



SOPHIE
REGINE
WAGNER

DIPLOM-SOZIALPÄDAGOGIN /
HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE

Ausbildungen:

- ⊙ Releasing bei Ruth (Yolanda) und Dr. E.E. (Isa) Lindwall
- ⊙ Arbeit mit Bildern und Symbolen bei Phyllis Krystal
- ⊙ Meditative Kunst- & Atemarbeit bei Prof. M. Schwindt
- ⊙ Sicher & Gelassen im Stress bei Prof. Dr. G. Kaluza
- ⊙ Umfangreiche Fortbildungen in Systemischen Therapieverfahren
- ⊙ Yogalehrerin (BYV) - Kooperationspartnerin der gesetzl. Krankenkassen

Jede Arbeit ist getragen von Achtsamkeit, humorvoller Leichtigkeit und der Ausrichtung auf die innere Weisheit des Einzelnen. Aktuelle Themen können derart individuelle und eigenverantwortliche Lösungen finden.

Sophie Regine Wagner

www.PRAXIS-SophieWagner.de

Welcome home

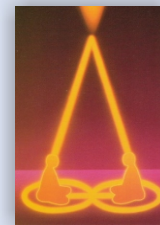
To your

SELF

PRAXIS SOPHIE REGINE WAGNER

Diplom-Sozialpädagogin | Heilpraktikerin für Psychotherapie

Drosselweg 32
64753 Brombachtal
Telefon 06063 - 951 93 99
Info@PRAXIS-SophieWagner.de
www.PRAXIS-SophieWagner.de



Einzeltherapie & Seminare

*Verbundenheit
+ Entfaltung
= Glück!*



zur Auflösung von Konflikten
für persönliches Wachstum
& SELBST-Vertrauen

PRAXIS SOPHIE REGINE WAGNER

Basis

Diese Arbeit gibt alltagstaugliche Werkzeuge an die Hand, die mit etwas Übung selbständig und langfristig für die Herausforderungen des Lebens nutzbar sind. Sie ermöglicht zudem die Erfahrung, dass in uns ein tieferes Wissen existiert, das uns sehr genau zeigen kann, was der nächste Schritt in unserem Leben ist, wo Ursachen für unerlöste Aspekte unseres Lebens zu finden sind und wie sie nachträglich heilen können. Basis dieser Arbeit ist eine achtsame, urteilsfreie und mitfühlende Hinwendung zu uns SELBST.

Voraussetzungen

- ☉ Offenheit, uns selbst achtsam & ehrlich zu begegnen
- ☉ Übernahme von Verantwortung für den eigenen Weg
- ☉ Entschlossenheit, das Gelernte zu praktizieren

Achtsamkeit

Arbeiten wir mit unserem innersten Wissen zusammen, mutet es uns nur so viel zu, wie wir zum jeweiligen Zeitpunkt gut verarbeiten können. Diese Arbeit forciert nichts. Sie anerkennt, dass unbewusste Themen eine eigene Zeit haben, um uns bewusst und damit lösbar zu werden. So geht es einerseits um eine beständige Achtsamkeit und tägliche Praxis, andererseits um Geduld und ein Loslassen von unseren Ideen und Plänen, wie etwas, wann zu lösen sei.

"Es gibt immer eine Botschaft, die sich in scheinbar negativen Erfahrungen verbirgt. Wir müssen nur die Oberfläche einer Situation durchdringen und die Botschaft wird uns offenbart." Amma



Wozu?

- ☉ Erlangen einer inneren Stabilität und Zufriedenheit, unabhängig von äußeren Sicherheiten
- ☉ Erfahren der innewohnenden Kraft und Weisheit, die mich Schritt für Schritt durch aktuelle Herausforderungen führt, wenn ich darum bitte
- ☉ Erlernen eines konstruktiven Umgangs mit meinen wirklichen Bedürfnissen und Gefühlen
- ☉ Achtsames Berühren und Lösen schmerzhafter Erfahrungen und anstehender Konflikte
- ☉ Frei werden von mich begrenzenden Rollen, schädlichen Denk- und Verhaltensmustern und Abhängigkeiten
- ☉ Begreifen und Aufarbeiten biografischer oder familiärer Belastungen sowie psychosomatischer Hintergründe
- ☉ Rückverbinden mit den wirklichen Anliegen meines Herzens, um im Leben Sinn zu erfahren

Methoden

Alle verwendeten Methoden beruhen auf der Zusammenarbeit mit dem inneren Wissen des Einzelnen und der Offenheit für das, was sich aus unserem Inneren von Augenblick zu Augenblick mitteilt:

Phyllis Krystal Symbolarbeit - lehrt den bildhaften Dialog mit dem Unterbewusstsein, um "Innere Fesseln" zu sprengen und zunehmend frei zu werden für die Bewegungen unseres tieferen SELBST

Releasing nach Dr. E.E. Lindwall nutzt "Loslasssätze" zum Erlösen unbewusster Konflikte. In einer Tiefenentspannung werden aktuelle Themen und deren Ursachen angeschaut und Kraft der Sprache losgelassen.

Systemische Sichtweisen betrachten die Wirkung, die z. B. Familienkonstellationen auf unser Leben haben können. Ziel ist es, frei für unser Eigenes zu sein und uns dennoch verbunden zu fühlen.

Themen, die meine Arbeit maßgeblich inspirieren, sind die Arbeit C.G. Jungs, die gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg, Erkenntnisse der Neurobiologie und Stressprävention, sowie östliche Weisheitslehren & Yoga.

Kostenerstattung: Nach der GebHP werden die Kosten oft durch private Versicherungen und private Zusatzversicherungen übernommen, in Ausnahmefällen auch von gesetzlichen Kassen. Stresspräventions- und Yogakurse werden von allen gesetzlichen Kassen mit mind. 75 Euro oder max. 100% erstattet. Telefonische Einzelarbeit ist möglich. Weitere Infos unter www.PRAXIS-SophieWagner.de

Wir leiden heute unter einem globalen "Herz-Bypass". Während wir das Denken überbewerten, vernachlässigen wir unser Fühlen. Um diesen kritischen Zustand der Lieblosigkeit zu heilen, sollten wir uns wieder mit unseren Herzen verbinden." Ph. Krystal