



# Iris Alheidt-Pehrish - Willkommen im Leben

## Beyond Coaching

### Wochen-Impuls:

Wöchentlich wechselnde Themen und Informationen zu mir und meiner Arbeit für Dich – als PDF zum Herunterladen oder schlichtweg zum dran erfreuen.



Iris Alheidt-Pehrish

### Empfehlung der Woche:



### Impressum

Herausgeber: Iris Alheidt-Pehrish  
Redaktion: Rebecca Gehrke  
Layout: Rebecca Gehrke  
Stand: 17. Februar 2025

Es wird keine Haftung für Inhalte von Dritten übernommen. Diese werden ausschließlich auf Wunsch veröffentlicht. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte folgender Website:

<https://www.iris-alheidtpehrish.com>

## Wenn Beziehungen krank machen – Der Körper als Spiegel unserer Partnerschaft

Unsere Partnerschaft kann uns Halt, Sicherheit und Freude schenken – doch sie kann auch Stress, emotionale Belastung und sogar körperliche Beschwerden mit sich bringen. Was, wenn unsere Rückenschmerzen, Magenprobleme oder Schlafstörungen nicht nur mit Ernährung und Bewegung, sondern auch mit unserer Beziehung zu tun haben?



## Wenn Liebe belastet – Wie Deine Beziehung Dein Wohlbefinden beeinflusst

Ich lade Dich ein, in den kommenden Wochen gemeinsam mit mir folgenden Fragen nachzugehen und dabei neue Perspektiven für Dein Wohlbefinden zu entdecken:

- 1) Wie beeinflusst unser Partner unser körperliches Wohlbefinden?
- 2) Welche Symptome können auf ungelöste Beziehungsprobleme hinweisen?
- 3) Warum spiegelt der Körper oft das, was wir nicht aussprechen?
- 4) Wie können wir erkennen, ob unsere Beschwerden mit der Partnerschaft zusammenhängen?
- 5) Was können wir tun, um Körper und Beziehung in Einklang zu bringen?