE • 33 € INKL AUFZEICHNUNG  
VON NATHALIE WACHOTSCH

# lass uns ver KÖRPERN

- Gibt es Körperregionen die mit starker Scham besetzt sind?
- Gibt es Körperbereiche die überhaupt nicht wahrgenommen werden?
- Hat ein Bereich wiederholend chronisch Schmerzen ohne klare "Behandlungserfolge"?
- Wie problematisierst du dir den Körper als Störung/ Defizit?
- Was für Körperbilder hast du und wo kommen die her?
- Wieso ist Wut und Extase so wichtig für eine gesunde Verkörperung deines individuellen Seins?

## WAS ERWARTET DICH IM WORKSHOP

- verstehen wie sich sogenannte "Krankheiten" im Körper verankern (Entwicklungstrauma-Kontext)
- Zusammenhang von Umweltfaktoren und holistisches Gesundheitswissen für Körperempfinden
- wie man von der Körper-Scham zur Wut findet als ein Heilungsschritt
- individuelle Lebensstilfaktoren für körperliche Selbstfürsorge und Gesundheit verkörpern
- Neugier für Selbsterforschung mit kleinen Übungen
- Offenheit für ehrlichen Austausch in der Gruppe
- 33€ für die Teilnahme inkl. Aufzeichnung meines Inputs

---

**INFOS & ANMELDUNG ZUM WORKSHOP:**  
NATHALIE@ALLES-DEINE-SCHULD.DE