

Teilnehmen können:

Alle, die für jemanden oder etwas besonders engagiert sind und an der Grenze zum „Empathie-Burnout“ stehen.

Also: Psychotherapeut:inn:en, Ärzt:innen, Physiotherapeut:inn:en, Sozialpädagog:inn:en, Angehörige, WIYS®-Walk-Leiter:inn:en...

Auch Paare sind willkommen.

Erfahrung mit WIYS® darf sein, muss aber nicht sein.

Ort:

Hotel Weinzuhause
55278 Mommenheim
Neueröffnung Okt. '22
www.meinweinzuhause.de

Kosten:

- Tagungskosten inkl. Verpflegung: 995€ / Person
- Einzel- und Doppelzimmer auf Anfrage beim Hotel
Nutzen Sie bei Ihrer Buchung den Code „Walking-In-Your-Shoes“, um den ermäßigten Preis zu erhalten.



Blick auf das Hotel in Mommenheim

**Anmeldung über die
Website**

[www.psychotherapiepraxis-
zornheim.de](http://www.psychotherapiepraxis-zornheim.de)

bis 5.8.22

Dr. med. Sabine Ott
Fachärztin für
Psychotherapeutische Medizin

Nieder-Olmer-Str. 12
55270 Zornheim

[dr.ott@psychotherapiepraxis-
zornheim.de](mailto:dr.ott@psychotherapiepraxis-zornheim.de)



Short Term Sabbatical

vom 23. bis 28.10.22
in Rheinhessen

**Für Menschen, die für
andere empathisch aktiv
sind und Zeit für sich
brauchen.**

Methode:

Walking-In-Your-Shoes® (WIYS®) im
Gruppensetting (8-12 Teilnehmende)

Walkleitung:

Dr. med. Sabine Ott, zertifizierte
WIYS®-Walkleiterin und -Ausbilderin,
und an zwei Tagen als **Special Guest:**
Joseph Culp, Mitbegründer von WIYS®.

Zusätzlich wird Thomas Mattern
(Klang-Tranceleiter) ein Angebot zu
Klang und Stimme anbieten.

Sonstiges:

Spaziergänge in der rheinhessischen
Hügellandschaft

Wein- und Sektprobe im Weingut
Ausflug nach Mainz oder Oppenheim
(in Eigenregie)



J. Cogswell und J. Culp



Sabine Ott

Walking-In-Your-Shoes® (WIYS®) ist eine ganzheitliche Selbsterfahrungsmethode und wird zunehmend im Coaching eingesetzt. Die Methode wurde von John Cogswell und Joseph Culp in den 1980er Jahren in Kalifornien entwickelt und von Christian Assel nach Europa gebracht. Ein persönliches Anliegen wird dabei durch *Gehen im Raum* angeschaut. Die körperliche Bewegung in diesem „Walk“ kann erstaunliche Selbsterkenntnisse hervorbringen. WIYS® wird in diesem Short Term Sabbatical die Hauptrolle spielen. WIYS® kann dabei helfen, gute Ziele zu definieren, „zu sich“ zu kommen und neue Lebensenergie zu gewinnen. Es wird um Fragen und Anliegen gehen wie z.B.: Wo stehe ich? Was brauche ich? Was sind meine Energiefresser? Wie komme ich aus dem „Empathie-Burnout“? Wie finde ich neue Kraft, Energie und Lebensfreude? Ergänzend werden psychosomatische und körperpsychotherapeutische Impulse angeboten.

DER PLAN*

Sonntag, 23.10.	Montag, 24.10.	Dienstag, 25.10.	Mittwoch, 26.10.	Donnerstag, 27.10.	Freitag, 28.10.
	<i>mit J. Culp</i>	<i>mit J. Culp</i>			
	09:00 - 13:00 <i>Gruppen- angebot</i>	09:00 - 13:00 <i>Gruppen- angebot</i>	09:00 - 13:00 <i>Gruppen- angebot</i>	09:00 - 13:00 <i>Gruppen- angebot</i>	09:00 - 11:00 <i>Gruppen- angebot und Abschied</i>
Ankommen, ab 15:00 Empfang	13:00 <i>Gemeinsames Mittagessen</i>	13:00 <i>Gemeinsames Mittagessen</i>	13:00 <i>Gemeinsames Mittagessen</i>	13:00 <i>Gemeinsames Mittagessen</i>	
16:00 - 18:00 <i>Gruppen- angebot</i>	15:00 - 18:00 <i>Gruppen- angebot</i>	15:00 - 18:00 <i>Gruppen- angebot</i>	<i>Freier Nachmittag</i>	15:00 - 18:00 <i>Gruppen- angebot</i>	
18:30 <i>Gemeinsames Abendessen</i>	18:30 <i>Gemeinsames Abendessen</i>	18:30 <i>Gemeinsames Abendessen</i>	<i>Abendessen optional</i>	18:30 <i>Gemeinsames Abendessen</i>	
	<i>Freier Abend</i>	<i>Wein- und Sektprobe optional</i>	20:00 - 22:00 <i>Gruppen- angebot</i>	<i>Freier Abend</i>	

* Änderungen vorbehalten