



**Institut für Sehen und Wissen** : Judith Bolz, Diplompädagogin, Coach, Sehtrainerin und NLP-Master  
Einzelberatung : Seminare : Fort- und Weiterbildung : am Ideck 28, 42781 Haan : Fon 02129 566804 : [www.vivacreavista.de](http://www.vivacreavista.de)

## Reise in die Welt des Auges Erfahrbare Anatomie – das lebendige Auge

Im Seminar wird die Anatomie des Auges mit allen Sinnen erfahrbar gemacht und die natürlichen Funktionen der Augen gestärkt. Die Reise hilft dabei, über die Augen mit Symptomen in Kontakt zu treten und innere emotionale Prozesse anzuregen.

Sie lernen die Reise für sich selbst und andere anzuwenden und auf individuelle Sehprobleme und Augenerkrankungen abzustimmen. Über die Anatomie des Auges können wir die Augen bewusster wahrnehmen, Verspannungen spüren und diese mit mentalen Vorstellungsbildern auflösen. Methoden des Sehtrainings, der Imagination und der Hypno-Systemischen Kommunikation kommen dabei zur Anwendung.

**Inhalte:** Die Anatomie des Auges anhand eines Augen-Modells verstehen  
Das Auge plastisch darstellen und lebendig werden lassen  
Entspannungsreise durch die einzelnen Regionen des Auges erleben  
Auswertung der Reise und Möglichkeiten der praktischen Anwendung erfahren  
Augen und Psychosomatik anhand der Reise deutlich machen

**Ziele:** Den Aufbau des Auges theoretisch verstehen und fühlend erleben  
Anatomische Vorstellungsbilder anregen und die Sehfunktionen entspannt fördern  
Die Beweglichkeit der Augenmuskeln, der Iris und der Linse anregen  
Die Tränenflüssigkeit und den Fluß des Kammerwassers im Auge erleben  
Zusammenhänge zwischen Augen und Organen wahrnehmen  
Blockaden im Nacken über Augenbewegungen lösen

**Leitung:** Judith Bolz, Dipl.Päd., Coach und Sehtrainerin  
NLP Master DVNLP, Hypno-Systemische Kommunikation nach Milton Erickson,  
Produzentin und Sprecherin der Reise in die Welt des Auges