

# Tinnitus / Gehörsturz – Der Körper „klopft“ an



Haben Sie „zuviel um die Ohren“, oder „können Sie dies oder jenes „nicht mehr hören“, oder „wird es Zeit, dass es „ruhiger“ wird?

Seit 2007 ist Marianne Köberl-Wrentschur mit dem Körper-Lernen nach der Grinberg-Methode® fixer Bestandteil des Grazer „Festivals der Sinne“. Wer sie kennen gelernt hat weiß, dass es bei der Körperarbeit nach der Grinberg Methode® um lernen geht und darum herauszufinden, wie durch Verhaltensweisen und Routinen die Gesundheit reduziert und blockiert wird. Besonders über die Sprache und das Hören sammeln wir ganz viele Blockaden zusammen:

Stellen Sie sich vor, dass jemand mit Ihnen schreit, sie anschwärzt, sie anjammert, schlecht macht, kritisiert, belügt, ausnützt usw. – alleine die Vorstellung macht, dass wir uns zusammenziehen. Und wie können Sie das ändern?

In Einzelsitzungen nach der Grinberg-Methode® wird die Wahrnehmung geschult und bewusst gemacht, wie sich z.B. das Verhaltensmuster des „Klein-Machens“ , oder des „nicht mehr Aushaltens“ im Körper festgesetzt hat.

Mittels Berührungen, Bewegungen, Aufmerksamkeitstraining usw. wird in Einzelsitzungen das gewählte Muster bewusst gemacht und das nötige Werkzeug mitgegeben, damit dieser Spannungszustand beendet werden kann. Die Veränderung

findet aufgrund der Reduktion des Symptoms statt, sowie der dazugehörigen Gedankenmuster und der emotionalen Engpässe und dass man lernt, besser auf seine Bedürfnisse zu achten. Ziel ist es, nicht mehr Opfer von dem zu sein, was z.B. über die Ohren in uns reinkommt.

Diese sogenannten Lernprozesse nach der Grinberg Methode® richten sich an Menschen, die immer wieder an bestimmten Symptomen wie Kopf-, Rücken- oder Bauchschmerzen, aber auch an Schlaflosigkeit, Stimmungsschwankungen bzw. unbestimmten Ängsten und eben an Tinnitus leiden.

Eine Spezialistin für Tinnitus, Marion Weiser aus Linz, wird erstmals in Zusammenarbeit mit Marianne Köberl-Wrentschur und Mathilde Kaser auf dem „Festival der Sinne“ ihre Arbeit vorstellen. Sie trainiert seit Jahren Tinnitus-Betroffene in Einzelsitzungen und Workshops – ihre Arbeit ist für Menschen geeignet, die selbst etwas für sich tun wollen: „Was haben Sie selbst gemacht, um die Ohren, bzw. den Nacken-, Schulter-, Augen-, Kiefer- und Brustkorbbereich verspannt zu bekommen und zu schwächen? Wie wollen Sie die Funktionsstörung Tinnitus bzw. Gehörsturz wegbekommen, wenn diese Bereiche nicht wieder weich, entspannt und beweglich werden? Wenn Sie sich nicht ändern, wie soll sich dann das Geräusch ändern?“

Tinnitusworkshops von Marion Weiser wird es ab Herbst in Graz, Wien und Linz geben.

Kennenlern-Einzelsitzungen können Sie bei den Praktikerinnen vereinbaren – einfach anrufen:

**Marianne Köberl-Wrentschur**

Diplompraktikerin der Grinberg-Methode®

Praxis: Kopernikusgasse 9  
8010 Graz

Info und Termine: 0650 7232950

Email: [mariannekoerberl@gmx.at](mailto:mariannekoerberl@gmx.at)

[www.mariannekoerberl.at](http://www.mariannekoerberl.at)



**Marion Weiser**

Motivations- & Gesundheitstrainerin  
Diplompraktikerin der Grinberg-Methode®

Praxis: Mozart Str. 43 / 2. OG -  
4020 Linz

Info und Termine: 0650 - 66 77 2 77

Email: [marion.weiser@gmx.net](mailto:marion.weiser@gmx.net)

[www.marion-weiser.at](http://www.marion-weiser.at)



**Mathilde Kaser**

Qualifizierte Praktikerin der Grinberg Methode®

Praxis: 4906 Eberschwang und  
4020 Linz Mozartst. 43/2.stock

Info und Termine: Tel. 0650 720 47 19

E-mail: [kaser.mathilde@hotmail.com](mailto:kaser.mathilde@hotmail.com)

Spezialthema: Hören in  
Paarbeziehungen

