

Sådan behandler jeg:

Stress-samtale Zoneterapi & Bach Blomster

Behandler Stine Klarskov har i Vallensbæk syd for København en klinik for særligt sensitive, hvor hun bruger stress-samtale, zoneterapi og Bach Blomster til at behandle den gruppe, som man kalder særligt sensitive. Det er en gruppe, som består af 20 procent af verdens befolkning. Hvert femte barn er altså født særligt sensitivt. Liv & Sjæl har spurgt Stine Klarskov, der har 8 års erfaring, hvordan hun behandler, i vores serie "Sådan behandler jeg"

Af Dorte J. Thorsen

At være særligt sensitiv vil sige, at man er født med et fint nervesystem, så indtryk opleves væsentlig stærkere, end de gør hos flertallet. Det særligt sensitive nervesystem arbejder således på højtryk for at bearbejde de ekstremt mange indtryk, og det risikerer derfor let at blive overbelastet.

Det betyder, at en særligt sensitiv lettere end andre kan blive mentalt udmattet, overgearet eller irriteret. Særligt sensitive overvældes tit af summen af lys, lyde, lugte samt af andres og egne tanker og følelser. De har også lettere til tårer og reagerer stærkt på alt, hvad der sker omkring dem – også kemiske stoffer, forurening, drikke- og madvarer.

Selvverdet kan også være ganske lavt – i hvert fald i perioder.

For på plussiden er et indre og rigt liv, der bunder i stor empati, venlighed, visioner og en fantastisk evne til at få ideer og til at koncentrere sig. Når en særligt sensitiv møder det, der er ægte, kærligt, smukt og fantasifuldt, falder vedkommende til ro og finder en mening med det hele.

Men inden da skal vedkommende tit igennem en stor og ofte også vanskelig proces, og det er her, at Stine Klarskov hjælper. Foruden at hun tager ud og holder foredrag om "Hvordan du kan få et mere positivt liv".

Liv & Sjæl har spurgt Stine Klarskov, der har 8 års erfaring, hvordan hun behandler, i vores serie "Sådan behandler jeg".

“*Tankefeltterapi-behandling kan sammenlignes med at åbne en kombinations-lås. Du kender alle numrene, men hvis du ikke anvender dem i den rigtige rækkefølge, vil låsen ikke åbne.*”

Hvad går din behandling ud på?

Jeg har en holistisk tilgang til behandlingen, jeg behandler altså både fysisk og psykisk i min behandling, som består af stress-samtale, zoneterapi og Bach Blomster.

I stress-samtalen hører jeg klientens historie for derefter at fokusere på at finde frem til årsagskonflikten. For det er de psykiske påvirkninger, som skaber sygdommen. Eksempelvis kan en mor sige: "Jeg vidste, at der var noget galt. Min søn har ikke været sig selv i nogen tid."

For det, der starter som en følelsesmæssig belastning, bliver til en fysisk sygdom, hvis ikke det behandles. Og værst er det for de særligt sensitive, hvoraf en stor del end ikke ved, at de er særligt sensitive. Det sker derfor også ofte, når en person har været hos mig, at vedkommende siger: "Endelig er der en, der forstår mig."

Men man behøver ikke at være særligt sensitiv for at gå ned med stress. Stress handler også om, at mange af os sætter for store forventninger om, hvad vi kan og bør nå.

Men jeg anvender også klassisk zoneterapi og Bach Blomster, og jeg er uddannet RAB zoneterapeut og er registreret Bach Blomster-terapeut.

Hvilke dårligheder virker behandlingen på?

Den virker på alle – men i sagens natur stærkest på de særligt sensitive, når de bryder sammen, møder konflikten, bliver psykisk overstimulerede, så deres krop og sind kommer i ubalance, og de bliver stressede. Så kan de få hovedpine, dårlig fordøjelse, kropssmerter og allergi med mere.

Der dukker nemlig meget ofte fysiske symptomer og sygdomme op, når en særligt sensitiv overhører sjælens besked om, at der er "noget galt". Og det er skidt. For hvis du op til flere gange ikke lytter til dine indre konflikter, så nedbrydes nervebanernes sensitivitet, dvs. du får stress og kommer til at mangle energi.



Idfæafædfkadæsflk aældkf klasd fææsdkf øæsdfk asæfk dasøfk asøæfk æøf kæøkf lkas flækads lædsafk dslæfk dfælk Idfæafædfka-dæsflk aældkf klasd fææsdkf øæsdfk asæfk dasøfk asøæfk æøf kæøkf lkas flækads lædsafk dsl

Og er du særligt sensitiv, er kroppen især disponeret til at danne disse blokeringer, så du ikke kan komme videre. Det viser sig i form af alt fra nedsat energi, hovedpine/migræne, dårlig fordøjelse, mavesmerter, vejrtrækningsproblemer m.m. Organerne i kroppen kører simpelthen på enten nedsat energi – eller er på overenergi. Under alle omstændigheder er der ingen balance – og smerten kommer i krop og sjæl.

Behandlingen virker også på mentale belastninger som for eksempel eksamenssituationer, pres på jobbet og så videre.

Hvordan behandler du?

Ja, jeg starter altid med samtalen, som også giver klienten værktøjer med hjem, så vedkommende kan hjælpe sig selv, når "energislugeren" dukker op i hverdagen som f.eks. angst, frygt, usikkerhed, ensomhed, jalousi, mindre selvværd, kontrolbehov, magtbehov m.m.

Derpå kan det være tid til zoneterapien, der udrenser de dårligdomme, som kroppen har ophobet, og som også åbner op

for de blokeringer og energibaner, der har været ramt af stress. Dvs. der begynder at komme energi frem til de ramte områder i kroppens organer, der har været i underenergi. Jeg arbejder i øvrigt altid efter 5-element-loven.

Endelig er det tid til Bach Blomster, hvor jeg oplever, at jo mere balance jeg kan give i form af en behandlingsflaske fra Bach Blomster, som går ind og balancerer sind og sjæl, jo mere kan en særligt sensitiv leve og leve godt med at være særligt sensitiv. For det at være særligt sensitiv er ikke kun en konflikt, men også en gave, som man kan lære at blive meget glad for.

Bach Blomster hjælper på de følelsesmæssige problemer. Blomster-remedierne er unikke på den måde, at der findes et middel til hver eneste tænkelige negative følelse, som f.eks. manglende selvværd, stress, bekymringer, frygt, jalousi, vrede, kritik og meget andet. Der findes i alt 38 forskellige blomster-remedier.

Bach Blomster hjælper os derfor med at komme i kontakt med vores følelser og blive mere bevidste om, hvad der skal til, for at vi kan få et mere balanceret følelsesliv og flere positive tanker.

De har fået hjælp af Stine Klarskov:

- Mor med barn på 3 år. Barnets sanser var overstimulerede, så barnet slog og krævede megen opmærksomhed. Moderen havde svært ved at finde ro, søgte anerkendelse og var konfliktsky. Begge var særligt sensitive. Med zoneterapi blev ophobet affald rensset ud, så ny energi kunne komme til via Bach Blomster.
- Ung kvinde i starten af 20'erne med allergi-udslæt i ansigtet havde altid lært at være flink, perfekt og ikke til besvær. Hun læste til eksamen, men kollapsede undervejs. Hun havde glemt at leve i nuet og havde i stedet søgt tryghed i sine alt for høje krav til sig selv. Tarmen blev udrenset for affaldsstoffer, og hun fik Bach Blomster.
- Mand midt i 20'erne havde i mange år levet med angst. Ikke fordi han kunne lide det, men fordi det var trygt at være i den verden, som han kendte, selvom den var slem. Men nu var han gået ned med stress og angst, efter at han i en lang periode havde prøvet at arbejde det væk. Han havde mange mavesmerter og hovedpine. Så han fik zoneterapi for mavesmerter samt Bach Blomster.
- En særligt sensitiv dreng på 9 år med tale-handicap var dybt frustreret over, at han ikke blev hørt i skolen. I stedet blev han betegnet som "klassens urodreng" og fik meget skældud. Hans selvværd var meget lavt. Han fik zoneterapi, der virkede mod hans kæbe-spændinger samt Bach Blomster.
- Moden kvinde, som havde udviklet en ekstrem dødsangst, fik talt om årsagen til den angst, som var kommet snigende i mange år. Årsagen viste sig at være en tidligere fyring. Hun døjede også meget med symptomer på overgangsalder, som Bach Blomster også virker godt imod.
- Moden kvinde med knæsmertter, som bundede i et mangeårigt overhørt familieproblem. Ved hjælp af samtale, zoneterapi og Bach Blomster forsvandt knæsmerten, og hun fik sagt fra overfor familien.

Læs mere på:
www.saerligtsensitive.dk

