

Training und Ausbildung in

Selbsteilungskompetenz

für die Gesundheit

für das Berufsleben

für gesunde Beziehungen

– nach der Methode Wildwuchs!

Teilnehmen können

- Menschen, die ihren Körper näher kennenlernen und auf ihn „hören“ möchten
- Fachpersonen, die die Intelligenz des Körpers in Bildung, Beratung und Therapie nutzen wollen.

Die Methode Wildwuchs ist ein langjährig bewährter Beratungszyklus zur Begleitung und Anleitung von Selbstheilungsprozessen. Herzstück der Methode sind unterschiedliche Körperorientierte Visualisierungstechniken, mit deren Hilfe Informationen aus dem körperlich-seelischen Innenleben bewusst gemacht werden können. Ziel ist dabei, im „Gespräch“ mit dem eigenen Körper selbstbestimmte, stärkende und lustvolle neue Handlungsschritte zu finden - für gesundheitliche, berufliche oder auch private Anliegen.

Die Methode Wildwuchs versteht sich als Mittel zur Stärkung individueller Gesundheitskompetenz.

Die Seminare

Jedes Seminar beinhaltet einen wichtigen Aspekt von Selbstheilungsarbeit. Ein Seminar beginnt am Freitag damit, dass Angelika Koppe entsprechend dem jeweiligen Thema „Kleine Körperweisheiten“ aus ihren Erfahrungen vorstellt. Der Samstag ist der Selbstheilungsarbeit gewidmet und verschiedene Visualisierungen leiten in einen Kontakt und Dialog mit dem eigenen Körper, mit der Körperintelligenz. Der Sonntag ist der Fortbildung von Fachpersonen vorbehalten: es werden die theoretischen Hintergründe der verwendeten Visualisierungstechniken vermittelt sowie ihre Anwendbarkeit in den beruflichen Arbeitsfeldern der TeilnehmerInnen.

Sie können also die Seminarreihe als „Laie“ oder als Fachperson besuchen.

Sie können die Seminare einzeln besuchen. Sie können nur den praktischen Teil besuchen, um ein neues Verhältnis zu Ihrem Körper zu bekommen, auf ihn „hören“ lernen – Freitag/ Samstag. Sie können sich in der Anleitung von Körperorientierten Visualisierungstechniken und Selbstheilungsprozessen ausbilden lassen (Sonntag).

Darüber hinaus werden diese Seminarmodule auch als **Grundausbildung in der Methode Wildwuchs** anerkannt – dazu ist dann zusätzlich die Belegung des Seminars „Anwendbarkeit und Durchführung von Körperorientierten Visualisierungen (nach der Methode Wildwuchs)“ erforderlich. Fachkräfte - und solche die es werden wollen - können in einem anschließenden **Aufbaukurs** die vollständige Methode Wildwuchs als Beratungszyklus *für erkrankte* Menschen erlernen.

Das Programm jedes Seminars:

Freitag 16.00-20.00 Uhr

„Kleine Körperweisheiten“

Einführung zur jeweiligen Thematik aus den Erfahrungen von Angelika Koppe

Samstag 10.00-18.00 Uhr

Praktische Selbstheilungsarbeit

Sonntag 10.00-15.00 Uhr

Fortbildung für Fachkräfte (und solche, die es werden wollen)

Gebühr pro Seminar

Praxisteil (Freitag/ Samstag): 190 Euro

Gesamtseminar (incl. Fortbildung Sonntag): 350 Euro

Literatur

Angelika Koppe

* Mut zur Selbstheilung – Anleitung zum Gespräch mit dem Körper – Methode Wildwuchs, Eigenverlag 2012

* Selbstheilung bei Endometriose – nach der Methode Wildwuchs, Nymphenburger 2013

* Dein Körper ist ein weiser Coach- Körperorientiertes Coaching im Beruf, Diametric Verlag 2005

Ort (geplant)

GRAZ/ Österreich

Seminarmodul

Der Besuch des Körperinneren

In diesem Seminar können Sie zu verschiedenen Lebensthemen in Kontakt mit Ihrem Körperinnenleben treten. Ziel ist es, zu Ihrem Anliegen Hinweise für eine gesundheitsförderliche Alltagsgestaltung zu bekommen. Berufliche oder gesundheitliche Themen, Zukunftsfragen, Partnerschafts- oder Familienangelegenheiten – Sie können mit Hilfe Innerer Bilder dazu wichtige Informationen aus der Körperintelligenz gewinnen. Die zentrale Visualisierung ist dafür die „Körpererkundung“ aus der Methode Wildwuchs.

Seminarmodul

Überlebte Denk- und Verhaltensmuster und neue Visionen/ Herzenswünsche

Es muss sich für Menschen lohnen, auf den eigenen Körper zu hören und ihn zu besuchen: was tue ich mit den Hinweisen meines Körpers? .. in welche Richtung will ich mein Leben gestalten? Wie lebe ich, wenn ich „gesund“ bin? Welche Bedürfnisse und Leidenschaften wollen neu gelebt werden? Welche alten Glaubens-, Denk- und Verhaltensmuster müssen dafür verabschiedet werden? Und wie weit kann ich überhaupt alte Lebensmuster „loslassen“?

Zu diesem Themenkomplex wird mit einer speziellen Visualisierung zur „Vision/Herzenswunsch“ gearbeitet sowie mit der „Glaubensatzarbeit“ aus der Methode Wildwuchs.

Seminarmodul

Das Gespräch mit dem Körper

In der „Analytischen Visualisierung“ kann der Körper selbst erzählen, was er braucht, was ihm fehlt für seine Vitalität und Stärkung. In diesem Seminar können Sie zu allen wichtigen Fragen Ihres Lebens einen Dialog mit Ihrem Körperinneren führen.

Seminarmodul

Lösungs- und heilsame Schritte

Hinweise und Informationen des Körpers müssen umgesetzt werden und Auswirkungen im Alltag haben. Es reicht nicht aus, die Körperbefindlichkeiten zu bemerken, sondern es sind Konsequenzen durch konkrete Handlungen gefordert. Im Kontakt zur eigenen Intuition, zur inneren Stimme, können Sie an diesem Wochenende für sich Lösungs- und heilsame Schritte entwickeln und daraus Ihr persönliches Gesundheits-Kompetenz-Training erstellen.

Aus der Methode Wildwuchs wird dafür die Visualisierungstechnik „Reise zur Weisen Alten“ genutzt.

Fachseminar (nur für die Grundausbildung zur Methode Wildwuchs)

Anwendbarkeit und Durchführung von Körperorientierten Visualisierungen (nach der Methode Wildwuchs)

Für eine heilsame Anwendung von Körperorientierten Visualisierungen in Einzel- oder Gruppenarbeit sind verschiedene Bedingungen zu beachten: die innere Stabilität der KlientInnen/ KundInnen; die Rahmenbedingungen sowie die jeweilige Anpassung und Ausrichtung der Visualisierungen für das jeweilige Setting; die Bestimmung der „Tiefe“, also des Niveaus einer Visualisierung; die Vor- und Nachbereitung; die Wirksamkeit unterschiedlicher Auswertungsmethoden für die Inneren Bilder. Nicht zuletzt ist die Reflexion der Verantwortlichkeiten in der Begleitung von Selbstheilungsarbeit wichtig, also auch die Rolle des Coach.

Programm:

- Zu den benannten Themen unterrichtet Angelika Koppe aus ihrer Erfahrung.
- Die spezielle Qualität der Visualisierung „Sicherer Ort“ wird als Methode zur Bestandsaufnahme und als „Diagnose“mittel erläutert.
- Die Reflexion der eigenen Rolle als Coach geschieht mit Hilfe einer Visualisierung.

Seminarzeiten:

Freitag	10.00-19.00 Uhr
Samstag	10.00-19.00 Uhr
Sonntag	9.00-15.00 Uhr

Gebühr: 540 Euro