



Von der Freiheit
sexuell erfüllt zu sein

Sinnlichkeit und lustvolle Gefühle sind seit unserer Geburt Ausdruck unserer Lebendigkeit. Jeder Mensch ist in seinem Sexualerleben einzigartig.

Unsere Sexualität wird durch das sexuelle Verständnis der Eltern, der Gesellschaft, unseren sexuellen Erfahrungen und durch die Art und Weise, wie wir gelernt haben Erregung aufzubauen, geprägt. Unsere Sexualität verändert sich im Verlauf des Lebens und einer Beziehung und kann (phasenweise) als problematisch erlebt werden und somit die Lebensfreude einschränken.

An wen richtet sich das Angebot

Mein Angebot richtet sich an Paare und Einzelpersonen, die Probleme mit der Sexualität haben (fehlendes Begehren, Orgasmusstörungen, wenig Lustempfinden) und ihr sexuelles Erleben vertiefen und das Repertoire erweitern wollen. Für Frauen biete ich Beratung und Seminare zum Thema Weiblichkeit, Lust und Begehren an.

Was können Sie erreichen

Sie lernen Ihren Körper und seine Funktionsweise kennen und erhalten Anregungen und Übungen, um Ihre Situation zu verändern.

Sie setzen sich mit Ihren Wünschen auseinander und lernen, diese zu kommunizieren. Ich arbeite mit dem Ansatz des Sexocorporel und der Integrativen Körperpsychotherapie.

Was mich leitet

Ich habe eine grosse Achtung vor der Freiheit jedes Einzelnen. Beratung und Therapie sind für mich Werkzeuge, um Menschen auf dem Weg in die Freiheit und in die Selbstbestimmung zu begleiten.

Seminare

In den Seminaren werden sexuelle Themen vertieft bearbeitet, Wissen vermittelt und über Körperübungen die Empfindung und Wahrnehmung geschult. Sie finden das aktuelle Angebot auf meiner Homepage.

