

# Life Coaching, Paar- und Sexualtherapie

Notburga Surabhi Fischer

3011 BERN, Monbijoustrasse 28  
T: 079 - 478 07 16; [n.s.fischer@mann-frau.com](mailto:n.s.fischer@mann-frau.com)



## LIFE COACHING:

Standortbestimmung, lösungsorientierte Konfliktbewältigung, Ressourcenorientierte Begleitung der individuellen Lebensthemen für Frauen, Männer und Paare

## Hintergründe meiner Arbeitsweise:

### IBP - INTEGRATIVE BODYPSYCHOTHERAPIE : [www.ibp-institut.ch](http://www.ibp-institut.ch)

Begründer Jack Lee Rosenberg; Autor von „Körper, Seele, Selbst“, „The intimate Couple“  
Eine gute Präsenz im Körper und das Etablieren von bewussten Grenzen sind die Basis für das Herangehen an verletzliche Themen über das Feedbacksystem des Körpers. IBP lehrt einen differenzierten und lösungsorientierten Umgang mit Paar- und Beziehungsthemen.

### SEXUAL GROUNDING® THERAPY (SGT):

Sexual Grounding® Therapy (SGT) nach Drs. Willem Poppeliers, ist ein innovativer Ansatz einer tiefenpsychologischen, systemischen und körperorientierten Sexualtherapie.

Diesem zugrunde liegt ein Reifestufenmodell der psychosexuellen Entwicklung von der Zeugung bis zum Tod. Sexualität wird nicht isoliert, sondern im Beziehungskontext (Ursprungsfamilie, Paarbeziehung, Nachkommen,...) betrachtet. SGT bietet wichtige Schlüssel zu einer erfüllenden Sexualität in allen Lebensphasen innerhalb einer langfristigen Paarbeziehung und lehrt das Konzept der Selbstregulation als Basis der erwachsenen Mann Frau Beziehung.

Eine heilende Reinszenierung fördert einen natürlichen Zugang zur Sexualität jenseits von Tabu und Übersexualisierung.

### BEGLEITUNG VON PAAREN BEI BEZIEHUNGSTHEMEN:

- Erkennen und Entflechten von Kernmustern in der Beziehungsdynamik und ihr Bezug zur Herkunftsfamilie (Umgang mit Nähe / Distanz, gegenseitige Abhängigkeit, Angst vor Verlassenheit / Überflutung und daraus entstehende Schutzmechanismen; Hintergründe für das Verschwinden von Sexualität in der Paarbeziehung,...)
- Finden einer gegenseitig klar verständlichen Sprache in der gemeinsamen Kommunikation
- Aufdecken von Geschlechtervorurteilen und Rollenbildern
- konstruktives Umgehen mit gegenseitigen Verletzungen (Aussenbeziehung, ....)
- Erleben von Sexualität als wichtiger Schlüssel auch in längeren Beziehungen (Kenntnis des weiblichen und männlichen Energieflusses, der orgasmischen Ladungskurve,... )

**CORE PULSATION:** - eine Synthese von Körper- und Energiearbeit, die über das Knochenmark unsere Vitalkräfte aktiviert. Das Knochenmark speichert unsere Ur-Matrix (auch psychisch emotionelle Grundmuster) und ist für die Taoisten ein wichtiger Schlüssel zur Revitalisierung und Verjüngung von Körper, Geist und Verstand. Unsere Knochen mit ihrer kristallinen Struktur dienen als wichtige Informationsüberträger in alle Zellen und tragen so zur Heilung verschiedener Körpersysteme bei. Durch feines Pulsieren an bestimmten Knochenzonen wird der Alterungsprozess der „Knochenmarksverfettung“ gebremst, (z. B. in den Wechseljahren zur Vorbeugung von Osteoporose) und es beginnt eine Regeneration übers Blut und eine Stärkung des Abwehrsystems. Dieser transformierender Prozeß ständiger Neustrukturierung auf zellulärer Ebene unterstützt jegliche Neuausrichtung im Leben.

**Notburga Surabhi Fischer**, geb. 1961, lebt mit ihrem Mann und den 2 gemeinsamen Töchtern bei Bern, unterrichtete fünf Jahre als Lehrtherapeutin an der Akademie für Physiotherapie in Salzburg, seit 1989 eigene Praxis für Integrative Körpertherapie, Paar- und Sexualtherapie; Entwicklung von Core Pulsation, Aus- und Weiterbildungen in Humanistischer Psychologie und Spiritueller Therapie, u.a. 6 Jahre Integrative Körperpsychotherapie (am Rosenberg/Rand IBP-Institut, CH/USA), Lic. Sexual Grounding® Therapeutin und Trainerin; Lehrcoach am IBP-Institut; Leitung von Seminaren und Trainings in Europa, Russland und den USA zu: Persönlichkeitsentwicklung, Beziehung, Sexualität .