

Sabine Schneider
grinberg-baden.at
Praxisraum Kaiser-Franz-Joseph Ring 26/5, 2500 Baden bei Wien
Tel: 0680/1412318
Email: sabine@grinberg-baden.at



Willkommen bei Deinem Prozess nach der Grinberg Methode®!

Mögliche Ziele für unsere Zusammenarbeit

Möglicherweise bist Du hier, weil Du Schmerzen hast oder Dich etwas körperlich plagt und Du besser damit umgehen willst. Natürlich wird das Ziel des Prozesses sein, Dich beim Erreichen einer Veränderung dessen zu unterstützen. Die Methode betrachtet den körperlichen Zustand als das Ergebnis sich wiederholender Muster und als Ausdruck davon, wie wir gelernt haben, mit Schmerz und Angst umzugehen. Das führt dazu, dass der Körper seine natürliche Fähigkeit nicht nutzen kann, nämlich sich zu erholen und zu Wohlbefinden zurückzukehren. Der Prozess konzentriert sich auf das Verlernen dieser Muster und Wiedererlernen der Fähigkeit, sich selbst zu heilen.

Möglicherweise fühlst Du Dich permanent unter Stress, machst Dir Sorgen, empfindest Angst, Langeweile, Einsamkeit oder Ähnliches. Oder ein spezielles Verhalten wie Nervosität oder Schüchternheit in bestimmten Situationen stört Dich. Hier wird Dich der Prozess lehren, wie Du dieses automatische Verhalten in Deinem Körper beenden kannst. Das gibt Dir die Freiheit, zu entscheiden, wer und wie Du in verschiedenen Situationen sein willst.

Der Prozess Schritt für Schritt

Zuerst definieren wir gemeinsam ein Ziel für den Prozess. Was auch immer das Ziel ist, im Laufe des Prozesses lernst Du, die Qualität von Atmung, Entspannung und Stille zu erhöhen, ebenso wie die Wahrnehmung Deiner Bedürfnisse. Du lernst, die Erfahrung von Schmerz umzuwandeln und Dich mit der körperlichen Empfindung von Angst zu entspannen. Der Prozess zeigt Dir, wie Du verschiedene Arten von Anstrengung, die Du im Körper hältst, loslassen kannst.

All das zielt darauf ab, Deine Körperaufmerksamkeit zu erhöhen und dadurch Deine Vitalität und Konzentrationsfähigkeit zu steigern, Deinen Schlaf und Deine Verdauung zu verbessern und insgesamt ein höheres Level an Wohlbefinden zu erlangen. Du wirst lernen, Energiequellen in Deinem Körper anzuzapfen, derer Du Dir vielleicht noch gar nicht bewusst warst.

Der Prozess verbindet Berührung, Bewegung und Übungen mit Beschreibung und verbaler Anleitung. Dieses Vereinen von Körper und Verstand im Lernen führt zu nachhaltigen Ergebnissen.

Je mehr Du Dich einbringst, desto mehr kannst Du profitieren.

Der Prozess basiert auf unserer Zusammenarbeit, und daher spielst Du eine wesentliche Rolle für den Erfolg. Grundsätzlich solltest Du Dir die besten Rahmenbedingungen schaffen, um das meiste aus der Sitzung zu holen: Sei bereit, Dich zu involvieren, iss direkt vorher keine schwere Mahlzeit und – am wichtigsten – nimm Dir etwas Zeit vor und nach der Sitzung.

Sabine Schneider
grinberg-baden.at
Praxisraum Kaiser-Franz-Joseph Ring 26/5, 2500 Baden bei Wien
Tel: 0680/1412318
Email: sabine@grinberg-baden.at



Je aufmerksamer Du darauf achtest und mir mitteilst, wie Dein Körper zwischen den Sitzungen ist, umso schneller wird Deine Körperaufmerksamkeit wachsen. So kann ich die Sitzungen anpassen, um Deinem Körper bestmöglich zu folgen. Dies betrifft alle markanten Veränderungen in Deinem körperlichen Zustand, Schlaf, Appetit, Verdauung, Vitalität, etc.

Um das Ergebnis jeder Sitzung und des ganzen Prozesses zu festigen, wende das, was Du im Arbeitsraum gelernt hast, in Deinem Alltag an.

Wie lange dauert ein Prozess und funktioniert er für Dich?

Obwohl die Länge des Prozesses nicht im Vorhinein festgelegt werden kann, wird üblicherweise in den ersten acht Sitzungen eine merkbare Veränderung spürbar. Die Dauer des Prozesses ist von verschiedenen Faktoren abhängig. Nämlich davon, wie lange das, was Du verändern möchtest, bereits anhält und von dessen Ausmaß. Davon, wie stark es in Deinem Körper verwurzelt ist, von Deinem Alter und von Deiner Beteiligung während des Prozesses.

Sollte nach zirka acht Sitzungen keine offensichtliche Veränderung eintreten, werden wir die Weiterführung des Prozesses besprechen. Im Falle einer Verschlechterung suche bitte Deinen Arzt / Deine Ärztin auf.

Wie auch sonst im Leben passt nicht alles für jeden. Zu jedem Zeitpunkt des Prozesses kannst Du entscheiden, ob das, was der Prozess von Dir fordert, mit Deinen Wünschen übereinstimmt, und gegebenenfalls den Prozess beenden.

Disclaimer der Grinberg Methode

Die Grinberg-Methode erhebt weder den Anspruch zu heilen, Alternativmedizin oder Massagetherapie zusein, noch versteht sie sich als Teil der helfenden sozialen Berufe oder als Ersatz für Psychotherapie. Die Grinberg Methode ist nicht für Menschen geeignet, die an lebensbedrohlichen oder schweren Erkrankungen leiden oder die medizinische oder psychiatrische Hilfe benötigen. Zudem ist sie kein Ersatz für jegliche Art von notwendiger Behandlung oder gesundheitspsychologischer Beratung. Die Methode hat keinen ideologischen oder mystischen Hintergrund.

Jede Medikamenteneinnahme vor Prozessbeginn oder während des Prozesses sollte den ärztlichen Anweisungen gemäß durchgeführt werden. Jegliche Änderungen medikamentöser oder anderweitiger Behandlungen sollten ausschließlich nach Rücksprache mit dem Arzt / der Ärztin erfolgen.

Die Fußanalyse (betrachten, berühren und bewegen der Füße) ist ein Werkzeug, um das Ziel für den Prozess zu definieren und speziell an Dich anzupassen. Sie ist weder eine medizinische noch eine psychologische Diagnose und auch kein Ersatz dafür. In jedem Fall sollte vor einem Prozess für jeden unklaren körperlichen Zustand eine medizinische Diagnose eingeholt werden.

Sabine Schneider
grinberg-baden.at
Praxisraum Kaiser-Franz-Joseph Ring 26/5, 2500 Baden bei Wien
Tel: 0680/1412318
Email: sabine@grinberg-baden.at



Der beiliegende Fragebogen soll obenstehende Bedingungen klären und mich über Deinen generellen Gesundheitszustand und Dein Wohlbefinden informieren.
Der ausgefüllte Fragenbogen wird selbstverständlich, wie die gesamte Klientenakte, vertraulich behandelt.

Bitte hebe diese Informationsseiten auf, um gegebenenfalls später wieder darauf zurückkommen zu können. Du bist herzlich eingeladen, den Ethik- und Verhaltenskodex der Praktiker/innen der Grinberg Methode (unter www.GrinbergMethod.com) zu lesen, wo Du weitere Informationen darüber findest, was Du von einem Einzelprozess erwarten kannst.

Ich freue mich auf unsere Zusammenarbeit!

DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Für die im Rahmen, der von Sabine Schneider erbrachten Dienstleistungen werden zur Verfügung gestellte Daten verarbeitet. Die vorliegende Datenschutzerklärung soll darüber informieren, wie die bereitgestellten Daten genutzt und welche Maßnahmen getroffen werden, um die Daten zu schützen. Gleichzeitig wird erklärt, welche Rechte den KlientInnen zukommen, um ihre Daten zu schützen und zu kontrollieren. „Personenbezogene Daten“ sind alle Informationen, die sich auf eine Person beziehen und mit deren Hilfe diese Einzelperson identifizierbar ist.

Name und Kontaktdaten der Verantwortlichen: Sabine Schneider
Westring 68, 2521 Trumau / sabine@grinberg-baden.at

Informationsquellen

Erfasst werden ausschließlich personenbezogene Daten, die freiwillig - auf elektronischem Weg oder im Rahmen einer persönlichen Kontaktaufnahme - bereitgestellt werden.

Zwecke der Verarbeitung personenbezogener Daten

Die bereitgestellten Daten werden erfasst, gespeichert und aufbewahrt. Die Daten werden für einen Informationsaustausch hinsichtlich der Dienstleistungen sowie für Terminvereinbarungen und Rechnungslegung im Rahmen der vertraglichen Beziehung benötigt.

Mit Unterfertigung gegenständlicher Datenschutzerklärung wird die Zustimmung erteilt, die Datenverarbeitungen auch mithilfe eines Dienstleisters durchzuführen und dem Dienstleister zu diesem Zweck die Daten zu überlassen. Auf Verlangen werden die bereitgestellten personenbezogenen Daten verändert, übermittelt oder gelöscht oder auch die Identität des Dienstleisters bekanntgegeben. Die Verwendung/Verarbeitung personenbezogener Daten zu anderen, als in der Datenschutzerklärung bestimmten Zwecken erfolgt stets erst nach einer entsprechenden Einwilligung. Ausgenommen davon ist die Weitergabe oder anderweitige Verarbeitung von Daten, wenn eine gesetzliche Berechtigung oder Verpflichtung dazu besteht.

Datenschutz

Es werden angemessene organisatorische und technische Maßnahmen implementiert, um die Sicherheit der personenbezogenen Daten vor einer unrechtmäßigen Verarbeitung und vor Verlust, Zerstörung oder Beschädigung zu gewährleisten.

Die personenbezogenen Daten werden für einen Zeitraum von 3 Jahren nach der letzten Interaktion aufbewahrt, es sei denn, eine längere oder kürzere Aufbewahrungsfrist ist gesetzlich vorgeschrieben. Insbesondere werden Daten für die Dauer des steuerrechtlich vorgeschriebenen Zeitraumes länger aufbewahrt.

Sabine Schneider
grinberg-baden.at
Praxisraum Kaiser-Franz-Joseph Ring 26/5, 2500 Baden bei Wien
Tel: 0680/1412318
Email: sabine@grinberg-baden.at



Die Vertraulichkeit der Daten wird durch eine Zutritts- und eine Zugangskontrolle gewährleistet. Die Datenaufbewahrungsanlagen werden durch versperrte Schlösser vor unbefugtem Zutritt geschützt. Zudem werden Kennwörter sowie verschlüsselte Datenträger zum Schutz unbefugter Systembenutzung verwendet. Dadurch wird auch ein unbefugtes Lesen, Vervielfältigen, Verändern oder Entfernen durch unbefugte Personen verhindert.

Links

Die Internetadressen können Links zu Internetadressen Dritter enthalten. Es wird keine Verantwortung für die Datenschutzpraktiken Dritter übernommen; es erfolgt auch keine Überprüfung dieser Internetadressen. Auf die Verarbeitung personenbezogener Datenverarbeitung durch diese Internetadressen und Dienste Dritter kann kein Einfluss genommen werden. Empfohlen wird die selbständige Überprüfung jener Datenschutzerklärungen.

Rechte

Es besteht das Recht, Auskunft über die die Einzelperson betreffenden und verarbeiteten personenbezogenen Daten zu erhalten. Es kann überprüft werden, ob und welche personenbezogenen Daten gespeichert werden und Kopien der Daten verlangt werden. Weiters können betroffene Personen

Ergänzungen der Daten sowie gegebenenfalls eine Berichtigung verlangen. Getätigte Datenfernverarbeitungen auf die Verarbeitung bestimmter Daten können beschränkt werden. Darüber hinaus besteht das Recht auf Löschung personenbezogener Daten und die Möglichkeit, die Einwilligung zur Verarbeitung der Daten insgesamt zu widerrufen. Die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung wird vom Widerruf nicht berührt.

Ich bin über Zwecke der Verarbeitung, der mich betreffenden personenbezogenen Daten, über die Maßnahmen zum Schutz dieser Daten und über meine Rechte betreffend diese Daten informiert worden und erteile hiermit meine Einwilligung für diese Datenverarbeitungen.

Ich habe die Informationsseiten erhalten und gelesen, und verstehe den gesamten Inhalt der vorangegangenen Seiten.

Ich verstehe, dass die die Sitzungen mit Sabine Schneider kein Ersatz für medizinische und psychologische Diagnosen und Behandlungen sind, und dass es meine Verantwortung ist, jedwede medikamentöse oder sonstige Behandlung fortzusetzen, sofern ich keine anders lautenden Anweisungen von meinem Arzt / meiner Ärztin erhalte.



Diesen Teil bitte ausdrucken und zur Sitzung mitnehmen – mit deiner Unterschrift bestätigst du, den obigen Aufklärungsbogen und die Datenschutzbestimmungen gelesen und zur Kenntnis genommen zu haben.

Bitte beantworte die folgenden Fragen mit 'ja' oder 'nein'. Wenn Du eine Frage mit 'ja' beantwortest, mache bitte in den entsprechenden Zeilen detaillierte Angaben (einschließlich Datum und Dauer) zu der betreffenden Beschwerde.

Leidest Du unter chronischen Erkrankungen? Stehst Du dafür unter medizinischer Behandlung? nein ja

.....
....
.....
....
.....
....

Hattest Du Operationen? nein ja

.....
....
.....
....
.....
....

Hast oder hattest Du in der Vergangenheit lebensbedrohende Krankheiten? nein ja

.....
....
.....
....
.....
....

Bist oder warst Du in der Vergangenheit in psychiatrischer Behandlung? nein ja

.....
....
.....
....
.....
....

Für Frauen: Bist Du schwanger? nein ja

Sabine Schneider
grinberg-baden.at
Praxisraum Kaiser-Franz-Joseph Ring 26/5, 2500 Baden bei Wien
Tel: 0680/1412318
Email: sabine@grinberg-baden.at



Ich habe die Informationsseiten über die Grinberg Methode® und den Datenschutz erhalten und gelesen, und verstehe den gesamten Inhalt der vorangegangenen Seiten. Ich verstehe, dass die Grinberg Methode® kein Ersatz für medizinische und psychologische Diagnosen und Behandlungen ist, und dass es meine Verantwortung ist, jedwede medikamentöse oder sonstige Behandlung fortzusetzen, sofern ich keine anders lautenden Anweisungen von meinem Arzt / meiner Ärztin erhalte. Ich bestätige hiermit, dass die von mir im obigen Fragebogen gemachten Angaben der Wahrheit entsprechen, vollständig und korrekt sind. Ich verstehe, dass Deine Zustimmung, mich als Klient/in zu akzeptieren, von meiner Erklärung, die oben angegebenen Inhalte verstanden zu haben, sowie von meiner Unterschrift unter dieses Dokument abhängt. Ich werde Dich über jegliche Symptome und/oder Veränderungen meines Befindens unverzüglich informieren. Ich verstehe, und erkläre mich damit einverstanden, dass Du zu jeder Zeit nach Ermessen jede Art von Prozess nach der Grinberg Methode® mit mir beenden kannst. Basierend auf den mir vorliegenden Informationen und meinem Verständnis davon, verzichte ich hiermit auf jegliche Rechtsansprüche in Bezug auf den Prozess nach der Grinberg Methode® oder auf irgendeine Deiner Entscheidungen im Zusammenhang damit.

Vorname Nachname Alter
Straße Postleitzahl /Stadt Land
Email Telefon / Mobil

Datum/...../..... Unterschrift.....

Wenn Du unter 18 Jahre alt bist, muss ein Elternteil oder gesetzlicher Vormund dieses Formular unterschreiben (siehe nächste Seite).

Als Elternteil (oder Vormund) von bestätige ich hiermit, dass ich alle Inhalte dieser mir ausgehändigten Informationsseiten über die Grinberg Methode gelesen habe, und dass die im Fragebogen gemachten Angaben korrekt und vollständig sind und der Wahrheit entsprechen.

Vorname Nachname Alter
Straße Postleitzahl /Stadt Land
Email Telefon / Mobil

Datum/...../..... Unterschrift.....