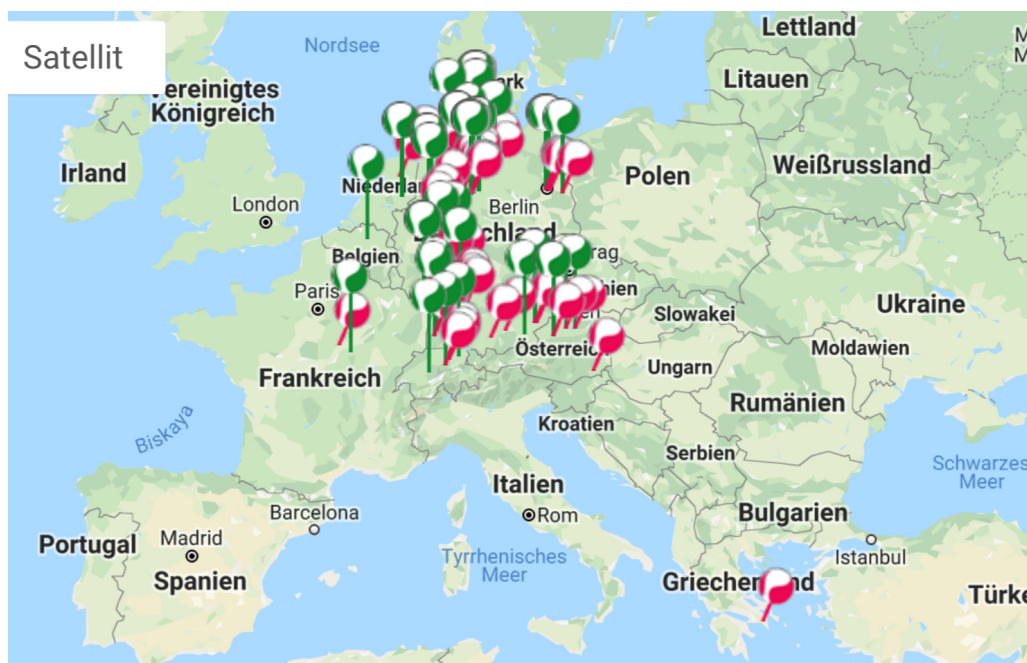


Gehen heißt Verstehen

Walking-In-Your-Shoes Magazin

des Europäischen WIYS-Instituts

No. 9/2022 Online-Magazin des Walking-In-Your-Shoes Instituts: - Neuigkeiten, Erfahrungsaustausch, Interviews, Wissenswertes, Tipps, Kurioses, Ankündigungen



"Bewegung erzeugt Energie, Energie erzeugt Information, und Information erzeugt Einsicht."
Unter diesem Motto hat sich eine neue, ganzheitliche Selbsterfahrungs-Methode aus den USA in Europa etabliert: Walking-In-Your-Shoes. Dieses kraftvolle Instrument nutzt unsere natürliche Fähigkeit zur Empathie, um tiefe Einblicke für inneres Wachstum und Entwicklung zu ermöglichen. Fachleute betrachten diese Methode bereits als die Zukunft des Coachings.
www.WIYS-Institut.org





WIYS

Walking in your shoes®

Inhalt

3 Zitat des Monats

4 Editorial

5 WIYS® und Theaterarbeit Walking In Your Shoes

7 Interview mit Joseph in Perg, Österreich

10 Kongressunterstützerteam

12 1 + 1 = 7.000

13 WIYS-Zoom-Kongress

15 Das Prinzip der **Gewaltfreien Kommunikation** als Ressource für WIYS

19 WIYS online

23 Wie beschreibe ich Walking-In-Your-Shoes in meinen Worten (1)

24 Wie beschreibe ich Walking-In-Your-Shoes in meinen Worten (2)

26 Gründung der Walking-In-Your-Shoes Akademie in Hannover

Zitat des Monats:

Nicht dein Rücken tut weh, sondern die Last.

Nicht deine Augen schmerzen, sondern die Ungerechtigkeit.

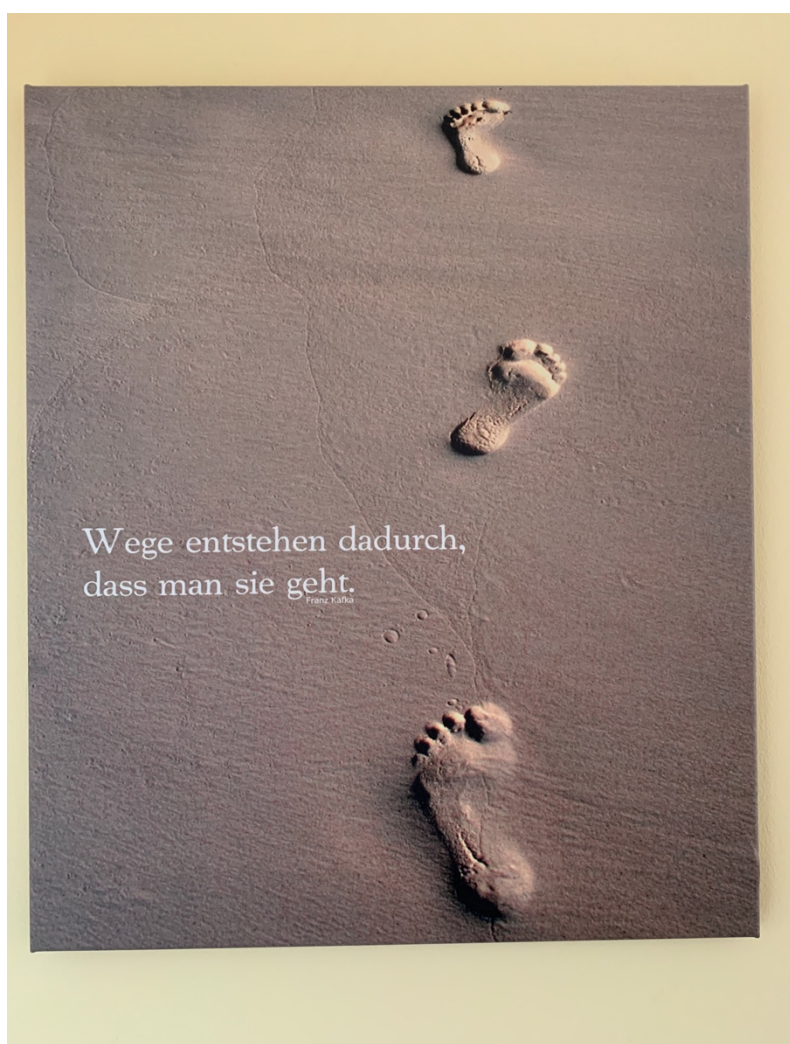
Nicht dein Kopf schmerzt, sondern deine Gedanken.

Nicht die Kehle tut weh, sondern das, was du nicht ausdrückst oder mit Wut sagst.

Nicht der Magen tut weh, sondern was die Seele nicht verdaut.

Nicht die Leber schmerzt, sondern die Wut.

Nicht dein Herz tut weh, sondern die Liebe.



Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser des Walking-In-Your-Shoes Magazins „*Gehen heißt Verstehen*“.

Nach einem Jahr Pause liegt nun endlich die neue Ausgabe unseres Magazins vor. Im letzten Jahr gab es mit der Pandemie und der Akademiegründung einfach zu viel zu tun. Jetzt aber sind viele interessante Artikel und Beiträge entstanden, die ich mit dir teilen möchte.

Hast du gesehen, dass neue, persönliche Flyer entstanden sind, auf die du ganz einfach deinen Praxisstempel setzen kannst? Hoffentlich ist dir nicht entgangen, dass es mein letztes Buch „Wenn ich gehe, dann läuft's“ bei Thalia.de auch als Ebook gibt? Hast du gesehen, dass es eine Videothek mit dokumentierten Walks zahlreicher Themen gibt, die weiter gewachsen ist? Siehe: wiys.biz. Warst du als Mitglied mal wieder im Internen Bereich (nach dem Login) und hast dir die kostenlosen Videos und Interviews angesehen?

Die Gründung der Walking-In-Your-Shoes Akademie in Hannover ist geglückt...! Anfang 2021 hatten wir noch die letzte von 6 Akademie-Vorbereitungstreffen, und im Mai 2021 ging es dann los. Mitten in der Pandemie! Das war natürlich nicht der leichteste aller Starts, aber mittlerweile bieten wir in den neuen Räumen in der Oeltzenstraße ein komplettes Walking-In-Your-Shoes Programm an. Hier haben Laila, Thorsten und ich einen Lehrgang für Ausbilder*innen absolviert und eine neue Ausbildungsgruppe begonnen. WIYS-Akademie.org

Was ist noch passiert? Es gab ein Institutstreffen über Zoom, und die Zahl der Regionalgruppen ist weiter gewachsen. Das SoBi in Münster bietet wiederholt anerkannten Bildungsurlaub und Weiterbildung mit Walking-In-Your-Shoes an.

Leider hat noch kein zweiter Walking-In-Your-Shoes Präsenz-Kongress stattfinden können. Das hat die Pandemie bislang erfolgreich verhindert. Lese bitte unten, wie es jetzt weitergeht.

Liebe Grüße, Christian Assel

P. S. Falls du transkribierte Walks hast, Interviews, neue Erkenntnisse, Portraits, Berichte, Buchtipps, neue Themen und andere Beiträge, schick sie mir bitte zur Veröffentlichung in diesem Magazin, an info@WIYS-Institut.org.

WIYS® und Theaterarbeit Walking In Your Shoes

Das Morphogenetische Feld

Das morphische oder morphogenetische Feld: Ein Energiefeld, das alles umgibt und alles Bewusstsein, alles Wissen miteinander verbindet, Erfahrungen und Erkenntnisse speichert. C.G.Jung spricht vom Kollektiven Unbewussten, die Akasha Chronik spricht vom Buch des Lebens. Themen, die man in diesem Feld geht, sind nicht vom Verstand geführt. Sie zeigen unmittelbar Gefühle: der Körper erlebt und erfährt Situationen, aus denen sich Erkenntnisse und Lösungen zeigen können.

Warum WIYS in der Theaterarbeit

Die Bühne ist ebenso ein morphogenetisches Feld – der festgesteckte Rahmen, in dem ein Schauspieler in eine Rolle schlüpft, vorübergehend ein Anderer wird - und nach der Theatervorstellung wieder zur Privatperson zurückkehrt, indem er diesen festgesteckten Rahmen bewusst verlässt. Insofern ist die Arbeit mit WIYS dem Schauspieler nicht fremd, wendet er sie jedoch bewusst an, kann es ihn viel schneller an die wesentlichen Punkte bringen und lässt ihn erkennen, was ausgedacht war und was sich im Erleben anders zeigt.

Im UNTERSCHIED zu privaten WALKS, geht es bei der Theaterarbeit nicht darum, Ängste, Spannungen, Probleme aufzulösen, sondern sie im Gegenteil zu VERGRÖßERN. Dem geht natürlich in beiden Fällen erst ein Entdecken, ein bewusstes Wahrnehmen des gegenwärtigen Zustandes voraus. WIYS wirft einen erst mal in eine Situation hinein, die es zu entdecken gilt. Diese Basis ermöglicht es, nach Lösungswegen zu suchen, oder nach Abgründen für eine Figur zu forschen. Ich kann ein Thema einer Theaterfigur GEHEN/WALKEN und damit Erkenntnisse für die Rollenarbeit finden.

Lässt sich der Schauspieler auf diese tiefere Ebene ein, bekommt er bei den Proben und auch bei der Vorstellung die Möglichkeit, in diesem Feld neue Seiten seiner Figur kennen zu lernen und zu leben. Er kann noch authentischer spielen, weil er das ICH BIN auf der Bühne IST – heißt: Er spielt weniger aus der Erinnerung der Probenarbeit, sondern kann im Augenblick laufend neue Emotionen entdecken. (ohne den gesteckten Rahmen des Regisseur/In verlassen zu müssen)

Auf diese Weise ist es ihm möglich, die Figur zu erleben, ohne sie sich ausdenken zu müssen d.h. die Figur ist freier von persönlicher Sichtweise und Interpretation. Im morphogenetischen Feld spürt der Körper, erlebt in diesem Fall der Schauspieler, was die Situation ist. Er hat die Möglichkeit, Seiten einer Figur zu entdecken, die er sich nicht ausdenken könnte, weil sie außerhalb seines momentanen Vorstellungsvermögens sind, oder weil er persönlich noch nie so eine Situation erlebt hat, also nicht wirklich verstehen kann, was die Figur da sagt und meint.

DOPPELWALKS in der Theaterarbeit:

Gerade in der Theaterarbeit eignet sich der DOPPELWALK sehr gut, gibt es doch viele Zweierszenen in der Literatur, wo zwei Personen etwas miteinander verhandeln. Hier hilft eine Gegenüberstellung von zwei Figuren, die erst den eigenen Raum; danach, ohne trennende Wand, bewusst den Raum des andern erfahren und sich danach bewusster in ein und demselben Raum bewegen. Auch bei vielen Figuren kann es Gegenüberstellungen geben: meine Figur und dieses Gegenüber, meine Figur und ein anderes.

Da ist es immer sehr interessant, wie die Figuren den Raum des andern einnehmen - ob sie sofort reingehen und Besitz vom Raum des andern ergreifen, oder ob die Öffnung der Wand sie bedroht und sie es nicht haben können, wenn jemand in ihren Raum hereinkommt. Alleine mit dieser Erfahrung kann der Schauspieler schon viel für die Figur mitnehmen. Später, in der Szenearbeit erinnere ich die Spieler immer daran, was sich im WALK gezeigt hat, damit sie Erfahrungen wie Nähe/Distanz oder Bewegungen des Körpers, bewusst in die Szene einbauen, oder ich kehre zu einem WALK zurück, damit der Körper sich wieder erinnert.

©Annelore Sarbach 2019



Interview mit Joseph in Perg, Österreich

am 27.07.2012

Chris: Wir sind hier in Österreich, in Europa. Du bist zu uns gekommen, um eine Walking-In-Your-Shoes Tour mit uns zu machen. Jetzt sind wir in Österreich, nächste Woche sind wir in Hannover, und die Woche darauf werden wir in Berlin sein. Nachdem wir die Tour hier in Österreich begonnen haben und schon einige Tage intensive Arbeit gemacht haben, wie ist der Unterschied zu der Arbeit, die du aus Kalifornien gewohnt bist?

Jo: Wie du ja weißt, mache ich einen regelmäßigen Workshop in Kalifornien, in dem wir Walking-In-Your-Shoes benutzen. Dort benutze ich es besonders für Theaterarbeit und kreative Prozesse, für welche du ebenfalls Walking-In-Your-Shoes benutzen kannst. Walking begann und wird fortgeführt, im Bereich der Psychologie, der Selbsterfahrung und Potential-Findung. Und das ist, weswegen ich gekommen bin, mit Europäern zu arbeiten. Was ich jetzt, nach zwei Tagen sehr intensiver Arbeit sagen kann ist: Ich bin soooo erstaunt über das Niveau der Arbeit hier, und der Bereitschaft der Leute, diese Methode zu nutzen und auf alle Aspekte ihres Lebens anzuwenden, scheinbar ohne einen Zweifel, ob der Prozess funktioniert oder nicht. Diese Europäer, Österreicher, Schweizer, Deutsche, sie lieben das Walking, sie wissen es funktioniert, sie hatten eine gute Ausbildung, von dir und anderen. Es ist für mich persönlich die reine Freude mit euch zu arbeiten. Ich bin begeistert. Es ist wie ein Samen, der vor vielen Jahren gepflanzt wurde, hier und da mal aufgegangen ist, und in Europa wirklich echte Wurzeln geschlagen hat. Und ich bin begeistert. Es war eine sehr reiche Erfahrung für mich, mit diesen Leuten zu arbeiten.

Walking-In-Your-Shoes zeigt dir sehr schnell, dass wir „weitreichende“, ausdehnende Wesen sind. Wir sind verbunden. Wir sind nicht so getrennt, wie wir manchmal meinen. Wir haben die Fähigkeit uns gegenseitig zu Walken, und zwar präzise! Im Moment, und dann darüber zu reflektieren. Es ist, als ob wir ein Kontinuum der Empathie und Verbindung leben. In den Vereinigten Staaten gibt es immer noch diese alte Einstellung: „Weißt du, ich bin mir selbst der Nächste, ich mache es alleine. Ich brauche die Gemeinschaft nicht wirklich. Ich mag die Gemeinschaft, aber ich brauche sie nicht wirklich. Ich bin alleine. Du bist kein Teil von mir. Ich bin ich!“ Vielleicht ist es auch eine Sache der frühen Kindheit... Das ist natürlich eine starke Verallgemeinerung, und es trifft nicht auf alle zu, aber es gibt da so ein „Festhalten“ in dieser Weise. Walking-In-Your-Shoes mag also deswegen vielleicht nicht so aufgeblüht sein, so wie es könnte, bis jetzt. Vielleicht weil Europa schon durch so vieles hindurch gegangen ist. Europa ist alt, viel älter als die Vereinigten Staaten, in kultureller Hinsicht. Ihr seid durch viele Kriege gegangen, große Kriege, die euch direkt betroffen haben, und da gibt es so ein Gefühl von: „Hier bei uns, da sind wir zusammen. Ob wir es mögen oder nicht.“ Ihr habt viele Nachbarn. Ihr habt viel ausprobiert; habt viele Religionen ausprobiert. Psychotherapie wurde hier geboren. Also, wenn Walking-In-Your-Shoes hier etwas zügiger gedeiht als in den Staaten, macht das Sinn. So, als wärt ihr bereit.

Chris: Ich will mal sagen, dass ich immer noch ziemlich optimistisch bin, was das Gedeihen von Walking-In-Your-Shoes in Kalifornien angeht. Ich habe das mit der Familienaufstellung

erlebt. Diese war schon sehr bekannt in Deutschland, während sie in Kalifornien noch fast unbekannt war. Meine Meinung ist, dass es nur länger gedauert hat. Und jetzt ist die Familienaufstellung stark gewachsen, in den Vereinigten Staaten.

Jo: Also Walking-In-Your-Shoes liegt nicht weit zurück...

Chris: Das ist mein Wunsch.

Jo: Meiner auch.

Chris: Vielleicht sollten wir etwas über das Institut sagen. Wir sind hier in Europa gerade dabei ein Walking-In-Your-Shoes Institut zu gründen. Kannst du dir vorstellen, dass Kalifornien auch so etwas braucht?

Jo: In der Tat. Tatsächlich gründen wir auch gerade ein Walking-In-Your-Shoes Institut in Kalifornien. Ich beginne jetzt, mehr Ausbildung zu machen, in Los Angeles, in Santa Monica. Schon im vergangenen Jahr wurde es mehr; und wir wollen gerne auch mehr reguläre Kurse anbieten, sodass die Leute üben können. Das ist alles was wir brauchen: Einen Ort, wo Leute davon angesprochen werden und regelmäßig üben können, damit sie es in ihr Leben mitnehmen können. Und die Tatsachen, dass wir beide damit arbeiten zeigt, dass es hier eine Vorwärtsbewegung gibt. Und hier in Österreich ist es schon richtig angekommen, ich bin sicher, dass es weitergehen wird.

Chris: Zum Schluss sollten wir vielleicht noch etwas ankündigen. Übrigens bin ich froh darüber, dass du mir einen Platz in dieser Arbeit gegeben und mich unterstützt hast. Du sagtest: Ich kenne Walking-In-Your-Shoes, und ich kann dir was darüber sagen. Und in dieser Arbeit, die wir gemeinsam gemacht haben, stellten wir fest, dass wir gemeinsam ein Buch schreiben wollen. Das erste Buch war über meine persönlichen Ideen und Erfahrungen, eine Einführung. Und jetzt stellen wir fest, wir müssen ein Buch gemeinsam schreiben, um mehr ins Detail zu gehen und den Interessierten mitzuteilen, wie man Walks macht und verbessert. Wie würdest du das sehen?

Jo: Ja, unser Buch wird ein umfassenderes Buch als das erste. Es wird auch meinen Ansatz zu dieser Arbeit enthalten, und was ich als sehr nützlich erachte, und wie ein Walk förderlich ist. Wir werden auf die verschiedenen Arten von Walks schauen und deren Anwendungen. Des Weiteren auf bestimmte Walks, die wir gesehen haben, auch etwas Geschichte, und mehr über die Philosophie dahinter und die Auswirkungen, und was es für uns Menschen bedeutet – und – darüber hinaus.

Chris: Mal sehen was passiert. Wir haben Juli 2012; vielleicht wird es zum Ende des Jahres oder zum Beginn des nächsten Jahres verfügbar sein; so in dem Dreh.

Jo: Du willst mich doch dazu bringen ein bestimmtes Datum einzuhalten....? Mein Co-Autor

will, dass ich mich zu einem Datum verpflichte.... Aber ich möchte das schon gerne zu Beginn des kommenden Jahres sehen. Es wäre gut, das Jahr so zu beginnen.

Chris: Dann wissen die Zuschauer auch, wann sie es bestellen können.

Jo: Ich will nur nochmal sagen, dass die Tour und die Arbeit hier für mich nichts weniger als ein historischer Moment ist. Ich mache das nun schon über 25 Jahre mit Leuten in den USA. Und die Tatsache, dass wir das hier machen, ist sehr bedeutungsvoll für mich. Ich bin sehr, sehr froh darüber.

Chris: Da scheint sehr viel Energie drin zu sein. Vielen Dank. Auf Wiedersehen.

Jo: Frohes Walking!



Berlin, den 21.5.2022

Ihr lieben Berliner WIYS-Kongressorganisationsteam und ihr lieben deutschlandweiten Kongressunterstützer

Vor 3 Jahren genau – im Mai 2019 begannen wir mit der Vorbereitung des 2. Internationalen WIYS-Kongresses in Berlin. Es gab ein großes, herzliches und ehrenamtliches Engagement. Viele Aktivitäten und Entwicklungsschritte liegen hinter uns. DANKE DAFÜR! Fakt ist: die gesamten Vorbereitungen führten nicht zur Durchführung UNSERES WIYS-Kongresses, weder in 2020, noch in 2021.

Den Schritt den „Verantwortungshut für den Kongress wieder abzulegen“ und zu Füßen der gesamten WIYS-Gemeinschaft zur späteren Aufnahme hinzulegen, erwalkten wir ebenso wie viele Teilentscheidungen und vergebliche Entwicklungsschritte ... Vielen fiel es nicht leicht, denn ihr Herz schlug engagiert für UNSEREN Kongress. Darüber berichteten wir immer wieder transparent innerhalb unserer Netzwerke. Für alle Beteiligten war es eine eigene Entwicklung, die leider nicht durch das Endergebnis der Kongressdurchführung gekrönt war. Aber,

I HAVE A DREAM:

Inzwischen lernte ich das bayerische Seminarhotel „Jonathan“ (Nähe Chiemsee) kennen und schätzen, begriff sofort das dort ideale Rahmenbedingungen für UNSEREN 2. WIYS-Kongress sind.

WE HAVE OUR 2. INETERNATIONAL WIYS-KONGRESS 2023 AT „ JONATHAN“-SEMINAR-HOTEL IN

BAVARIA! WE STAY THERE, LIFE 3 DAYS TOGETHER, HAVE FUN, GROW AND HAVE OUR OWN EXPERENCE!

Durch persönliche Lebensumstände bin ich gerade nicht in der Lage ein zweites Mal Verantwortung für den Kongress zu übernehmen. Ich freue mich aber über Jede und Jeden, die den Kongresshut aufnehmen möchten. Auch stehe ich (und Christian) gerne beratend zur Seite, damit im nächsten Jahr endlich UNSER Kongress stattfindet. Ich stelle die offene Frage:

WER FÜHLT SICH BERUFEN DEN IM RING LIEGENDEN „KONGRESSHUT“ AUFZUNEHMEN???????

Es gibt 3 Wichtigkeiten!:

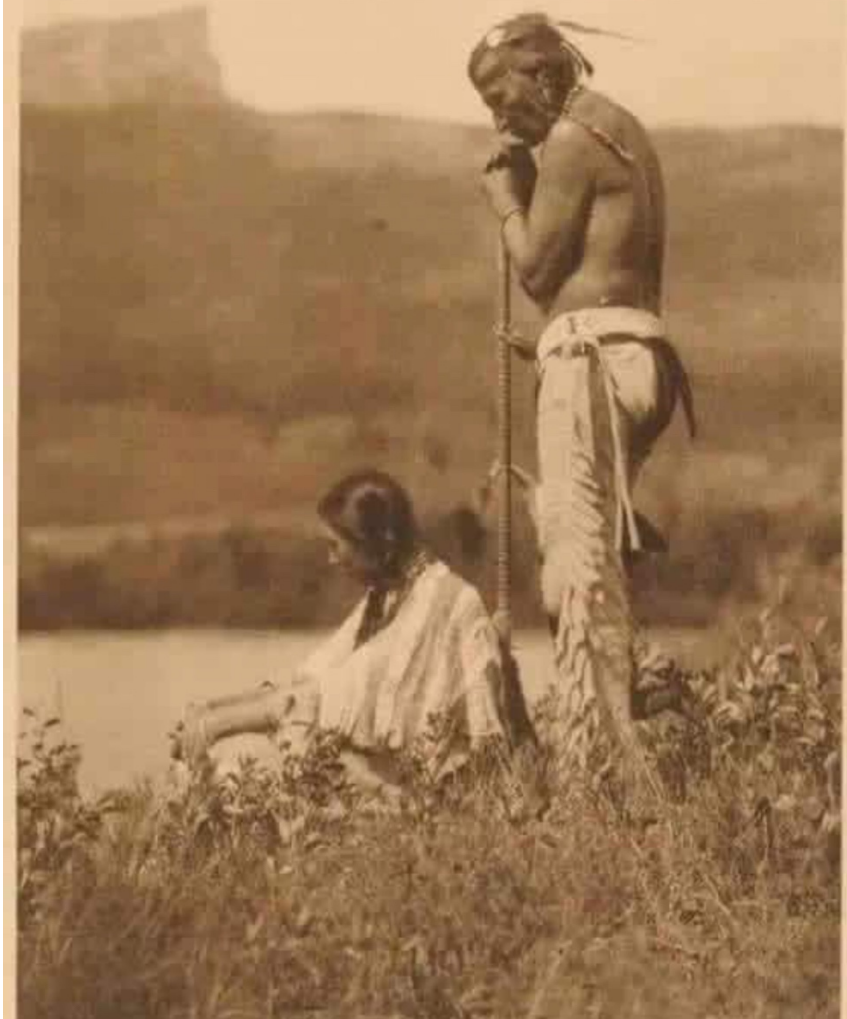
1.! Im idyllisch gelegenen „Jonathan“ sind beste Rahmenbedingungen für UNSEREN 2.WIYS-Kongress!

2.! Logistisch sind auch Walker*Innen aus Österreich, Schweiz & südlichen Ländern besser erreicht!

3.! Traut Euch und sprecht auch junge, neue Walker*Innen an, ob diese einen Kongress organisieren!

Herzliche Walkinggrüße aus Berlin => Hesk

Grandfather says: When you feel powerless
that's because you stopped listening to your
own heart, that's where power comes from.
~ Gianni Crow ~



1 + 1 = 7.000

Liebe Kolleginnen und liebe Kollegen,

die Coronakrise hat mich dazu gebracht, mir einige Gedanken darüber zu machen, was die Krise bewirken soll und vor allem, wie wir sie nutzen können, um unsere Welt in eine humane, friedvolle, in eine bessere Welt zu verwandeln.

Mein Ergebnis ist $1 + 1 = 7.000$

Als neugieriger Mensch habe ich mich umgeschaut, welche Therapeuten ähnliche „Werkzeuge“ wie wir verwenden und gibt es weitere Therapeuten, die auch dem innerem Wachstum der Menschen dienen.

Und siehe da, es gibt viele, sogar sehr viele Therapeuten. Bisher arbeiten aber alle Therapeuten für sich, bzw. nur in ihrem eigenem Kreis und bleiben so leider relativ unbemerkt von der Öffentlichkeit. Das hat mich dazu gebracht ein Bündnis, eine gemeinsame, gleichberechtigte Kooperation mit anderen Therapeuten (interdisziplinär) ins Leben zu rufen. GEMEINSAM haben wir die Kraft unsere Welt wirklich zu einem besseren Ort zu machen.

Die Zeit der Einzelgänger ist vorbei. Die Zeit der Kooperationen, der Gemeinschaften hat begonnen. Mehr zu dieser Vision erfahrt ihr auf meiner Homepage unter der Rubrik $1 + 1 = 7.000$.

<https://essenz-des-lebens.eu>

Jeder von uns hat besondere Fähigkeiten. Gebündelt ergeben sie einen riesigen Fundus an Wissen und Können.

Mir ist es wichtig diese Vision, dieses Projekt, als Gemeinschaft zum Leben zu erwecken. Ich bin ein ausgesprochener Teamplayer und möchte nicht alleine ein so großes Projekt auf die Beine stellen.

Ich freue mich sehr darauf mit euch gemeinsam zu arbeiten und bin mir sicher, das aus anderen therapeutischen Kreisen das Interesse auch sehr groß sein wird.

Es wartet ein Leben in Fülle und mit viel Liebe auf uns. Lasst uns gemeinsam dafür arbeiten.

Liebe Grüße aus Hannover, Uwe Sievers

WIYS-Zoom-Kongress, organisiert von Joseph Culp

Im November 2020 fand der erste internationale Onlinekongress mit Zoom statt, organisiert vom Mitbegründer von Walking-In-Your-Shoes, Joseph Culp, alles unter dem Motto: „Uns selbst erweitern und unsere Welt stärken“. Schätzungsweise 50 Personen waren anwesend. Auch die unterschiedlichen Zeitzonen ließen sich gut vereinbaren. Es fanden an 2 Tagen jeweils 2 Sessions morgens und abends mit je 3 Stunden statt, wobei manche Vorträge parallel liefen, so dass man gut auswählen konnte. Manchmal fiel mir allerdings die Wahl schwer, ich hätte gern alles gehört.

Es gab eine Fülle von Vorträgen, Diskussionen (Fishbowls), Handouts, Austausch und Walken, zum Teil parallel, in Zoom Breakouträume genannt. Wunderbar war die Möglichkeit der Übersetzung zwischen den Sprachen Englisch, Französisch und Deutsch. Auch wurden die meisten der vorgestellten Themen aufgezeichnet und hinterher zur Verfügung gestellt. Wir haben praktisch die internationale Community der Walker gefühlt und die Verbundenheit untereinander trotz Coronamassnahmen, die die Reisen zwischen den Ländern unmöglich machten. Wir können gut auch Online walken, selbst wenn es zeitlich begrenzte Walks von 5-10 Minuten sind. Die Themen waren vielfältig:

Einführung/ Keynote Joseph Culp

"FISHBOWL" Diskussion über WIYS-Themen Wechselnde Personen

Polyvagalthorie, Gesichtsmasken, und WIYS Dr. Sabine Ott

Herausforderungen im Walk – Was kann ich tun Marianne Dietz-Grebe (Auf Anfrage erhältlich als PDF und als Video)

Die Regenbogenbrücke Walken - WIYS & Chakras Peter De Vries

WIYS & Sexuelles Erwachen Alison Mezey

WIYS & Spiegelneuronen Claudia Spicher

WIYS & Psychische Arbeit Candice Rebollo

WIYS & Mediation Anja Luettge

WIYS & für helfende Beziehungen (WIYS in Helping Relationships) Rouel Cazanjan

Walk-Räume zur Vertiefung der einzelnen Themen

Abschluss Joseph Culp

Mein Fazit ist: Es hat sich gelohnt, an dem Online-Kongress teilzunehmen und auch mitzuwirken und ich wünsche mir mehr davon. Sich vor Ort zu treffen, ist sicher schön und wertvoll, aber Online-Konferenzen haben den Vorteil, dass mehr internationaler Austausch möglich ist, besonders, da internationale Reisen zurzeit ohnehin stark eingeschränkt sind.

Zur Information: wir haben regelmäßige deutsche und englische Walking-Zoomtreffen, wo jeder Walker teilnehmen kann. Sprecht mich gern an, wenn ihr Interesse habt.

Es ist wunderbar, die WIYS Community zu erleben, ob live oder online.

Es gibt noch eine gute Nachricht: Es wird wieder ein Online-Kongress im November 2022 stattfinden.

Marianne Dietz-Grebe, Hannover



Das Prinzip der **Gewaltfreien Kommunikation** als Ressource für WIYS

Susanne Alimoradian, WIYS-Kursleiterin, August 2021



„Walking-In-Your-Shoes ermöglicht auf besondere Weise das Verständnis für Personen, Tiere und Elemente unserer Welt. Dieses Verständnis ist immer dann von Nöten, wenn sich Konflikte, Schwierigkeiten oder Hürden aufgetan haben, die ein Handeln auf einer inneren Ebene erforderlich machen. Falls du z.B. eine bestimmte Person auf tiefe Weise verstehen lernst, ebenso die Beweggründe für ihr Handeln, ihre An- und Absichten, ihr Innerstes, ihre Seele, dann fällt es dir leicht, diese zu achten und sie anzuerkennen. Du kannst sie genauso nehmen, wie sie ist, was eine gute Beziehung zwischen euch fördert, mit mehr Kraft und mehr Möglichkeiten für beide.“ (Christian Assel, WIYS-Akademie, Juni 2021)

„Gewaltfreie Kommunikation ist eine Haltung, die ich aufgrund von Wissen, aufgrund von Klarheit über mich, aufgrund innerer Ruhe annehmen kann. Sie ist eine Kommunikation der Verbindung mit anderen Menschen. Indem ich mein Gegenüber nicht für das verantwortlich mache, was ich mir wünsche und nichts fordere, kommuniziere ich gewaltfrei – es entsteht Selbstbewusstsein und Freiheit für mich und mein Gegenüber, es entsteht eine Kommunikation, bei der zwei Menschen etwas übereinander lernen.“ (Holger Matern, GFK-Trainer, August 2021)

„Durch Empathie entsteht eine Resonanz zwischen dem Ratsuchenden und dem Walker. Durch Verstärkung dieser Empathie ist gegenseitiges Gesehen-Werden, das Erkennen meines Selbst und des meines Gegenübers möglich. Deshalb versuchen wir Walkleiter, den Walker oder Ratsuchenden dabei zu unterstützen, eine neue Erfahrung der Verbindung zu anderen oder zu tiefen Ressourcen im Inneren zu finden. So entsteht ein neues Bewusstsein, dass es in die Welt zu tragen gilt.“ (Joseph Culp, Int. WIYS-Kongress 2020)

„Wenn Du Dir keine Zeit für Dich nimmst, dann wird Dir welche gegeben, damit Du Dich mit Dir beschäftigen kannst.“ (Vadim Tschenze, Schamane, August 2021)

Diese beiden Jahre der Pandemie haben mir nicht unbedingt mehr Zeit, aber eine Vielzahl an Möglichkeiten gegeben, zu lernen und zu wachsen. Neben vielen empathischen und gefühlvollen Online-WIYS-Veranstaltungen war das ein intensiver Kurs in Gewaltfreier Kommunikation nach den Prinzipien von Marshall Rosenberg. Aus meiner Sicht zeigen sich erstaunlichen Gleichnisse in der Methodik von WIYS und GFK. Dies und inwieweit Methoden der GFK eine weitere Ressource für WIYS sein können, möchte ich gern mit Euch teilen.

WIYS ist eine Methode der Selbsterfahrung, GFK eine der gelingenden Kommunikation.

Wichtigstes Werkzeug beider Methoden ist die Empathie, das wichtigste Ziel ist die Verbindung zwischen Menschen und zu sich selbst, begleitet werden beide Methoden durch Wertfreiheit. Dass Nöten und Konflikten im Leben unerfüllte Bedürfnisse zugrunde liegen, ist eine Erkenntnis, die beiden Methoden zugrunde liegt.

Der Ansatz, dass bei WIYS Bewegung Energie erzeugt und diese Energie Informationen hervorbringt, entspricht wohl dem Maßstab der GFK, in einer Kommunikation möglichst handlungsfähig und in Verbindung zu bleiben. Beide Methoden arbeiten mit Schritten, die in ähnlicher Weise zum Ziel führen sollen.

„Durch die Energie der Bewegung werden auch Bilder, Emotionen und Eindrücke freigesetzt, die mit dem, was hinter der Rolle steht, sehr viel zu tun haben. Und genau das wollen wir finden. Während die/der Gehende sich in der Rolle bewegt und die Wahrnehmung vertieft, frage ich als Leiter, was genau wahrgenommen wird, ob Bilder oder Empfindungen da sind, und was gerade das Besondere an diesem Prozess ist. Durch das Beobachten und Fragen versuche ich mir ein Bild zu machen und die wichtigen Details herauszuarbeiten, um sie für die/den Teilnehmer*in und der Gruppe darzulegen.“ (Christian Assel, WIYS-Akademie, Juni 2021)

Der erste Schritt ist wieder beiden Methoden gemein: Sowohl ein Walker zusammen mit dem Walkleiter als auch ein Kommunikationspartner sind angehalten, im ersten Schritt möglichst

präzise wahrzunehmen; etwas, was sich zeigt, für wahr zu nehmen; es möglichst neutral und wertfrei wahrzunehmen, aus Respekt für und mit Würdigung von sich selbst und seinem Gegenüber.

Im zweiten Schritt geht es darum, Gefühle wahrzunehmen und genau zu benennen. Hier bietet die GFK Listen mit Gefühlen, mit solchen, die durch erfüllte Bedürfnisse und solchen, die durch unerfüllte Bedürfnisse entstanden sind. Oft haben wir Schwierigkeiten, das empfundene Gefühl tatsächlich mit Worten zu benennen, im Alltag sind viele Gefühlsbezeichnungen vom Sprachgebrauch ausgeschlossen. Als Walkleiter ist es unsere Aufgabe, „wichtige Details herauszuarbeiten“ und so können wir, in dem wir uns mögliche Gefühle und ihre Bezeichnungen vergegenwärtigen, den Walker ggf. unterstützen und ihn nach der genauen Bezeichnung seines Gefühls befragen.

Der nächste Schritt verbindet Gefühle mit den dahinter steckenden Bedürfnissen. Warum ist jemand angespannt, besorgt, wütend, einsam? Vielleicht weil ihm Sicherheit, Verlässlichkeit, Verständnis oder Verbundenheit fehlen? Auch hier kann es nützlich sein, sich mögliche Bedürfnisse, die sehr speziell und fein nuanciert sein können, zu vergegenwärtigen. Die GFK bietet auch hier umfangreiche Listen.

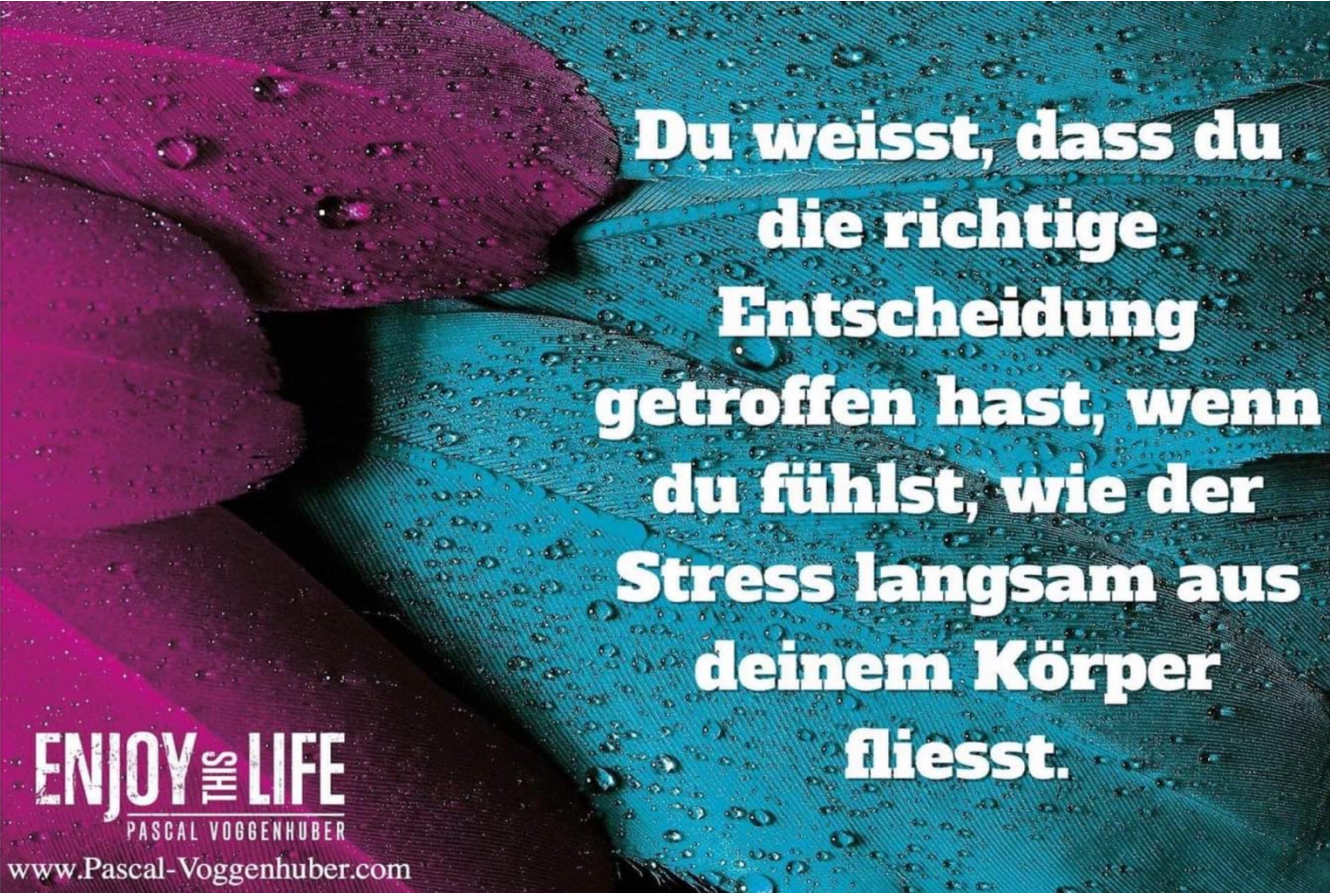
Der Walkleiter wird an dieser Stelle weiter fragen, ob und woher der Walker die Erfüllung seines Bedürfnisses bekommen kann oder wer oder was ihn dabei unterstützen könnte.

In der GFK richtet der Kommunikationspartner eine Bitte an sein Gegenüber, einen Dritten oder sogar an sich selbst.

Natürlich bleibt der Grundsatz, nicht zu bestimmen, nicht einzugreifen, nichts überstülpen zu wollen, nicht zu interpretieren streng erhalten.

Mir persönlich scheint es ein Gewinn zu sein, sowohl ein Gefühl als auch das dazugehörige Bedürfnis möglichst genau mit den richtigen Worten beschreiben zu können. Das Erleben und die Erkenntnis gewinnen an Deutlichkeit und Spektrum. Damit steigen Respekt und Anerkennung mir selbst und dem Anderen gegenüber.

„Mit Walking In Your Shoes empfangen wir Empathie von Anderen, wir geben Anderen Empathie und wir empfinden Empathie uns selbst gegenüber. So erfährt unser Herz tiefe Heilung und unser Selbst und unser Selbstwert wird bestärkt.“ (Joseph Culp, Int. WIYS-Konferenz 2020)



**Du weisst, dass du
die richtige
Entscheidung
getroffen hast, wenn
du fühlst, wie der
Stress langsam aus
deinem Körper
fließt.**

ENJOY THIS LIFE
PASCAL VOGGENHUBER

www.Pascal-Voggenhuber.com

WIYS Online - Während der Pandemie eine neue Grenze öffnen

Joseph Culp (Mitbegründer mit John Cogswell von WIYS) 30. Juli 2021

deutsche Übersetzung

Es gibt eine alte Redewendung im Englischen, die sagt «Notwendigkeit, ist die Mutter der Erfindung.». Wenn Bedarf besteht, wirst du kreativ, gehst Risiken ein und gehst über das hinaus, was Du für möglich gehalten hast, um diesen Bedarf zu decken. Aufgrund der weltweiten Covid-19-Pandemie verspürten viele von uns ein Gefühl der Isolation und der Notwendigkeit, sich zu verbinden. Menschen brauchen Verbindung für ein Gefühl von Stabilität, Sicherheit und geistigem Wohlbefinden. Das Social Engagement System, also das Bedürfnis nach sozialer Interaktion, ist Teil unserer Neurobiologie (unseres polyvagalen Systems) und ist mit unserem Überlebensinstinkt und letztendlich der Erfüllung unseres Lebenspotenzials verbunden. Einfach gesagt: Menschen brauchen Verbindung. Wie viele von Euch wissen, kommt das Thema des Verlusts dieser Verbindung ständig in Walks zum Ausdruck, und als Walkleiter versuchen wir, den Walker oder Ratsuchenden dabei zu unterstützen, eine neue Erfahrung der Verbindung zu anderen oder zu tiefen Ressourcen im Inneren zu finden.

Ich war im März 2020 in Frankreich, als der Lockdown begann, und sah, dass alle meine Flüge in die USA für das Jahr gestrichen wurden. Ich hätte mich zurückziehen – mich isolieren, mich von der Situation schikaniert fühlen und ein Einsiedler in einer Höhle (oder auf unserer Farm in Frankreich) werden können – aber stattdessen habe ich angefangen, den Leuten in unserer WIYS-Gemeinschaft zuzuhören, sowohl in den USA als auch in Europa. Ich hörte viel Angst und Verwirrung über die sich abzeichnende Krise in der Welt, die Frustration über persönliche Einschränkungen und vor allem den Verlust der Verbindung. Ich hatte das Gefühl, auf die Angst und die Isolation reagieren zu müssen. Meine Reaktion auf die Krise war, WIYS-Meetings auf Zoom zu initiieren. Menschen aus vielen verschiedenen Ländern und Zeitzonen konnten kostenlos an diesen Treffen teilnehmen – über ihr Leben berichten, Klarheit und Verbindung suchen und Walks für sich selbst und füreinander machen. Ich habe diese Treffen viele Monate lang alle zwei Tage veranstaltet und geleitet. Es gab mir das Gefühl, dass ich in diesem schwierigen Moment der Welt von Nutzen sein konnte und die Erfahrung vertiefte mein Engagement, diese schöne Methode zu lehren und weiterzugeben. Manchmal hatten wir bis zu 30 Leute in einem Online-Treffen.

Ich habe gelernt, spontaner mit Menschen zu arbeiten, Walks nach kurzem Vorgespräch einzurichten, Partner in Breakout-Räume aufzuteilen und den Leuten Zeit zu geben, ihren Walk zu verarbeiten und das Erlebte mit der Gruppe zu teilen. Die Begegnungen wurden freudig, tiefgründig und zutiefst berührend. Die wesentlichen Ressourcen der menschlichen Verbindung, gegenseitige Bestärkung, das Halten der Energie und das Teilhaben wurden von allen gespürt.

Ein einfacher 5-minütiger Walk mit einem Partner kann großen Nutzen, wertvolle Einsichten und emotionales Wohlbefinden bringen. Walkleiter, Ausbilder, Walker und Menschen, die WIYS gerade erst entdeckt haben, trugen alle zu den Treffen bei, halfen bei Bedarf mit Sprachübersetzungen und unterstützten sich gegenseitig, ihre Wahrheit und eine gefühlte Erfahrung zu finden. Es war wunderschön und transzendent. Ich wurde Zeuge eines beispiellosen Phänomens und es öffnete mich für die größere Kraft und das Potenzial dieser Methode: WIYS ist eine Methode, die Zeit und physischen Raum überschreitet und jedem online zur Verfügung gestellt werden kann.

Um es ganz klar zu stellen: Ich hatte keine großen Erfahrungen mit Online-Walks! Vor der Pandemie hatte ich Zoom, Skype oder das Telefon selten für Walks verwendet und hätte sicherlich nicht einmal daran gedacht, ein Zoom-Training zu machen. Wie viele von Euch (nehme ich mal an), war ich sogar ein wenig misstrauisch, dass WIYS etwas ist, das online genauso effektiv sein könnte wie persönlich. Ich glaubte, dass es nur um die persönliche körperliche Erfahrung ging und dass wir zusammen in einem Raum sein mussten, damit ein Walk wirklich effektiv sein kann. Das ist ABSOLUT NICHT WAHR! Ich habe gelernt, dass das „virtuelle“ Walking-Erlebnis überhaupt nicht virtuell ist. Es ist sehr real, direkt, effizient und hat sogar viele Vorteile. In Online-Sitzungen fühlen sich viele Menschen beim Teilen oft offener und sicherer als in einer persönlichen Gruppe oder einem Workshop.

Es gibt ein Maß an Freiheit, Ehrlichkeit und Intimität, das ziemlich bemerkenswert ist. Es bringt eine tiefe Verletzlichkeit mit sich, die transformativ sein kann. Wenn Menschen an einer Online-WIYS-Sitzung teilnehmen, besteht möglicherweise weniger die Tendenz, sich zu „verstecken“ oder in ihrer „Schüchternheit“ stecken zu bleiben, wie dies manchmal in physischen Workshops der Fall ist. Vielleicht liegt das daran, dass es ein Gefühl der Sicherheit gibt, in seinem eigenen Raum zu sein und eine starke Entscheidung zu treffen, aufzutauchen, gesehen zu werden und einen Walk zu machen. Wir können das gleiche Gefühl der persönlichen Begegnung spüren, wie in einem Präsenzseminar – sowohl mit uns selbst als auch miteinander. Wir stehen vor dem Spiegel eines Walks und der Gruppe. Vielleicht fühlt es sich im Online-Format nach weniger Risiko an – verglichen mit der physischen Gruppenerfahrung – obwohl es manchmal sogar noch mehr ist. Die Offenheit und die Bereitschaft zu Walken sind so stark wie bei allen persönlichen Workshops, die ich erlebt habe.

Wir lernten, dass wir für einen Walk nicht viel Platz brauchen. Für mich ist WIYS Online eine neue Ebene der Arbeit und genauso effektiv. Im letzten Jahr habe ich durch Online-Meetings, Workshops und Schulungen echte Veränderungen und Transformationen bei Menschen gesehen. So viele Walks, so viele Themen, so viel intimer Austausch und Erforschung von Gesundheit, Beziehungen, Lebenszielen, Angst, Liebe, neuem Sinn für Spiritualität im Leben. WIYS kann eine Ressource für das Problem der „sozialen Distanz“ sein – die Verbindung, die

wir suchen. Viele Menschen haben während des Lockdowns ihre Arbeit eingestellt und über neue Richtungen und Prioritäten im Leben nachgedacht – so viele Walks konzentrierten sich auf das wirklich Wichtige, tiefere innere Arbeit, Kreativität zu entdecken, Wünschen zu folgen und präsenter und authentischer zu werden. Und vielleicht ist vor allem die Erfahrung von globaler Verbundenheit und Empathie - erstaunlich! Wie viele von Euch, die zu den wöchentlichen Treffen gekommen sind, wissen, kann eine Person in Los Angeles um einen Walk bitten, jemand in Paris walken und jemand in Hannover den Walk leiten. Drei Menschen in verschiedenen Teilen der Welt verbinden sich durch einen Walk, während andere in Holland, Australien, Hawaii, Südafrika und Minnesota den Raum halten und teilhaben. Wir alle können die sehr reale Erfahrung machen – jenseits von Zeitzonen und Orten – die wichtigen emotionalen und psychischen Vorteile von Expansion und Verbindung zu spüren.

Natürlich ist es nicht für jeden stimmig, WIYS-Sitzungen online anzubieten – es hängt von dem ab, was du bevorzugst und von deinem Vertrauen in die Methode. Das Zuhören und Walkleiten online zu erlernen, erfordert möglicherweise mehr Geduld und Vertrauen. Konzentration ist ein Faktor. Loslassen ist ein Faktor. Sitzen und Präsenz sind Faktoren. Du musst das Gefühl haben, dass es deine Zeit und Mühe wert ist und dass es dir persönlichen Nutzen bringt. Es ist absolut ein echter Test deiner Grundlage mit den 7 Schritten, wie du Walks formulierst, dich selbst als Walker leitest und wie du am besten die 18 Fragen nutzt. Du kannst auch viel über die Kraft deiner Intuition lernen. Manchmal ist die Online-Verbindung langsam und der Ton ist schlecht – aber dies kann tatsächlich ein Moment sein, um sich auf eine Person oder einen Walker auf eine tiefere Weise jenseits von Sicht und Ton einzustellen. Wir sind wirklich im selben Raum und im selben Moment. Wir sind in Empathie und deine intuitiven Gaben können lebendig werden, dein Gefühl der Einheit. Wir sind beim Walk präsent, halten den Raum und dienen. Für mich wird das Erlernen von Online-Walkleiten und Online-Walken immer Teil der von mir angebotenen Ausbildungen sein. Wenn WIYS „die Zukunft des Coachen“ ist, wie ein Walker einmal in meinem Workshop sagte, ist dies ein großer Teil davon.

Covid war für uns in vielerlei Hinsicht eine Herausforderung. Für mich und WIYS war es aber ein Geschenk. Durch die Notwendigkeit war ich in der Lage, über meine Komfortzonen und einschränkenden Überzeugungen über Technologie entdeckend hinaus zu wachsen und mit dieser Methode, die ich liebe, auf eine neue Ebene der Arbeit und Erfahrung zu gehen. Online-Arbeit ist eindeutig eine neue Realität für viele Menschen, die Coaching, Therapie, Unterricht, Kunst und Geschäfte aller Art betreiben. Wir haben das Potenzial, in engerer Verbindung zu sein und mehr Menschen zu berühren als je zuvor – dies entwickelt und wächst täglich weiter und ist die Zukunft. Ich sehe WIYS Online als wichtigen Teil dieser Entwicklung mit großem kreativem Potenzial. Ich erfinde und mache online Dinge, von denen ich bisher nur geträumt habe - meine eigenen Workshops und Trainings und die Zusammenarbeit mit wunderbaren WIYS-Partnern. Viele von ihnen haben an diesen Erfahrungen mit mir teilgenommen.

Inzwischen ist etwas Zeit vergangen, wir haben mehr Informationen und die Impfstoffe und es ist schön, mehr Aktivität in der WIYS-Gemeinschaft sowohl online als auch persönlich zu sehen. In Europa wird die wunderbare WIYS-Akademie ins Leben gerufen, die viele Lernmöglichkeiten bietet, ein Ziel, auf das Christian Assel während der gesamten Covid-Zeit stetig hingearbeitet hat. Ich freue mich, dass die Leute auch wieder in Räume für physische Workshops und persönliche Sitzungen gehen – ein grundlegendes Gefühl des menschlichen Kontakts für die WIYS-Erfahrung. Ich werde meine Arbeit online mit den wöchentlichen Sonntagstreffen, Theater- und Themenworkshops und Ausbildungen fortsetzen. Glücklicherweise konnte ich meine persönlichen Workshops und Seminare weiterhin durchführen, indem ich mich an gesundheitliche Bedenken anpasste, so dass sich alle sicher fühlen konnten. Im Jahr 2020 haben wir einige spannende 2-tägige Workshops zum Thema Trauer-Verlust in Hamburg und Berlin durchgeführt und dieses Jahr die WIYS-Trauma-Meisterklasse – wo wir sogar Masken trugen! Warum nicht? Es geht um unsere Anpassungsfähigkeit – etwas, für das Menschen (und WIYS-Leiter) offen sein müssen. Über unsere Angst- und Komfortzone hinauswachsen – so geschieht Evolution.

Ich freue mich auf das bevorstehende WIYS Seminar – Heilung der Fundamente meiner Bindung - in Hamburg im September und darauf, einen neuen 2x2-tägigen Spezial-Zertifizierungskurs zum Thema WIYS-Trauma für 2022 zu starten. Ich lade Euch ein, Eure neuen Ideen und Möglichkeiten zu verfolgen. Notwendigkeit. Kreativität. Erfindung. Diese Themen tauchen alle im natürlichen Prozess eines jeden Walks auf – unser angeborenes Gefühl, sich zu bewegen, zu überleben, zu forschen und unser Potenzial ausschöpfen zu müssen.



Hausaufgabe zum letzten WIYS-Akademie Lehrgang für Ausbilder*innen 2021/22: Wie beschreibe ich Walking-In-Your- Shoes in meinen Worten (1)

In den Schuhen eines anderen gehen - welche Gedanken oder Bilder kommen dir, wenn du das hörst?

Als Kind bin ich gern mit den Schuhen meiner Mutter durchs Haus geklappert und habe mich in verschiedene Rollen versetzt gefühlt – ich war meine Mama, eine schöne Frau, eine Prinzessin. Der Schuh eines anderen kann mir passen oder nicht passen, er kann auch drücken. Dem Sprichwort nach können wir ergründen, wo in einer Angelegenheit „der Schuh drückt“. Sprichwörtlich können wir auch eine fremde Jacke anziehen oder wir wollen bspw. (nicht) in der Haut eines anderen stecken.

Diese menschliche Fähigkeit zum Aufspüren von Verständnis und Mitgefühl wenden wir mit „Walking-In-Your-Shoes“ an. Wir gehen bzw. „walken“ damit tatsächlich auf einem Weg, dem Weg der Erkenntnisfindung.

Wir versetzen uns innerlich in eine Sache und eine anleitende Person lenkt uns mit Fragen durch einen „Walk“. D.h. durch Gehen im Raum, aus der äußeren, räumlichen sowie innerer, emotionaler Bewegung heraus, steigen Antworten auf Fragen unseres Lebens auf. Wir können zu Wahrheiten finden, die unser normales Tagesbewusstsein nicht ohne weiteres frei gibt. Diese Wahrheiten sind nicht immer leicht zu „erlaufen“. Aber, wenn wir sie letztendlich gefunden haben, spüren wir Erleichterung, Klarheit und Frieden.

So werden „Walks“ zu freudvollen Offenbarungen des wahren Wesens einer Sache. Die Sache können Personen, Beziehungen zwischen Menschen und zu Tieren sein, Pflanzen, allgemeine Lebens- und Arbeitssituationen, Gesundheitsfragen, Gegenstände, wie ein Buch oder meine Wohnung u.v.m. Wir wollen erkennen, wir wollen verstehen, wir suchen nach einer Entscheidung...

Wie funktioniert das?

Wir nutzen die natürliche Gabe unserer Körper empathisch zu sein. Es ist ein Fühlbewusstsein. Unsere Körper sind wie große Parabolspiegel. Über Bilder, Gedanken und Bewegungen wird uns signalisiert, was im Universum vor sich geht. So sind wir in unserem Sein und in der Wahrheit miteinander verbunden. Wenn wir uns darauf einlassen, tief in unsere Körper hinein zu spüren, die richtigen Fragen zu stellen und die Antworten nicht zu scheuen, lernen wir, die Welt und uns gegenseitig zu verstehen und unsere Schuhe immer wieder neu anzupassen.

Für mich ist Walking-In-Your-Shoes eine Möglichkeit, zu Verständnis, Nähe und Frieden beizutragen. Du bist eingeladen, die Methode praktisch kennenzulernen.

Hausaufgabe zum letzten WIYS-Akademie Lehrgang für Ausbilder*innen 2021/22: Wie beschreibe ich Walking-In-Your- Shoes in meinen Worten (2)

Walking in your shoes ist eine phänomenologische Methode, ein Werkzeug der Erkenntnis und Transformation. WIYS ist eine Möglichkeit einen „Blick von oben“ auf nicht zufrieden stellende Situationen im Leben zu werfen.

Die Geschichte und Anwendung von Walking in your shoes:

WIYS wurde vor vielen Jahren in LA von John Cogswell, Psychotherapeut und Joseph Culp, Schauspieler und Regisseur entwickelt und in der Folge von Christian Assel nach Europa gebracht. Seither verbreitet sich die Methode weltweit und hinterlässt tiefgreifende Spuren. Christian Assel hat das Europäische WIYS-Institut gegründet und ganz aktuell die WIYS-Akademie, die im Jahr 2021 gestartet wurde. Walking-in-your-shoes ist nicht aufzuhalten :-)

Nun zur Anwendung von WIYS:

Ein Walking-Prozess ist genau das, was er schon wörtlich ausdrückt: Dein Anliegen wird im Gehen erarbeitet. Walks werden immer durch eine*n Leiter*in begleitet. Somit bist du immer gut unterstützt und kannst dich auf den Inhalt des Walks konzentrieren.

Bevor der Walk aktiv gestartet wird, erarbeitet der/die Leiter*in das genau definierte Anliegen. Dann kannst du wählen, ob du den Walk selber gehen möchtest oder durch eine*n gewählte Stellvertreter*in gehen lässt.

Ist das geklärt ist, bittet der/die Leiter*in den oder die Walker*in den Walk zu starten. Dazu braucht es die Offenheit und die Bereitschaft seitens des Walkers, sich ganz dem Walk hinzugeben, und der eigenen Empathiefähigkeit zu vertrauen. Schnell merkt man, dass eine eigene Dynamik entsteht. Durch die Bewegung des Gehens wird Energie und somit Information freigesetzt. Erstaunliche Dinge und Erkenntnisse kommen auf diese Weise an die Oberfläche und tragen so zu einer klareren Sichtweise bei bzw lässt sich vieles zum Positiven wenden. Du begibst dich bildlich gesprochen auf eine Abenteuerreise zu dir selbst. Mit WIYS erweitert sich der Horizont für Zusammenhänge enorm und das Verständnis vertieft sich auf unglaubliche Weise.

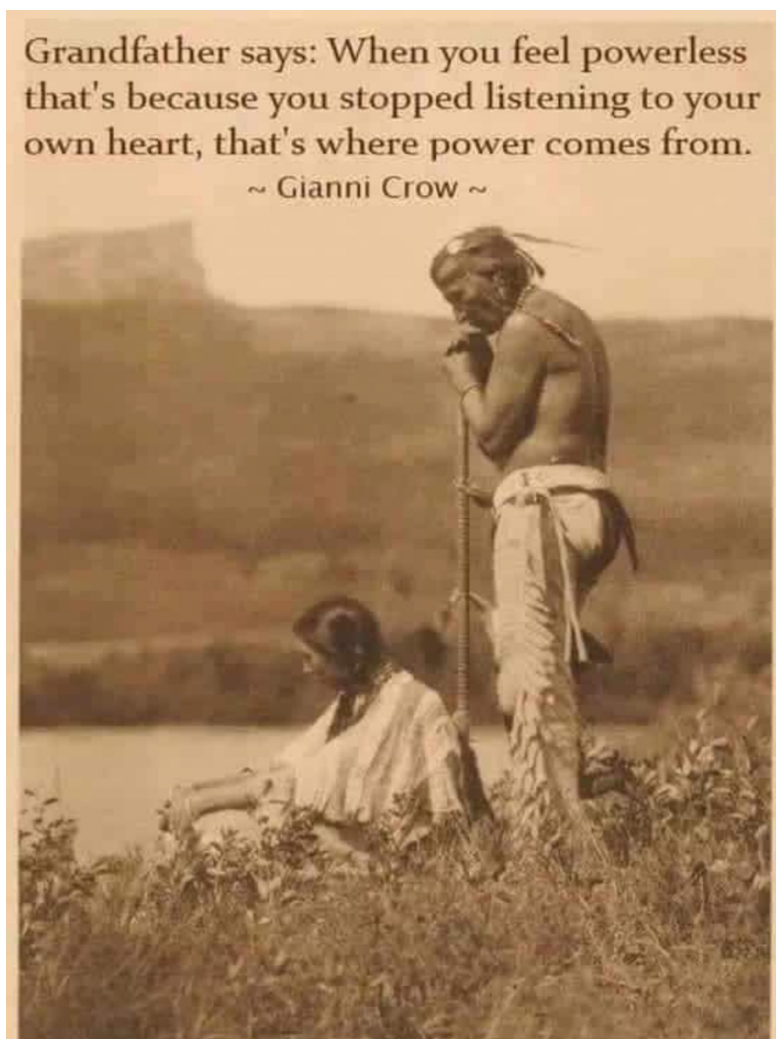
Aber wie kann das sein?

Der Versuch einer Erklärung: Die freigesetzten Informationen des Walks wirken wie schwache Impulse auf dein Energiefeld und stimulieren so dein Fühlen, Denken und letztlich deine Einstellung und Handeln - auch wenn du das nicht bewusst wahrnehmen können. Das Ergebnis eines Walks ist immer ein Erkenntnisgewinn.

WIYS ist effektiv, flexibel, tiefgreifend, konzentriert auf das Wesentliche und kann in beinahe allen Bereichen angewendet werden. WIYS kann deine persönliche Weiterentwicklung fördern, dir helfen, unsichtbare Zusammenhänge und Muster zu erkennen, zu durchschauen und zu lösen. Je mehr Zusammenhänge du für dich erkennst, desto größer wird dein Wissen um deine Lebensthemen und darum, wie sie gelebt, verändert oder bewältigt werden wollen. Je besser du dein ICH, deine Stärken, deine Möglichkeiten aber auch dein ungenutztes Potenzial kennst, desto besser wird dir es dir gelingen, aktiv deine privaten und beruflichen Situationen zu gestalten. Dabei richtet sich der Focus hauptsächlich auf den eigenen Anteil, die eigenen Möglichkeiten und die eigene Neuausrichtung.

Es gibt unendlich viele Themen und Anliegen, die gewalkt werden können. Einige Beispiele: schwierige Situationen, Entscheidungen, körperliche Symptome, neue Wege und Ideen, Beziehungen, Kinder, verborgene Qualitäten, unentdeckte Potenziale, Archetypen, Tiere, Firmen, Abteilungen, Projekte – die Möglichkeiten sind so vielfältig wie der Mensch selbst.

Walking-in-your-shoes - die Zukunft des Coachings!



Gründung der Walking-In-Your-Shoes Akademie in Hannover

Von 2009 bis 2019 bot Christian WIYS-Kurse und -Ausbildungen in Deutschland, Österreich, der Schweiz und Kalifornien an. Doch die Nachfrage war größer, als er alleine abdecken konnte. In einem Sabbatjahr war dann Gelegenheit über die Zukunft nachzudenken. Die von ihm aus den USA mitgebrachte, ganzheitliche Erkenntnismethode der Gründer John Cogswell und Joseph Culp hatte innerhalb von 12 Jahren einen Bekanntheitsgrad erreicht, der beispiellos war. Das gestiegene Interesse verlangte nach einer Veranstaltungs- und Ausbildungsstätte auf höchstem Niveau, um Standards zu setzen, Vertrauen zu schaffen und ein breites Angebot an Veranstaltungen und Ausbildungen darzubieten.

In zahlreichen Vorbereitungstreffen, in 2020/21, hat eine Gruppe von engagierten Walkerinnen und Walkern aus Deutschland und Österreich die Akademie-Idee zur Reife gebracht, woraus schließlich ein Konzept entstand. Daraus ging das Akademie-Team mit Laila, Thorsten und Christian hervor, welches die Idee bis zum heutigen Stand weiterentwickelte.

Das Team hat sich mit der Walking-In-Your-Shoes Akademie zur Aufgabe gemacht, neue Perspektiven für Ratsuchende zu erarbeiten, sei es privat, beruflich, oder in der persönlichen Entwicklung. Es begann zunächst mit online Kursen und online Einzelarbeit. Dann kamen Aus- und Fortbildungskurse hinzu. Auch ein Lehrgang für Ausbilder*innen hat schon stattgefunden und ein neuer ist geplant. Alle Veranstaltungen werden **sowohl präsent**, in den Räumen in Hannover angeboten, als auch **online über Zoom**.





Eine Selbsterfahrung

Walking-In-Your-Shoes –
Gehen heißt Verstehen. Sich
selbst anders entdecken.

www.WIYS-Institut.org



WIYS

Walking in your shoes®

www.WIYS-Institut.org

Falls du einen Beitrag, einen Walk, eine Erkenntnis, ein Interview oder eine gute Idee hast, sende sie bitte an das Institut. Danke!



John Cogswell 2009

Herausgegeben vom Walking-In-Your-Shoes Institut, www.WIYS-institut.org, info@WIYS-institut.org.
WIYS-Institut-Büro, Christian Assel, Limmerstraße 52, 30451 Hannover. Falls du gerne Interessantes und Wissenswertes hier mit anderen Walkern teilen möchtest, sende bitte dein Material an info@WIYS-institut.org. Vielen Dank für deine Mitarbeit!