

Meine Arbeit ist besonders geeignet für

Krebspatientinnen zur emotionalen und energetischen Stabilisierung und Unterstützung während und nach der Krebstherapie.

Schmerzpatientinnen mit Fibromyalgie und Migräne zur emotionalen Begleitung, Entspannung, vitalisierenden Unterstützung und Schmerzlinderung.

Frauen mit **depressiven Verstimmungen**

Frauen mit **Vitalitätsverlust oder Burnout**

Frauen mit **Übergewicht**

Frauen in **Umbruchphasen**

Frauen in den **Wechseljahren**

Frauen, die den **Kontakt** zu ihren **Gefühlen** sowie zu ihrem **Körper** verloren haben

Frauen, **die auf dem Weg zu sich selbst** Unterstützung suchen.



Andrea Gomille

Ich bin 1962 geboren und Mutter einer erwachsenen Tochter.

Die bewusste Entscheidung, an meiner inneren Entwicklung und Heilung zu arbeiten, wurde durch eine Fibromyalgie- und Brustkrebsdiagnose ausgelöst.

Durch die Körpertherapie konnte ich für mich große Schritte der Weiterentwicklung und des Heilseins gehen und so entschloss ich mich, selbst eine körpertherapeutische Ausbildung zu machen. Neben meinen Ausbildungen hat mich auch das Leben mit seinen Herausforderungen geschult und so darf ich mich als kompetente Begleiterin von Menschen in Krisen sehen.

Berufliche Kompetenzen

Oecotrophologin und Pädagogin
Ausbildung PsychoDynamische Körper- und Energiearbeit bei Irmtraud und Anton Eckert
Erfahrbarer Atem nach Ilse Middendorf
Ausgebildete Hypnotiseurin (TMI)

Über den Körper die
Seele berühren



Praxis für Ganzheitliche
Körpertherapie

Andrea Gomille
Löwenstraße 15
68259 Mannheim
Tel: 0621 - 73 62 633
Email: post@praxis-gomille.de
www.praxis-gomille.de



Praxis für Ganzheitliche
Körpertherapie



Zu meiner Arbeit und inneren Haltung

Körper, Geist und Seele bilden eine funktionale Einheit und können demnach nicht getrennt betrachtet werden. Der Neurobiologe und Nobelpreisträger Eric Kandel weist darauf hin, dass alles, was wir geistig tun, seelisch fühlen und in Beziehungen gestalten, seinen Niederschlag in körperlichen Strukturen findet. Somit wird die Körpertherapie durch die modernen neurobiologischen Forschungen bestätigt.

Diese wissenschaftlichen Erkenntnisse, meine breitgefächerte Ausbildung und Lebenserfahrung, das Einbeziehen der Weisheit des eigenen Körpers sowie meine wertschätzende und ressourcenorientierte Haltung bilden die Grundlagen meiner Arbeit.

Erlaube dir,
die zu werden, die du bist!

Lebenskrisen können als große Chance für Veränderung und Wachstum gesehen werden und zur persönlichen Erweiterung dienen.

Oft ist es jedoch schwer, eine Krisensituation unter diesem Blickwinkel zu betrachten, weshalb Unterstützung von außen nötig ist.

Bei meinem therapeutischen Arbeiten biete ich Ihnen einen geschützten Raum, um Impulse des Körpers zu spüren und diesen zu folgen, Gefühle auszudrücken, unklare Situationen zu klären sowie hemmende Gedankenmuster herauszufinden.

Im Vordergrund steht nicht das „darüber sprechen“, sondern das emotionale und körperliche Erfahren von Energie und Blockaden sowie deren Ausdruck und Auflösung.

Ich ermutige und begleite Menschen, an ihre Quellen des eigenen Lösungspotentials und der eigenen Ressourcen zu kommen.



Körpertherapie für eine erfolgreiche Gewichtsreduktion mit Langzeiteffekt

Mit Hilfe von körpertherapeutischen Übungen, Hypnosetherapie, Atem- und Achtsamkeitstraining, Ernährungsberatung sowie Strategien zur Umsetzung in Ihren persönlichen Alltag, erhalten Sie ganz individuell abgestimmt "Handwerkszeug", um Ihr Wohlfühlgewicht zu erreichen und langfristig zu erhalten.

Körpertherapie für Schmerzpatientinnen

Chronische Schmerzen machen müde und ohnmächtig. Durch hautnahe Erfahrungen, wie die richtige Berührung sowie sanfte Massagen, erfährt das überreizte Nervensystem Entspannung und eine „Neuprogrammierung“.

Sie erhalten Raum, Ihre Gedanken und Gefühle zum Ausdruck zu bringen. Gemeinsam beleuchten wir einengende Lebensweisen und entwickeln Lösungsstrategien im Umgang mit der Krankheit.

Methoden, die ich anwende

Ganzheitliche Körpertherapie, so wie ich sie anbiete, ist eine Synthese verschiedener körpertherapeutischer Methoden.

Dies ermöglicht mir, flexibel auf unterschiedliche Problemstellungen einzugehen.

Biodynamische Therapie nach Gerda Boysen

Ziel dieser Arbeit ist die Wiederherstellung der natürlichen Fähigkeit, mit Alltagsstress, Konflikten und Gefühlen adäquat umzugehen, ohne diese zu verdrängen. Sie ist eine sanfte, nährnde und unterstützende Therapieform.

Vegetotherapie

Mit Hilfe des Atems können bisher unterdrückte körperliche, energetische und emotionale Impulse ihren Ausdruck finden.

Bioenergetik nach Alexander Lowen

Basierend auf dem Persönlichkeitsmodell der Charakterstrukturen entsteht ein besseres Verständnis des eigenen Selbst. Unterstützt durch Körperübungen werden die zuvor blockierten Lebensenergien wieder in Fluss gebracht.

Zentrale Elemente aus der **Gestalttherapie von Fritz und Laura Perls**, wie Gegenwärtigkeit, Bewusstheit, Kontakt und Beziehung.

Arbeit an der Biografie

Achtsamkeitsarbeit

Arbeit mit dem Inneren Kind

Hypnosetherapie

Hypnosetherapie zur Entspannung, Gewichtsreduktion und Raucherentwöhnung.