

Sabine Petersen

Jahrgang 1958

Diplom-Psychologin
Heileurythmistin
Gestalttherapeutin

Langjährige
Berufserfahrung
als Therapeutin
und Pädagogin



Das hier vorgestellte Konzept der konsequent individualisierten Diagnostik und eines darauf aufbauenden Trainings basiert auf aktuellen neuropsychologischen Erkenntnissen, wissenschaftlichen Studien, unter anderem von Prof. Elkhonon Goldberg (Neurologe in New York) Prof. W. D. Oswald (Universität Erlangen-Nürnberg) und Methoden der ganzheitlichen Heilverfahren.

Living Brain
& Body

Heileurythmistin
Diplom-Psychologin

Sabine Petersen



Informationen

Mit dem Auto erreichen Sie die Praxis
im Jägersberg (Einbahnstraße)
von der Holtener Straße.

Die Buslinien
11, 61, 81/82, 91/92, 501/502, 900/901
halten am „Dreiecksplatz“.

Bitte nehmen Sie
für weitere Informationen
und Terminabsprachen
telefonisch oder per Email
Kontakt auf.

Sabine Petersen
Living Brain & Body
Jägersberg 7, 24103 Kiel

Tel. 04 31 - 990 49 12
Info@LivingBrainBody.de
www.LivingBrainBody.de

Lebendigkeit
geistige Frische
körperliche
Beweglichkeit

kognitive
Fähigkeiten
nutzen
erhalten
erweitern

Freude spüren
leben



Living Brain
& Body

Heileurythmistin
Diplom-Psychologin

Sabine Petersen



Ihr Gedächtnis lässt nach ...

Sie vergessen Namen, Schlüssel, Termine?
Ihr Gehirn arbeitet nicht mehr so schnell
und so präzise wie früher?
Das ist nicht Schicksal.

Wie wir erinnern, wie das Gedächtnis arbeitet,
ändert sich im Laufe des Lebens. Wenn Sie meinen,
dass es schlechter wird, sollten Sie lernen,
es anders zu nutzen.

Das Gehirn arbeitet im Alter viel umfassender und
ganzheitlicher als beim jungen Menschen, aber
dadurch wird die Fähigkeit des konkreten,
punktuellen Zugriffs erschwert. Das merken auch
Sie als nachlassendes Gedächtnis.
Vorher konnten Sie mit einem punktgenauen Spotlight
die Gedächtnisspur verfolgen, nun werfen Sie ein
breit gestreutes Licht auf viele Gedanken gleichzeitig.
Die Auswahl und Konzentration auf das gerade
Gesuchte fällt damit schwerer.

Wenn das Gedächtnis also nachlässt, wird es nicht
schlechter, sondern anders.

Es gibt so viele Angebote, aber was ist für mich richtig?

Bei mir bekommen Sie eine individuell angepasste
Diagnostik Ihrer allgemeinen mentalen Fähigkeiten
und Gedächtnisfunktionen. Darauf aufbauend
mache ich Ihnen Vorschläge für Übungen.

Ganzheitlich-individuelle Diagnostik

Mögliche Schwachstellen der kognitiven Fähigkeiten
und des Gedächtnisses können sein:

- Aufmerksamkeit und Konzentration
- Visuelles oder verbales Kurzzeit-Gedächtnis
- Langzeit-Gedächtnis
- Verlangsamung der kognitiven Verarbeitung
- Raumwahrnehmung / Orientierung
- Mangelndes Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten

Erst eine gründliche Diagnostik macht deutlich,
welche Bereiche ein spezielles Training brauchen.

Die an Ihre Bedürfnisse und Fähigkeiten angepasste
Diagnostik kann am PC oder mit persönlichen Tests
durchgeführt werden.

Living Brain
& Body

Heileurythmistin
Diplom-Psychologin

Sabine Petersen



Ganzheitlich-individuelles Training

Die Trainingsprogramme stelle ich für Sie individuell
zusammen und gestalte sie nach Ihrem Bedarf.
Dabei erhalten Sie Übungen für die Hirnfunktion
am PC und/ oder auf Übungskärtchen.

**Stärkung von Konzentration, Schnelligkeit
und Gedächtnis**

Durch ergänzende Bewegungsübungen
(Psychomotorik / Eurythmie) wird die Wirksamkeit
des kognitiven Trainings noch verbessert.

**Förderung einer altersgemäßen Nutzung
vielfältiger Hirnareale**

Blockaden, Hemmnisse und Resignation werden
mit gestalttherapeutischen Verfahren bearbeitet.
Ihre individuellen Wünsche und Träume
kommen ans Licht und Jugendkräfte
werden wieder frei.

**Lebendige, positive Unterstützung
bei der Suche nach neuen
oder alten Zielen und Wünschen**

**Verbindung zu Jugendkräften
mehr Initiative
und Lebensfreude**