

Workshop: Einführung in sinosomatics

Florian Beissner

Sinosomatics ist eine therapeutische Methode, die traditionelle ostasiatische Medizin und westliche Psychotherapie verbindet. Sie kombiniert Akupunktur und verwandte Techniken mit Elementen aus Hypnotherapie, Achtsamkeit und Körperpsychotherapie. Dabei verwendet Sinosomatics gezielte somatosensorische Stimulation, um Symptome, Empfindungen oder mentale Bilder zu beeinflussen, die während der Sitzung auftreten, was es zu einer effektiven Methode für die Behandlung von trauma-bezogenen und psychosomatische Störungen macht. Sinosomatics verfolgt einen phänomenologischen Ansatz, der überliefertes und modernes Wissen zu einem intuitiven Verständnis traditioneller Konzepte kombiniert. Der Workshop umfasst eine Einführung, Übung zur Selbsterfahrung und eine Übersicht über aktuelle Forschung zu Sinosomatics.