

# Heilpraktiker Zentrum Regensburg

Petra Schwarzer

[www.hpz-regensburg.de](http://www.hpz-regensburg.de)

**Kommunikative  
Körper- /Schmerztherapie  
nach Klaus Weitzer \***



Wer Schmerzen hat, wünscht sich nichts sehnlicher als diese loszuwerden. – Aber wie?!  
Mit Betäubung allein ist es langfristig sicher nicht getan.

Gemäß Klaus Weitzer dürfen wir den Körper nicht mehr als „zu reparierende Maschine betrachten, sondern sollten Schmerzen als Spannungsverhalten begreifen, welches in Balance kommen will“.

In der Kommunikativen Körpertherapie (KKT) geht es also darum, auf sanfte Weise dem Organismus dabei behilflich zu sein, ins Gleichgewicht zu finden und Störungen zu beheben. Dies geschieht einerseits durch Berührung (hier kommen Techniken zum Einsatz, wie wir sie in zahlreichen manuellen Methoden wie „Craniosacral-Therapie“, „Funktionale Integration“ nach Feldenkrais oder „Rolfing“ finden) und andererseits durch gezielte verbale Kommunikation, wie sie in vielen körper-, psycho- und entspannungstherapeutischen Techniken praktiziert wird.

Das Ziel ist klar:

Spannungen abbauen,  
ins Gleichgewicht kommen  
und beschwerdefrei leben.

\* Literatur: „Sich vom Schmerz befreien“ / Kösel Verlag