

Maria  
Sanchez



## Das Unternehmen

**1998**

Gründungsjahr

**Hamburg**

Unternehmenssitz

**Acht**

Anzahl der Mitarbeitenden

**Maria Sanchez**

Geschäftsführerin

## Buchveröffentlichungen

**„Die revolutionäre Kraft des Fühlens“**

2019

**„Warum wir ohne Hunger essen“**

2016

**„Der innere Weg“**

2015

**„Sehnsucht und Hunger“**

2009

## Kontakt

E-Mail [kontakt@mariasanchez.de](mailto:kontakt@mariasanchez.de)  
Web [www.mariasanchez.de](http://www.mariasanchez.de)

## Über Maria Sanchez

- Erfahrene Traumatherapeutin & Bestseller-Autorin
- Gründerin der „Emotionsbasierten Spiritualität“ sowie eines psychologisch-spirituellen Ansatzes
- Ihr eigener Heilungsweg eröffnete ihr eine spezielle Wahrnehmung für innere Prozesse in der Psychologie und der Annäherung an Spiritualität
- Im Rahmen verschiedener Online-Kursreihen und Präsenz-Seminare hilft sie Menschen dabei, ihren psychischen und psychosomatischen Symptomen heilsam neu zu begegnen

## Psychologische Ansätze

### EssentialCore – Innere Freiheit durch emotionale Selbstbegleitung

- Unterstützung bei wiederkehrenden leidbringenden Symptomen (bspw. Depressionen)
- Weg-orientierter statt ziel-fixierter Ansatz, um die Botschaft der Symptome tiefgreifend zu verstehen
- Erlernen des „inneren Navigationssystems“, um eine Begegnungskompetenz mit sich selbst aufzubauen

### Sehnsucht und Hunger – Ausstieg aus einem emotionalen Essproblem

- EssentialCore am Essen entlang
- Ergründet tieferliegende Ursachen des emotionalen Essens
- Aufzeigen eines Ausweges aus reglementierenden Maßnahmen und Diäten