

Hilfe für isolierte, emotional erschöpfte Top-Manager

Wien (OTS) - "Manager, die aus beruflichen Gründen allein leben und Kontakte zu Freunden und Bekannten verlieren, sind oft die einsamsten Menschen", weiss die Leiterin des Bioenergetischen Instituts in Wien, Majda Schneider-Moser. In ihren neuen Seminaren bietet die aufgrund von zahlreichen Publikationen, Radio- und TV-Auftritten bekannte Körpertherapeutin, Lebens- und Sozialberaterin betroffenen Personen Lösungsansätze und praktische Tipps gegen Angst, Isolation und emotionale Erschöpfung.

Ein Ziel ist das Wiederentdecken verdrängter Bedürfnisse

"Burnout" ist ein geläufiges Wort geworden, das Eingang in die Alltagssprache gefunden hat. Das Syndrom entwickelt sich über längere Zeit und läuft in verschiedenen Stadien ab: Meist beginnt es mit dem Drang, sich und anderen zu beweisen, dass man in seinem Beruf besonders gut ist und alles schaffen kann. Bald gibt es nur noch Zeit für die Arbeit. Soziale Bedürfnisse, Freunde und Beziehungen werden vernachlässigt. Am Ende stehen Entwurzelung, innere Leere, Angst, Isolierung und Einsamkeit.

"Spätestens in diesem Stadium haben viele beruflich erfolgreiche Menschen große Probleme, neue Kontakte im privaten Bereich aufzubauen", so Schneider-Moser. "In meinen neuen Seminaren geht es darum, die Leute aus ihrer Isolation herauszuführen und wieder kontaktfähig zu machen. Lernziele sind unter anderem das Wiederentdecken verdrängter Bedürfnisse, das Wahrnehmen und Ausdrücken von Gefühlen sowie die Fähigkeit, aus vorhandenen Ängsten Motivation und Selbstwert zu entwickeln und offen und sicher auf andere zugehen zu können."

Seminarteilnehmer sollen ihre "Verbindung mit dem Leben spüren"

Schneider-Moser befasst sich gleichermaßen mit der mentalen wie mit der körperlichen Ebene der Seminarteilnehmer. Mittels aktiver bioenergetischer Übungen hilft sie dabei, Blockaden zu erkennen, das Selbstbewusstsein zu erhöhen, den Selbstausdruck zu erweitern und sich gestärkt neuen Herausforderungen zu stellen. Neue Kontakte zur Umwelt werden eröffnet und lassen die Manager spüren, dass sie "mit dem Leben verbunden sind".

Die nächsten - von Majda Schneider-Moser in kleinen Gruppen mit maximal 16 Teilnehmern persönlich abgehaltenen - Wochenendseminare finden ab Ende April an unterschiedliche Orten in Österreich statt. Darüber hinaus bietet die ausgebildete Therapeutin im Bioenergetischen Institut auch individuelle Einzelgespräche, Analysen und Trainings an.

~

Rückfragehinweis:

Bioenergetisches Institut Majda Schneider-Moser
1090 Wien, Sechsschimmelgasse 4/9
Telefon: 01 / 310 13 33, Fax: 01 / 319 60 03
mailto:mail@bioenergetik.at , <http://www.bioenergetik.at>

Rückfragehinweis für Journalisten:

Majda Schneider-Moser, Tel.: 0664-356 80 48

Copyrightfreies Bildmaterial in Druckauflösung:

<http://www.advertisingpool.at/presse/msm.html>

~

*** OTS-ORIGINALTEXT UNTER AUSSCHLISSLICHER INHALTLICHER
VERANTWORTUNG DES AUSENDERS ***

~

OTS0033 2005-03-21/09:30

~

210930 Mär 05

Link zur Aussendung:

http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20050321_OTS0033