

# Psychokardiologische Begleitung



„Der Kummer, der nicht spricht,  
nagt leise an dem Herzen, bis es bricht.“

William Shakespeare

## Psychokardiologische Begleitung

Durch eine Herzerkrankung verändert sich vieles im Leben und häufig sind Angst, Druck und Herzschmerz ständige unerwünschte Begleiter. Herzerkrankungen bringen einen Menschen oft an die Grenzen seiner körperlichen und seelischen Belastbarkeit: Ist das Herz krank, so leidet meist auch die Seele.

In meiner Praxis helfe ich Ihnen dabei, die Wechselwirkungen zwischen Ihrem Herzen und Ihrer Seele zu entdecken und Bewältigungsstrategien für Ihre Beschwerden zu finden. Ich unterstütze Sie dabei, Ihre Herzerkrankung in die eigene Biographie zu integrieren und mögliche seelische Auslöser zu identifizieren und zu verändern.

Meine psychokardiologische Begleitung ist zielgerichtet auf das Lernen, mit den Symptomen umzugehen, die Stärkung der eigenen Ressourcen sowie die Festigung des Selbstvertrauens. Gemeinsam versuchen wir, ein Verständnis und eine Akzeptanz der Krankheit zu entwickeln und lassen neue Perspektiven entstehen. Dabei betrachten wir die verschiedenen körperlichen und seelischen Aspekte in der Auseinandersetzung mit der Erkrankung.

**In meiner Praxis finden Sie einen geschützten Rahmen, in dem alles, was Ihnen auf dem Herzen liegt, Raum haben darf.**

Methodenübergreifend arbeite ich mit Elementen aus der Verhaltenstherapie und der Tiefenpsychologie und setze zusätzlich auch kreative Verfahren wie Symbolarbeit, szenisch-kreative Darstellung (Psychodrama), Symptom- und Körperaufstellungen sowie Imaginationsübungen ein.

Um den inneren Heilungsprozess zu unterstützen, wende ich bei Bedarf außerdem Entspannungsverfahren, körperorientierte Techniken und meditative Übungen an.



Meine Tätigkeitsschwerpunkte bilden die psychokardiologische Begleitung von Menschen mit:

- Bluthochdruck
- Koronarer Herzerkrankung
- Herzangst
- Herzrhythmusstörungen
- seelischen Folgen eines Herzinfarktes
- Broken-Heart-Syndrom
- Herzschwäche
- entzündlichen und autoimmunen Herzerkrankungen

„Tränen reinigen das Herz.“

Fjodor M. Dostojewski

Als Psychodramatikerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Psychoonkologin ist mir besonders die Begleitung von Patienten mit chronischen Erkrankungen eine Herzensangelegenheit. Daher habe ich mich auf die psychotherapeutische Unterstützung bei der Bewältigung von schweren und chronischen Erkrankungen spezialisiert. Regelmäßige Weiterbildung und Supervision sichern die Qualität meiner Arbeit. Besonderer Schwerpunkt dieser berufsbegleitenden Maßnahmen ist für mich die Weiterentwicklung von Psychodrama als therapeutische Intervention bei psychosomatischen und somatischen Erkrankungen – vor allem im Bereich der Psychoonkologie und der Psychokardiologie.



**Haben Sie Fragen oder möchten  
einen Termin vereinbaren?  
Ich freue mich auf Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.**

Maria Pajeken  
Psychodrama Beratung Psychotherapie

Holstenstr. 1  
24582 Bordesholm

Telefon: 04322-4432713  
E-Mail: kontakt@mariapajeken.de

[www.mariapajeken.de](http://www.mariapajeken.de)



Psychodrama  
Beratung  
Psychotherapie

**Maria Pajeken**

Heilpraktikerin für Psychotherapie