

PSYCHOLOGISCHE BEGLEITUNG



Als Ayurveda-Resort mit deutsch-indischem Management fühlen wir uns in besonderer Weise dem Kur-Erfolg unser Gäste verpflichtet. In Kenntnis der westlichen Lebensweise haben wir das Ärzte-Team und die Ayurveda-Kuren auf Ihre Bedürfnisse ausgerichtet. Vielfach äußerten jedoch in der Vergangenheit Gäste den Wunsch nach psychologischer Begleitung während der Ayurveda-Kur. Der ganzheitliche Ansatz des Ayurveda wird im Somatheeram nun um eine wichtige Komponente bereichert, um die Nachhaltigkeit der Kur zu stärken.

Patricia Zühlke wird ab dem 1. November 2017 als psychologische Beraterin das Ayurveda-Team ergänzen und unseren Gästen helfen, den Kur-Erfolg in ihrem Alltag aufrecht zu erhalten. Frau Zühlke wird Gäste zu verschiedenen Themen wie Stressmanagement und Gewichtsreduktion begleiten. Bei Bedarf kann sich jedoch jeder Gast die Unterstützung von Patricia Zühlke dazu buchen und individuelle Themen wie Schlaf- und Schmerzstörungen oder Anderes thematisieren.

Ayurveda sieht den Menschen als Ganzes. Gesund ist nur, wer Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Dem psychologischen Teil wird nun noch mehr Aufmerksamkeit geschenkt. Gerade beim Thema Stressmanagement und Gewichtsreduktion ist die Betrachtung psychischer Elemente wesentlicher Bestandteil für eine erfolgreiche Verhaltensänderung und nachhaltige Aufrechterhaltung des neuen Weges. Dabei spielt bei diesen beiden Themen insbesondere die ausführliche Berücksichtigung der Alltagsrahmenbedingungen zuhause eine große Rolle, um den Kreislauf der habituierten Verhaltensmuster zu durchbrechen. Aus diesem Grund ergänzen nun Beratungsgespräche mit Frau Zühlke die ayurvedischen Behandlungen unserer Stressmanagement- und Slimming-Kuren.

TEN TIMES AWARDED AS

“THE BEST AYURVEDIC CENTRE“

BY THE GOVERNMENT OF KERALA



SOMATHEERAM AYURVEDIC HEALTH RESORT



Neu ist weiterhin ein Zusatz-Paket, das sich der Rauchentwöhnung widmet. Dieses wird als 2 oder 3 wöchiges Programm – abgestimmt mit der Ayurveda-Kur – angeboten. Bei dieser Entwöhnungsmethode kommt die Subliminal-Therapie zur Anwendung. Mit dem Suchtverhalten konditionierte Teile des Unterbewusstseins, welche das Rauchen rechtfertigen und begünstigen, werden re-konditioniert bzw. gelöscht. Die ayurvedischen Massagen und Medikamente vermindern zusätzlich das Verlangen nach der Zigarette und fördern die Entgiftung, was den Ausstieg erheblich erleichtert.

Weitere Themenschwerpunkte sind Schlaf- und Schmerzstörungen. Hier wird es ebenfalls Zusatz-Pakete geben, die demnächst vorab oder nach der ärztlichen Eingangsuntersuchung vor Ort dazu gebucht werden können.

In regelmäßigen kostenlosen Infoveranstaltungen werden wir unsere Gäste auch über allgemein interessante Themen des psychologischen Gesundheitsmanagements informieren und Anregungen für die Kur vor Ort oder für die Fortführung der ayurvedischen Lebensweise nach der Rückkehr geben. Dabei haben Sie die Möglichkeit, Frau Zühlke und ihre Arbeitsweise ganz unmittelbar kennenzulernen, denn neben der Informationsvermittlung stehen auch immer wieder praktische Übungen im Fokus.

Frau Zühlke hat vielfältige berufliche Erfahrungen im Personalmanagement gesammelt. Themen wie Burn-Out oder Suchtverhalten und die gemeinsame Erarbeitung von Lösungsansätzen mit Betroffenen waren bereits ein beruflicher Schwerpunkt, bevor sie eine Ausbildung als Heilpraktikerin für Psychotherapie absolvierte. Zuletzt arbeitete Frau Zühlke in Deutschland in ihrer eigenen Praxis.

Als Ayurveda-Kennerin und Kerala Liebhaberin kamen wir mit Frau Zühlke ins Gespräch über eine etwaige Zusammenarbeit.

Wir freuen uns, Patricia Zühlke als neue Mitarbeiterin im Somatheeram-Team gewonnen zu haben und heißen sie herzlich willkommen. Weitere Informationen zu den jeweiligen Themengebieten werden folgen.

**TEN TIMES AWARDED AS
“THE BEST AYURVEDIC CENTRE“**

BY THE GOVERNMENT OF KERALA



SOMATHEERAM AYURVEDIC HEALTH RESORT

