



**Unerklärliche Beschwerden? Chronische  
Schmerzen und andere Leiden  
körpertherapeutisch verstehen und behandeln**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln

*Helga Pohl*

Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln Helga Pohl

 [Download Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen u ...pdf](#)

 [Online lesen Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln Helga Pohl**

---

479 Seiten

Kurzbeschreibung

Viele Menschen leiden heute unter

- chronischen Schmerzen (an Rücken, Nacken, Bauch usw.)
- funktionellen Erkrankungen (wie Tinnitus, Schwindel, „Kloß“ im Hals, Herz-, Magen- Blasenbeschwerden usw.)
- Ängsten und Depressionen (wie Panikattacken, innere Unruhe, Niedergeschlagenheit usw.)

und sind verzweifelt über Erklärungen wie „Da ist nichts“ „Sie haben nichts!“ „Es ist nur psychosomatisch“.

Helga Pohl, ehemals selbst Betroffene, fand heraus, dass es bei all diesen Leiden sehr wohl körperliche Befunde gibt, nämlich Dauerkontraktionen in Muskulatur und Bindegewebe, die sich durch körperliche Verletzungen, psychische Belastungen und „dumme Angewohnheiten“ gebildet haben. Sie entwickelte ein revolutionär neues, körpertherapeutisches Konzept, mit dem sich die Leiden neurobiologisch verstehen und ohne Medikamente erfolgreich behandeln lassen.

Dr. Pohl nimmt den Leser mit auf eine Reise durch die einzelnen Körperregionen und die dort auftretenden Beschwerden. Auf sehr persönliche Art verbindet sie reichhaltige Erfahrung mit Patienten, Forschungsberichte und leicht verständliche Erklärungen, so dass der Leser am eigenen Leibe unmittelbar nachvollziehen und begreifen kann, was ihn und andere plagt. Übungen und Empfehlungen für den Alltag runden die Darstellung ab. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. Helga Pohl ist ausgebildete psychologische Psychotherapeutin, die zunächst nur mit sprachlichen Mitteln arbeitete. Aufgrund eigener chronischer Rückenschmerzen wandte sie sich verstärkt körperpsychotherapeutischen Methoden zu, verlor dadurch ihre Beschwerden und entwickelte selbst die "Somatosensomotorische Körpertherapie". Seit 1994 leitet Helga Pohl das Körpertherapie-Zentrum in Starnberg bei München und gibt Seminare.

Download and Read Online Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln Helga Pohl #2TAOZYJX470

Lesen Sie Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln von Helga Pohl für online ebook Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln von Helga Pohl Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln von Helga Pohl Bücher online zu lesen. Online Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln von Helga Pohl ebook PDF herunterladen Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln von Helga Pohl Doc Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln von Helga Pohl Mobipocket Unerklärliche Beschwerden? Chronische Schmerzen und andere Leiden körpertherapeutisch verstehen und behandeln von Helga Pohl EPub