

f r a u e n r a u m

SEXUALBERATUNGSPRAXIS

Sexualberatung und -therapie
Körperachtsamkeitsschulung
Tantra und QiGong
Beckenbodenarbeit
Entspannung lernen

Sexualität weckt Freude, sie schenkt uns Energie und kann uns glücklich machen. Doch es gibt Zeiten, in denen uns unsere Lust abhanden gekommen ist. Es gibt Schwierigkeiten in Beziehungen, welche die erotische Begegnung erschweren, oder aber wir haben noch nie den Zugang zu sexuellem Glück gefunden. Vielleicht sind wir voller Scham oder haben schlechte Erfahrungen gemacht oder Gewalt erfahren oder wir stehen zu sehr unter Stress oder... oder...

Meine Sexualberatung beinhaltet allgemeine Informationen zum weiblichen Lustempfinden und den genauen körperlichen Vorgängen und ich gehe gerne auf Ihre persönlichen Belange und konkreten Schwierigkeiten ein. Auch Männer mit Erektionsproblemen sind willkommen.

Ich kann Ihnen, wenn Sie mögen, einen individuellen Übungsplan aus dem tantrischen und taoistischen Wissensschatz erstellen. Darin sind unter anderem Übungen zur Beckenbodenstärkung, Sensibilisierung der erogenen Gewebe, der Entspannung und zum Atem, der für unsere Empfindsamkeit so wichtig ist. Sexualität muss man lernen, wie alles andere auch! Und: Wir können das lernen!

Auch zu Sexualität, Vitalität und hormonellem Geschehen in und nach den Wechseljahren berate ich Sie gerne.



Fotos: Dike Attenbrunner

Frauen, die Gewalt erlitten haben, behalten während der tantrischen und taoistischen Übungen immer Kontrolle über die Intensität ihrer Körperempfindungen. Sie entscheiden selbst, wie weit und wie schnell Sie sich auf die Übungen einlassen möchten. Ich leite Sie traumasensibel an. Sie lernen, sich frei von einem Gegenüber sexuell zu erfahren und erleben in den Entspannungsmomenten den weiten Raum Ihres Körpers mit zunehmendem Vertrauen in sich selbst.

Näheres zu meiner Person und Ausbildung finden Sie unter:

www.praxis-birgit-kuebler.de

Die Einzelsitzung dauert 60 Minuten und kostet 60 Euro. Gesetzliche Krankenkassen finanzieren Sexualtherapie leider nicht. Deshalb sind Ermäßigungen bis zu 30 Euro/Stunde für Geringverdienende möglich, ebenso Ratenzahlung.

