

Workshop Dipl.-Psych. Gabriele Wingerter-Wolters, Dipl.-Psych. Andreas Mohr

"Es ist wie es ist" - Energetische Bewältigungsstrategien bei Trauer, Verlust und Abschied

Im Laufe des Lebens sind Trauer, Verlust und Abschied unvermeidbare und häufig tiefgreifende Erfahrungen eines jeden Menschen, ob bei Trennung, Krankheit, Übergangssituationen wie das Empty Nest Syndrom oder Tod eines geliebten Menschen. Wir alle unterscheiden uns bei der Verarbeitung dieser Lebensereignisse. Wenn vorhandene Ressourcen nicht ausreichen, um im Verlauf des Trauerprozesses loslassen zu können und Akzeptanz zu schaffen, entstehen Blockaden und Hindernisse, die den Blick auf eine "sinn"-volle Zukunft verstellen. An exemplarischen Beispielen aus der psychologischen Praxis sowie dem psychoonkologischen Alltag zeigen wir hilfreiche energetische Methoden auf, die in der Beratungsarbeit schnell wirken und die Selbstwirksamkeitserfahrung der Betroffenen stärken. Neu an diesem Workshop sind Arbeitsweisen, die der Identitätsmethode von Dr. Fred Gallo, (Begründer der Energy Psychology® ED X TM), entnommen sind. Eine körperliche Stimulation von Akupressurpunkten kann, muss aber nicht, Anteil der Energiearbeit sein. Diese imaginative Arbeit lässt sich jederzeit in verhaltenstherapeutische und hypnosystemische Ansätze integrieren und bietet eine effektiv wirkende Zusatzmethode.

Besonders wertvoll empfinden viele Betroffene daran, dass sich Gefühle fast "wie von selber" transformieren. Blockaden lassen sich ohne große Kraftanstrengung beiseite räumen und somit werden aktive Entscheidungen, das eigene Leben wieder in die Hand zu nehmen, möglich. Ziel ist es, durch die beschriebene Transformation der Gefühle die Annahme und die Akzeptanz des Geschehenen zu ermöglichen. So wird Raum für die Versöhnung mit sich und dem Leben eröffnet, die der Sinnfindung dient für eine neue Phase im Leben. Diese achtsamkeitsbasierte Arbeit führt zu einem veränderten positiven Bewusstsein über sich selbst.

Literatur

- GALLO, F. (2004). Handbuch der Energetischen Psychotherapie (2. Aufl.). Kirchzarten: VAK
- GALLO, F. (2009). Energetische Selbstbehandlung. München: Kösel

Workshop mit theoretischem Hintergrund, klinischen Fallbeispielen aus der psychoonkologischen Praxis, Demonstrationen.

Teilnahmevoraussetzungen: Von Vorteil sind Grundkenntnisse in der Energetischen Psychologie

Zur Person:

Gabriele Wingerter-Wolters, Dipl.-SozPäd., Dipl.-Psych., Ausbildungen in Systemischer Beratung (ISS-Hamburg), Hypnotherapie (M.E.G. Hamburg), NLP-Master (DVNLP), Energetische Psychologie® ED x TM (Dr. Fred Gallo). Zertifizierter Level IV- Trainer und Therapeut für „Energetische Psychologie“ in ED x TM nach Dr. Fred Gallo, Supervisor und Coach (CCCProfessional). Entwicklungsdiagnostische Arbeit, psychologische Beratung und psychoonkologische Beratung in Einrichtungen in Leer, Emden, Aurich, Papenburg.

Psychologische Praxis für Beratung, Therapie und Coaching in Leer. Lehrbeauftragte der Fachhochschule Leer-Emden. Vorträge, Seminare und Workshops zu unterschiedlichen Themen, u. a. Wendepunkte im Leben, Berufsorientierung, Trauerarbeit, Wechseljahre etc. Arbeitsschwerpunkte: Ängste, Depressionen, Selbstwert, Trauma, Trauer, Sport- und Leistungscoaching. Ausbildungen in Energetischer Psychologie® nach Dr. Fred Gallo, level I bis IV.

Andreas Mohr, Diplom-Psychologe, Cuxhaven. Seit 2005 in eigener Praxis als Psychologe und Lifecoach tätig. (Psychologische Privatpraxis Cuxhaven). Ebenfalls als Wirtschaftspsychologe und Coach von 2005 – 2007 für Assessment-Center im Bereich Banken in Hamburg und Cuxhaven tätig. (in Kooperation mit einer anderen Diplom-Psychologin). Seit 2008 ebenfalls als Psychologe in einer Erziehungsberatungsstelle tätig. Thema: Erziehungsberatung, Umgang mit Scheidung und Trennung, sowie Trauer und Verlust und der psychologische Testung von Kindern und Jugendlichen in der Erziehungsberatungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes in Cuxhaven.

„Diplom-Psychologe“, Freie Universität Berlin, „Heilpraktiker für Psychotherapie“, Gesundheitsamt Cuxhaven
Zertifizierter Therapeut und Trainer für „Energetische Psychologie“ nach Dr. F. Gallo, MEIHEI, Ausbildung zum „Klinischen Hypnotherapeuten“ beim Milton Erickson Institut Hamburg, Ausbildung in der „I-Identity Methode“ von Dr. F. Gallo, MEIHEI, Ausbildung in der „Huna Methode“ von Dr. Diethard Stelzl, Gesundbrunnen Hamburg