

(Free and download) Selbstheilung bei Endometriose: nach der Methode Wildwuchs. Mit Beispielen aus der Praxis

## Selbstheilung bei Endometriose: nach der Methode Wildwuchs. Mit Beispielen aus der Praxis

Von Angelika Koppe

ePub | \*DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #359053 in BcherVerffentlicht am: 2013-02-06Abmessungen: 8.70 x 1.06b x 5.94l, Einband: Gebundene Ausgabe224 Seiten | File size: 62.Mb

**Von Angelika Koppe : Selbstheilung bei Endometriose: nach der Methode Wildwuchs. Mit Beispielen aus der Praxis** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Selbstheilung bei Endometriose: nach der Methode Wildwuchs. Mit Beispielen aus der Praxis:

Kundenrezensionen  
Hilfreichste Kundenrezensionen  
1 von 1 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich.  
empfehlenswert - gutes Preis-Leistungsverhältnis  
Von B. Das Buch enthält gute Tipps für Meditationen und Visualisierungen. Die CD ist eine hilfreiche Unterstützung. Ich bernehme von dem Geschriebenen und Gesprochenen das, was für mich stimmig ist, da ich mich nicht mit allem identifizieren kann. Ein Sternabzug deshalb, da in diesem Buch meiner Meinung nach definitiv zu viele Fremdbefunde aufgeführt sind, die ich teilweise bersprungen habe. Was interessieren mich so zahlreiche Leidenswege und damit negative Energien anderer wenn ich meinen Genesungsprozess voranbringen möchte.  
0 von 0 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr hilfreich  
Von Sini Das Buch ist gut geschrieben und wird durch die CD noch intensiviert. Kann ich empfehlen. Allerdings habe ich einen Punkt abgezogen, weil mir persönlich zu viele Geschichten von Patienten beschrieben werden.  
79 von 96 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Enttäuschend  
Von blaurebell Dieses Buch war eine völlige Enttäuschung. Nach etwa der Hälfte konnte ich es nicht mehr ertragen und habe den Rest nurmehr befliegen. Wie immer wenn die Hauptzielgruppe Frau adressiert wird, kommt man sich vor als würde man dabei zuschauen wie ein debiles rosa Einhorn in Weichspüler planscht. Meine Mutter hat mir dieses Buch zugeschickt und klar, sie meinte es gut, aber das Buch ist wirklich völliger Unsinn! Nicht nur ist es vollgestopft mit pseudowissenschaftlichem Neuroblubber - die gezielte Fehlinterpretation der eh schon wenig aussagekräftigen neurowissenschaftlichen Erkenntnisse (ich habe Neurowissenschaften studiert und weiß daher wovon ich spreche) -, sondern auch mit Schuldzuweisungen bezüglich der Ursachen der Krankheit (eigene unterdrückte Wutgefühle, eigenes schlechtes Selbstbewusstsein, Diskriminierung als weibliches Geschöpf seitens der Familie, usw.). Das Schlimmste war aber vermutlich das Unterkapitel, welches aus Sicht eines Endometrioseherdes geschrieben war. Wie die Autorin darauf kam, dass das eine gute Idee wäre, möchte ich gar nicht wissen. Es wirkte eher wie Satire. Die eigentliche Frage ist bei diesem Buch allerdings, warum man als Frau eigentlich immer ähnlich wie ein naives unmündiges Kind behandelt wird, selbst seitens anderer Frauen. Um es klarer auszudrücken: Ich halte von vornherein die Prämisse des Buches für absurd. Wenn Befreiung aus der Unmündigkeit Anstoß der Selbstheilung sein soll, wird von vornherein vorausgesetzt, dass man ja zunächst einmal unmündig und naiv ist. Diese latente Selbstdiskriminierung, die so tut, als hätte grundsätzlich jede Frau Probleme sich selbst ernst zu nehmen, halte ich nicht nur für unverschämte sondern auch für unverantwortlich gegenüber Frauen, die bereit sind solchen Mist auch noch zu glauben, anstatt tatsächliche Schritte zur Selbstheilung zu gehen. Männern wird im Gegensatz dazu bei Erkrankungen der männlichen Geschlechtsorgane nicht unterstellt, dass dies von familiären Problemen oder mangelndem Selbstbewusstsein herrührt. Warum? Vermutlich weil diese sich darüber ebenso empören würden, wie ich beim Lesen dieses Buches! Egal was die Autorin meint über Endometriose zu wissen, sie ist und bleibt eine \*Krankheit\*, denn sie verursacht reale Beschwerden. Diese sind weder posttraumatisch noch psychosomatisch - wieder Aussagen bei denen man sich nicht ernstgenommen fühlt -, denn Gewebewucherungen an der falschen Stelle verursachen allein durch ihre physische Beschaffenheit und Lokalisation Schmerzen und Fehlfunktionen, die nicht wegdiskutiert werden können. Die Gründe für die Wucherungen liegen nicht in der falschen Einstellung zu sich selbst oder zu anderen, sondern in einer noch nicht hinreichend untersuchten medizinischen Ursache. Vermutlich hat die Endometriose viel mit Hormonbehandlung von Tieren und Kontamination durch hormonähnliche Stoffe in z.B. Soja zu tun, die unseren eigenen Hormonhaushalt durcheinander bringen. Anstatt also tatsächlich Tipps zur Selbstheilung zu geben - z.B. bezüglich einer sehr notwendigen Ernährungsumstellung oder Nahrungsergänzungsmitteln, die bei Schmerzen helfen könnten - verbreitet dieses Buch wahrlich nichts weiter als Halbwissen und weichgespülten Emanzipationsbeistand angereichert mit teilweise unappetitlichen Vorstellungen anderer Frauen bezüglich des Zustands ihres Unterbauchs. Pseudowissenschaftlich werden diese Vorstellungen hier auch noch als "Visualisierungen" bezeichnet und behauptet, dass diese "heilende Wirkung" hätten. Anstatt einschlägiger wissenschaftlicher Studien werden aber nur populärwissenschaftlich Bücher zitiert, die ungefähr so aussagekräftig und zuverlässig sind wie eine Dokumentation im Privatfernsehen. Was spricht für das Buch? Nicht viel mehr als die im Buch vielfach zitierten Erfahrungen von Frauen, die das Training nach dieser Methode durchgeführt haben. Deren Aussagen beziehen sich allerdings in den meisten Fällen nicht auf deren körperliche Heilung, sondern auf deren seelische Verfassung. Nirgends findet sich auch nur der kleinste Hinweis, dass die körperliche Heilung in irgendeiner Weise überhaupt stattgefunden hat, selbst bei diesen Patientinnen, denen die Visualisierungen nach eigenen Aussagen geholfen hat. Zysten blieben, Endometriose blieb. Von Heilung kann man demnach hier nicht sprechen, es sei denn man sieht Emanzipationsschwierigkeiten als Geisteskrankheit. Und was hat also dieses Buch eigentlich mit Endometriose zu tun? Meiner Meinung nach nichts, außer eben, dass man genau wie auch überall sonst als Leidende einer "Frauenkrankheit" behandelt wird. Das heißt eben als emotional inkompetente und naive, sogar halb unzurechnungsfähige Person, denn sonst würde man ja offensichtlich solchen Unsinn nicht glauben! Das gilt sowohl für die angeführten Ursachen der Krankheit, also auch für die beschriebene Methode zur sogenannten Selbstheilung. Lange Rede, kurzer Sinn: Das Buch ist vorerstens zu empfehlen für Frauen mit erhöhtem Emanzipationsbedarf, die gerne an pseudowissenschaftlichen Unsinn glauben. Es sollte also reichenden Absatz finden, wenn die Autorin mit der Einschätzung ihrer Zielgruppe recht hat. Alle anderen Frauen, die von einem Buch über Endometriose tatsächliche Einsicht in die Krankheit erwarten oder gar Tipps zur Symptombekämpfung und Heilung, sollten sich vermutlich ein

anderes Buch besorgen.

Kurzbeschreibung Jede zehnte Frau leidet an Endometriose, krankhaften Wucherungen der Gebärmutterinnenhaut, die u. a. zu Unfruchtbarkeit führen können. Einziger Ausweg aus medizinischer Sicht scheinen Operationen und die Einnahme von Hormonen zu sein, was betroffene Frauen oft befördert und traumatisiert. Die von Angelika Koppe entwickelte Methode befreit Frauen aus ihrer Ohnmacht. Visualisierungstechniken helfen, den Körper auf einer tieferen Ebene zu verstehen, Glaubenssätze zu ändern und dem Leben eine heilsame Richtung zu geben. Fallbeispiele veranschaulichen, wie die Methode Wildwuchs zahlreichen Frauen helfen konnte, ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Text Endometriose kann durch unterschiedliche Symptome in Erscheinung treten: Schmerzen, Entzündungen, Verwachsungen, Zystenbildung, Beeinträchtigung der Funktionen innerer Organe, ungewollte Kinderlosigkeit. Die betroffenen Frauen leiden oft unter den körperlichen Auswirkungen und den medizinischen Therapieformen. Das Bedrohliche liegt für viele Frauen aber vor allem in der verbreiteten Ansicht, unter einer chronischen Krankheit zu leiden, wodurch sie sich ihrer Krankheit und ihrem Körper hilflos ausgeliefert fühlen. Dieses Buch soll ihnen Wege aus dieser Ohnmacht zeigen.

Angelika Koppe hat durch ihre eigenen Erfahrungen mit Endometriose eine Methode entwickelt, die einen neuartigen Umgang mit Krankheit und Schmerzen ermöglicht. Visualisierungen helfen dabei, selbst herauszufinden, was der Körper für die Stärkung seiner Vitalität braucht und welche Denk- und Verhaltensmuster ihn belasten. Die inneren Reisen ermöglichen es, die eigenen Kräfte und Ressourcen im gesundheitsförderlichen Prozess zu entdecken und der Ohnmacht durch selbstbestimmte, neue Handlungsschritte im Alltag ein Ende zu bereiten.

Fallbeispiele aus der langjährigen Selbstheilungsberatung von Angelika Koppe dokumentieren, wie Betroffene anhand der Methode Wildwuchs ihre Selbstheilungskompetenz trainierten und so einen Weg fanden, die persönliche Gesundheitsförderung selbst in die Hand zu nehmen.

Dem Buch liegt eine CD mit drei von der Autorin selbst gesprochenen Visualisierungen bei.

ber den Autor und weitere Mitwirkende Angelika Koppe ist Diplom-Pädagogin für Erwachsenenbildung, Soziotherapeutin für chronisch und lebensbedrohlich Erkrankte, Fachauditorin für Qualitätssicherung im Bildungsbereich und Coach. 1991 gründete sie das 'Institut Angelika Koppe Partnerinnen', in dem sie die von ihr entwickelte Methode Wildwuchs lehrt und erkrankte Menschen in ihren Selbstheilungsprozessen begleitet.