

Schnelle (Online-)Hilfe für Familien und Fachkräfte!

DGSF-Beratungspool in Zeiten der Corona-Krise

Kontakt Daten und Profil von ...

Name, Vorname: Ulrike Balke-Holzberger

Postanschrift (optional): Georgstraße 38 30159 Hannover

Bundesland: Niedersachsen

Telefon: 0511-69099914

E-Mail: mail@u-holzberger.de / kontakt@fsr-deutschland.de

Homepage www.u-holzberger.de / www.fsr-deutschland.de

Professioneller Hintergrund und Qualifikationen

(Grund-)Beruf:

- examinierte Kinderkrankenschwester
- Sozialpsychologin - Soziologin M. A.
- Heilpraktikerin für Psychotherapie - Systemische Familientherapeutin (SG - DGSF)
- Faszienbehandlung für manuelle Einzelbehandlung und Präventionsgruppen
- Certified TRE Provider
- Rollenspielpädagogin (DGFR)
- Projektmanagementfachfrau Level D - Deutsche Gesellschaft für Projektmanagement (GPM)

DGSF-/SG-Zertifizierung: Systemische Therapeutin und Beraterin seit 2009

Fachliche(r) Schwerpunkt(e) (bitte ankreuzen)

Familien	Elternberatung	Beratung von Kindern	Paarberatung	Psychische Erkrankungen	Gewalt	Sucht	Psychosoziale Beratung	Supervision
x			x				x	x

Besondere Arbeitsschwerpunkte und Kenntnisse:

- Stressprävention, psychosomatische Stressbehandlung, Menschen mit (chronischen) Rückenschmerzen - gesundes Selbstmanagement
- Resilienz - Psychische Gesundheit - Achtsamkeitspraxis

- Begründerin der FSR- Arbeit - Faszien-Stress-Release = Entspannungstechnik und Stressabbau
- Buchautorin beim Fachbuchverlag Klett-Cotta zu: Stress und Rückenschmerz
 - 1.) "Zittern Sie sich frei!" Mit Faszien-Stress-Release Schmerzen, Verspannungen und Ängste auflösen
 - 2.) "Gesunder Rücken durch Zittern" Rückenschmerzen mit Faszien-Sress-Release lindern und auflösen



Möglicher (Online-)Arbeitskontext (z. B. Telefon, E-Mail, Chat, Web-/Videokonferenz, SMS, Instant Messenger – datenschutzrechtliche Bestimmungen werden eingehalten)

Telefon
Web-Videokonferenzen,
SMS

Ich biete meine Tätigkeit ehrenamtlich und unentgeltlich an.

— JA