



Shiatsu

Mit sanftem Druck das Innerste berühren

Die aus Japan stammende Therapiemethode Shiatsu geht Beschwerden ganzheitlich auf den Grund, fördert dabei den Heilungsprozess und stärkt die Selbstkompetenz für ein gesundes Leben. Shiatsu-Therapien werden über die Zusatzversicherung der meisten Krankenkassen vergütet.

Shiatsu gehört zum Berufsfeld der Komplementärtherapie und wird in der Praxis als sehr angenehm und entspannend erlebt. Die Behandlung unterstützt Körper, Seele und Geist bei Beschwerden, in Veränderungsprozessen und in der Rehabilitation. Shiatsu fördert die Selbstwahrnehmung, stärkt die Selbstregulierung und unterstützt die Genesungskompetenz.

Anlass zu einer Shiatsu-Behandlung gibt meist ein Symptom. Die Therapie agiert jedoch nicht symptombezogen, sondern verfolgt einen ganzheitlichen salutogenen Ansatz. In der Komplementärtherapie geht man davon aus, dass Symptome Ausdruck einer beeinträchtigten Selbstregulation sind. Die Ressourcen des Menschen, seine gesunden Anteile, nicht seine Defizite stehen im Fokus. Er erfährt in der Therapie Selbstwirksamkeit, welche sein Vertrauen in sich selbst und in interne körperliche und psychische Prozesse stärkt.

Selbstwahrnehmung wird gestärkt

Im Shiatsu arbeiten Therapeutinnen und Therapeuten mit Berührung am Körper. Sie nehmen den energetischen Zustand der Meridiane und



der dazugehörenden Organe der Klientinnen und Klienten wahr, ertasten Blockaden oder energiearme Zonen und nutzen verschiedene Techniken wie Fingerdruck, Dehnungen und Rotationen, um den Energiefluss in den Meridianen und im ganzen Körper auszugleichen. Die Behandlung findet in einer ruhigen Atmosphäre auf einem Futon oder einer Liege im bekleideten Zustand statt. Klientinnen und Klienten nehmen die Berührung auf verschiedenen Ebenen wahr, sie spüren, wie ihr Körper auf die Behandlung reagiert und wie sie dabei zur Ruhe kommen. Fragen zum aktuellen Körperempfinden während der Behandlung unterstützen die behandelte Person darin, die Geschehnisse im Körper und damit Muster, Bedürfnisse und Gefühle zu erspüren und sich selbst bewusster wahrzunehmen. Denn: Selbstwahrnehmung ist ein wesentlicher Aspekt für die

Genesung. Sie erlaubt der Klientin und dem Klienten in Kontakt mit behindernden Gefühls-, Denk-, Haltung- oder Handlungsmustern zu kommen.

Zusammenhänge erkennen und verstehen

Wichtig dabei sind das Verstehen und Einordnen der Zusammenhänge der Beschwerden mit der Lebensführung. Damit verbunden ist eine Auseinandersetzung

der Klientinnen und Klienten mit sich selbst. Sie erkennen, dass sie selbst wesentlich zu ihrer Genesung beitragen können und finden die Motivation, für sich selbst einzustehen. Auch die Ressourcen für den Genesungsprozess werden erforscht und mobilisiert. Die Basis für diese Prozesse schafft die Interaktion zwischen Therapeutin und Klientin. Frauen und Männer erleben so einen sehr



life flow | Fränzi Schelldorfer | Aarau
shiatsu-lifeflow.ch

Shiatsu | Fussreflexzonenmassage | Supervision

„Strahlen aus deiner inneren Mitte“

Licht
Oase

Praxis für Komplementärtherapie
Methode Shiatsu und Reflexzonen

Ich freue mich, Sie in meiner Praxis zu begrüßen und bin gerne für Sie da!

Heidi Klausler, Herlisberg
Kontaktieren Sie mich unter:
079 899 53 62
info@licht-oase.ch
www.licht-oase.ch Krankenkassenanerkant

praxis omnia

Shiatsu für Erwachsene,
Kinder und Babys

Franziska Uebelhart
Chalofe 444
5054 Moosleerau
076 522 26 27
praxis-omnia.ch

Naturheilpraxis Hitzkirch
Silvia Schmid
Shiatsu...
...die Kunst der Berührung!

Naturheilpraxis Hitzkirch - Atelier Regenbogen
Bahnhofstrasse 12 - 6285 Hitzkirch - 079 458 77 55

Shiatsu-Therapie
www.evelinestalder.ch

指圧

Lebensenergie
Meditation
Berühren

Eveline Stalder
Praxisraum:
Eichweid 1
6203 Sempach Station
079 669 70 11

Shiatsu-Ausbildung

Jetzt anmelden!

- Info-Abend am 16. November 2022
- Grundkurse starten im Februar, Juni und August 2023

phoenix-schule.ch
Welchogasse 6, 8050 Zürich

Phoenix
Schule für KomplementärTherapie



Shiatsu



individuellen Genesungsverlauf und nehmen letztendlich als Experten ihrer selbst am Prozess teil.

Shiatsu unterstützt den Heilungsprozess bei vielen körperlichen Beschwerden und seelischen Belastungen. Zum Beispiel:

- Kopfschmerzen und Migräne
- Nacken-, Rücken- und Schulterschmerzen
- Magen-Darm-Probleme
- Chronische Erkrankungen wie Rheuma und MS
- Menstruationsbeschwerden
- Erschöpfung, Burnout und Depression
- Nervosität, Schlafstörungen und Angstzustände
- Essstörungen
- Rehabilitation nach Erkrankungen und Unfällen
- Begleitung während der Schwangerschaft und nach der Geburt

• Begleitung in den Wechseljahren
Heute ist Shiatsu im Gesundheitswesen eine anerkannte Therapie, die sich in den letzten 45 Jahren in der Schweiz etabliert hat.

Weitere Informationen zu Shiatsu als Therapie sowie eine Therapeuten-suchfunktion sind auf der Webseite der Shiatsu Gesellschaft Schweiz zu finden.

Shiatsu Gesellschaft Schweiz,
www.shiatsuverband.ch





Suhrerstrasse 24
5036 Oberentfelden
076 329 34 12
www.shiatsu-zumstein.ch

Zeit für sich
Verspannungen *lösen*
Frei durchatmen
In *Fluss* kommen





Info-Anlässe online
z.B. Mo., 7. Nov., 15:30

Geh deinen Weg.
Als Shiatsu-TherapeutIn mit eidg. Diplom helfen Sie kompetent und persönlich und Sie arbeiten selbstbestimmt – in einem Beruf mit Sinn und Zukunft.
Start z.B. mit Ernährung nach den 5 Elementen, ab 16. November, Details:
www.heilpraktikerschule.ch
Heilpraktikerschule Luzern | Tel +41 (0)41 418 20 10 | info@heilpraktikerschule.ch









IHR INSTITUT FÜR KOMPLEMENTÄRTHERAPIE
AUSBILDUNG – WEITERBILDUNG – VERANSTALTUNGEN
Anerkannte, modulare Ausbildungen nach Ihren Bedürfnissen in den Methoden Yoga und Shiatsu

SHIATSU – JETZT AKTUELL

SHIATSU BASIS MODUL 1
NÄCHSTER START IN LUZERN AM 03.03.2023
NÄCHSTER START IN RAPPERSWIL SG AM 08.05.2023

LAUFENDE SHIATSU INFO-VERANSTALTUNGEN | EINFÜHRUNGSKURSE

! Neu bieten wir in Rapperswil SG noch viele weitere spannende Veranstaltungen an!
YOGA – AYURVEDA – KOCHKURSE – MEDITATION – TIBETISCHE MEDIZIN – FOCUSING



WEITERE INFORMATIONEN UNTER
WWW.IKT-INSTITUT.CH | 055 214 11 07 | INFO@IKT-INSTITUT.CH