

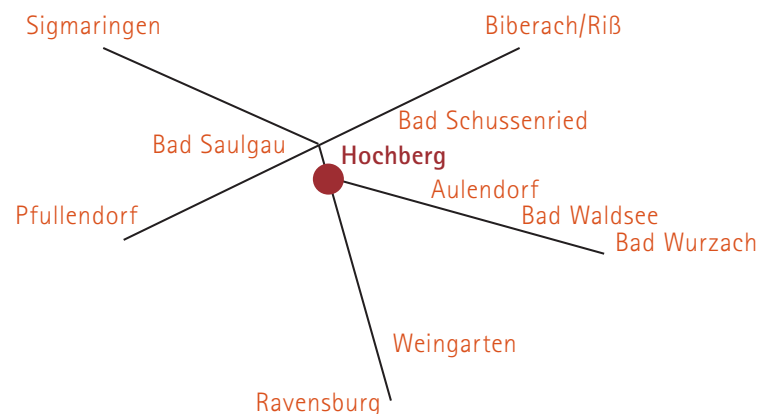


Zu mir:

Um der Begleitung und Öffnung des menschlichen Entwicklungs- und Heilungspotentiales dienlich zu sein, habe ich mich selbst auf einen langen Ausbildungsweg begeben, geleitet durch den Ruf meines Herzens nach Kompetenz, Wahrheit, Verbundensein, Mitgefühl mit mir und Anderen, Stille und Lebendigkeit.

Zur spirituellen Weiterentwicklung widme ich mich als Rhidwanschülerin den Weg des **Diamond Approach**. Dieser unterstützt die Entwicklung und Erhaltung der menschlichen Essenz, indem er westliche Psychologie und östliche Weiheit integriert.

Ich freue mich sehr mit diesen erworbenen Fähigkeiten, Menschen in einer Atmosphäre von Wertschätzung und Achtsamkeit auf ihrem persönlichen Weg zu begleiten. Das Miteinbeziehen meiner Tiere ist nach Wunsch möglich.



Von Sigmaringen, Herbertingen:

Am Ortsanfang Bad Saulgau links abbiegen auf die Umgehung Biberach/Bad Buchau. Beim 1. Kreisel Ausfahrt Ravensburg/Biberach, 2. Kreisel Ausfahrt Ravensburg, Hochbergerstraße, 3. Kreisel Ausfahrt Hochberg, in Hochberg Ortsmitte rechts in die Egelseestraße einbiegen, nach 100 m halblinks „Am Mühlberg“ hinauf, letztes Haus links.

Von Bad Buchau, Biberach:

Kurz vor Bad Saulgau 1. Kreisel Ausfahrt Aulendorf/Hochberg ausfahren, danach Richtung Ravensburg weiterfahren. 2. Kreisel Ausfahrt Hochberg, in Hochberg Ortsmitte rechts in die Egelseestraße einbiegen, nach 100 m halblinks „Am Mühlberg“ hinauf, letztes Haus links.

Von Bad Waldsee, Aulendorf:

Von Musbach weiter durch Boos und Rieden fahren. Nach Rieden links abbiegen Richtung Hochberg. Im Ort dem Straßenverlauf rechts folgen bis „Alter Dorfweg“ auf die Durchgangsstraße mündet. Links abbiegen, erste Möglichkeit rechts Richtung Schwarzenbach, nach 100 m halblinks „Am Mühlberg“ hinauf, letztes Haus links.

Von Ravensburg, Weingarten, Altshausen:

Richtung Bad Saulgau B32 (28 km), 1 km nach Schwarzenbach rechts Richtung „Hochberg“ abbiegen, in Hochberg der Egelseestraße ca. 300 m folgen, dann scharf rechts „Am Mühlberg“ hinauf, letztes Haus links.

Petra Weiß
Mühlberghof
Am Mühlberg 21
88348 Bad Saulgau-Hochberg

Telefon 07581.900150
info@petraweiss-therapie.de
www.petraweiss-therapie.de

Petra Weiß

*1961, verheiratet, Mutter, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Dipl. Reittherapeutin (SG-TR), Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG), Potentialorientierte Psychotherapie (ZIST), langjährige Selbsterfahrung und Weiterbildungen in Körperpsychotherapie, Gestalttherapie, Familienaufstellungen, Psychosynthese (H. Schmitt), Körper- und Stimmarbeit, Hypnotherapie, Imaginationsverfahren, Balintgruppe (Dr. Büntig), Meditation. Zertifizierte Traumatherapeutin **Somatic Experiencing®** (Peter Levine) und **NARM™**.

Für den therapeutischen Einsatz meiner Pferde bin ich zusätzlich ausgebildet im Umgang mit Pferden, der sich aus deren speziellem Wesen als Flucht und Herdentier ergibt. Auseinandersetzung mit der Reitkunst und der für die Therapie nutzbaren Verbindung zwischen Mensch und Pferd. Seit 30 Jahren tätig in eigener Praxis in Psycho- und Traumatherapie, Tiergestützter Therapie, Tiergestützter Traumatherapie für Kinder und Jugendliche sowie Heilpädagogischem Reiten.

Petra Weiß
Psychotherapie
NARM™

Traumatherapie Somatic Experience®
Heilpädagogisches Reiten



Potentialorientierte Psychotherapie

In einer tragenden und unterstützenden Beziehung wird es Ihnen möglich, Krisen als Chance zu nehmen, das zu spüren, was wahr ist. Sie lernen es auszudrücken und bejahend in ihr Leben zu integrieren. Sie richten ihren Fokus auf ihre Stärken und Potentiale und lernen sich wertzuschätzen.

Dies ist hilfreich bei:

- Wunsch nach Veränderung, mehr Zufriedenheit und zu sich selbst kommen
- Umgang mit schwerer, chronischer oder psychosomatischer Krankheit
- Verlust eines nahestehenden Menschen durch Trennung oder Tod
- Ängsten und Zwängen
- Sucht und Essstörungen
- Depressionen
- traumatischen Erlebnissen

Bei Kindern/Jugendlichen oft erkennbar durch:

- Schul- oder Trennungsangst, Zwänge, Phobien
- nicht organisch bedingtes Kopf- oder Bauchweh
- unverständliches Verhalten, Aggression

Schwerpunkte meiner Arbeit sind Körperpsychotherapie mit und ohne Pferd, Gestalttherapie, Gesprächspsychotherapie, Focusing, Achtsamkeitsübungen, Entspannungstechniken und Stimmarbeit.

Ich arbeite lösungsorientiert im direkt erlebbaren Hier und Jetzt unter Einbezug des direkten Kontaktes *Ich* und *Du*. Kurzzeittherapie ist möglich. Erkenntnisse aus der systemischen Familienarbeit (nach Hellinger) nutze ich, um gegebenenfalls Verstrickungen zu erkennen und aufzulösen.

Es ist möglich, das Pferd mit seinem feinen Wesen als Spiegel, Beziehungspartner und Symbol für das Getragensein in dieser Welt zu nutzen.

Neuroaffektives Beziehungsmodell™ (NARM™)

Therapie zur Heilung von Bindungs- und Entwicklungsstraumen.

Frühe traumatische Erfahrungen, die die meisten von uns mehr oder weniger dramatisch erlebt haben, beeinträchtigen unsere Fähigkeit, mit uns selber und anderen wirklich im Kontakt zu sein. Dadurch werden Lebenskraft und Lebendigkeit eingeschränkt, worauf die meisten psychischen und viele körperlichen Probleme beruhen.

- NARM™ ist eine auf körperlichen Grundlagen basierende Psychotherapie, die hilft, dysfunktionale Anteile wahrzunehmen, ohne dass diese zum Hauptthema der Therapie werden. Das Verfahren betont unsere Stärken, Fähigkeiten und unsere Resilienz. NARM™ setzt an der Regulierung des Nervensystems an.
- Ein großer Fokus von NARM™ liegt auf den fünf Grundbedürfnissen des Menschen: Kontakt, Einstimmung (eigene Bedürfnisse erkennen und äußern), Vertrauen, Autonomie und Liebe/Sexualität.
- Werden diese Bedürfnisse in der kindlichen Entwicklung nicht gestillt, entstehen Identitätsverzerrungen, die geringes Selbstwertgefühl, Scham, Schuld und chronische Selbstverurteilung zur Folge haben.
- NARM™ ermöglicht Nachreifung, Selbstregulierung, Identitätsfindung, Selbstachtung, Lebendigkeit und zunehmende Beziehungsfähigkeit.

„Die spontane Bewegung in uns allen zielt auf Kontakt. Gleich wie zurückgezogen und isoliert wir sein mögen, ungeachtet der Schwere des Traumas, das wir erlebt haben, gibt es – gerade so, wie eine Pflanze sich spontan auf die Sonne zubewegt – in jedem von uns auf der tiefsten Ebene einen Impuls in Richtung Verbundenheit.“
Dr. Laurence Heller (Begründer von NARM™)

Traumatherapie Somatic Experiencing® (SE®)

SE® ist eine körperorientierte Psychotherapie zur Auflösung von traumatischen Erlebnissen oder Schock durch Ereignisse wie **Verlassenwerden, Verlust, Missbrauch, verbale und körperliche Gewalt, Krieg, Naturkatastrophen, Unfälle, Krankheiten, medizinische oder toxische Einwirkungen**. Die Folgen dieser traumatischen Erfahrungen zeigen sich direkt nach dem Ereignis oder erst viele Jahre später – oft wenn anscheinend *kleine* Ereignisse hinzukommen – als **Angst, Panikattacken, Schlafstörungen, Depression, chronische Selbstverurteilung, Sucht, Beziehungsschwierigkeiten, Erschöpfungszustände, chronische Schmerzen oder psychosomatische Krankheiten**, wie z. B. Migräne, Asthma, Tinnitus, Bluthochdruck und Schwindel.

Ich unterstütze Sie dabei, in einer vertrauensvollen und sicheren Atmosphäre, traumatische Ereignisse, die belastend, verdrängt oder in früher Kindheit geschehen sind, zu verarbeiten, Traumaenergie aufzulösen, ohne ausgiebig über konkrete Inhalte zu sprechen.

Durch Entwicklung von Ressourcen und von mir behutsam begleitetes Nachspüren der körperlichen Empfindungen, wird die im Nervensystem eingefrorene Lebensenergie aufgetaut. Unterbrochene Orientierungs-, Flucht- oder Verteidigungsimpulse werden vervollständigt und integriert. Aktivität und Ruhe finden wieder eine angemessene Balance.

Persönliche Weiterentwicklung, behindernde Bilder, Bewertungen und Verhaltensmuster werden angemessen erneuert.

Eine Erweiterung der Kapazität, dazugehörige Gefühle wie Angst, Wut, Scham, Schuld und Trauer fein dosiert zu halten, führt nachhaltig zu einem gesunden Selbstverständnis und Vertrauen in sich und die Welt.

Mit Somatic Experiencing® ist eine gezielte Kurzzeittherapie möglich.

Heilpädagogisches Reiten

Beim Heilpädagogische Reiten arbeite ich mit einem ganzheitlichen Ansatz, um die Entwicklung der körperlichen, seelischen, geistigen, kognitiven und sozialen Kompetenz zu fördern und Nachreifung anzubahnen. Ich nutze den Kontakt zum Pferd und das Reiten, um Stärken und Fähigkeiten des Menschen zum Vorschein kommen zu lassen. Pferde helfen dabei, Lebensfreude zu wecken. Mit ihnen gemeinsam gelingt es, Spielraum zu erweitern, zur Weiterentwicklung zu ermutigen. Ängste, ausgelöst durch mangelndes Selbstwertgefühl, werden abgebaut. Gemeinsam mit den Eltern oder Betreuern erarbeite ich zielorientiert, welche Entwicklungsschritte anstehen und wo unsere gemeinsamen Förderschwerpunkte liegen.

Die Methode eignet sich für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Indikationen:

- Lern-, geistige und körperliche Behinderung
- Entwicklungsverzögerungen
- Hyperaktivität, ADS
- Verhaltensstörungen (Bettnässen, Schlafstörungen, aggressives Verhalten)
- Essstörungen
- Autismus, Mutismus, extreme Schüchternheit
- Tumore und chronische Erkrankungen