

Wiebke Wiedeck

Diplom-Psychologin · Diplom-Pädagogin · Systemische Senior-Coachin · Autorin

Begründerin des EKC® – Emotions- und Körperzentriertes Coaching
Gründerin der „Initiative Zukunft Ohne Gewalt – Gewaltfreie Familien, Beziehungen, Gesellschaft“

Female Empowerment und Diversität



Über mich

Als Diplom-Psychologin und Diplom-Pädagogin engagiere ich mich seit Jahrzehnten leidenschaftlich für die Förderung von Frauen. Mein Anliegen ist es, psychologisches Wissen dorthin zu bringen, wo es Menschen stärkt – in Coaching, Büchern und Vorträgen. Dass ich viele Jahre alleinerziehende Mutter zweier Söhne war, hat mir dabei besondere Einsichten in die Herausforderungen und Stärken von Frauen vermittelt.



Kindheit



Aufgewachsen bin ich in einem kleinen Dorf in Thüringen. Bereits als Kind erlebte ich in meiner Familie psychische, körperliche und sexualisierte Gewalt. Diese Erfahrungen haben mich tief geprägt – ein hoher Gerechtigkeitssinn und Empathie sind seither tief verankerte Werte, die mich bis heute antreiben.

Als hochsensibles Mädchen wandte ich mich der Kreativität zu. Ich spielte fünf Instrumente, sang, tanzte und schrieb schon mit zehn Jahren erste Gedichte. Meine Kindheit war erfüllt von einer tiefen Liebe zur Natur und zu Tieren. Ganz besonders liebte ich meine kleine Hündin.



Jugend

Von 1979 bis 1983 besuchte ich die Spezialklassen für Musikerziehung der EOS „Gerhart Hauptmann“ in Wernigerode. Dort machte ich mein Abitur und erhielt zugleich eine Ausbildung zur Chorleiterin. Politische Repressionen verhinderten den Antritt meines Studiums an der Hochschule für Schauspielkunst „Ernst Busch“.

Jugend

Nach dem Abitur war ich in der Punk-Szene aktiv. Von 1984 bis 1985 leitete ich ein Chorensemble – und gründete zugleich eine geheime Untergrundgruppe, in der wir freiheitsliebende Lieder sangen und progressive Literatur diskutierten. Dort stellte ich erste eigene Lieder und Gedichte vor und wurde ermutigt, mich an der Hochschule für Musik „Hanns Eisler“ zu bewerben.



Studium



Von 1985 bis 1990 studierte ich an der Hochschule für Musik „Hanns Eisler“ Gesang, Schauspiel, Pädagogik und Psychologie – mit dem Ziel, danach als Musiktherapeutin zu arbeiten.



Geburt meines ersten Sohnes und Wende

1988, kurz vor der Wende, wurde mein Sohn Johannes geboren. Bei der Geburt erlebte ich im Kreißsaal massive Gewalt – mit einer Wochenbettdepression als Folge.

1989 gehörte ich zu den Mitunterzeichnerinnen der Resolution der Rockmusiker und Liedermacher der DDR für eine friedliche Lösung der politischen Krise. Am Tag des Mauerfalls hatte ich mein erstes größeres Engagement: einen Auftritt im Palast der Republik.

Ein neues gesellschaftliches System

Im neuen gesellschaftlichen System konnte ich meinen ursprünglichen Berufswunsch, als Musiktherapeutin zu arbeiten, zunächst nicht verwirklichen – meine Abschlüsse wurden nicht anerkannt. Ich entschied mich für den künstlerischen Weg als Sängerin und Schauspielerin. So wurde ich nicht nur Künstlerin, sondern auch Unternehmerin.



Auf der Bühne

Von 1990 bis 1991 moderierte ich die Sendung „City Beat“ beim Sender FAB – Fernsehen aus Berlin, von 1993 bis 1996 war ich Sängerin der Band „Poems for Laila“. 1995 erschien meine erste eigene CD „Roulette des Lebens“, in der ich mich mit dem Aufbrechen geschlechterspezifischer Rollenmuster auseinandersetzte. Von 1996 bis 1998 spielte ich die Hauptrolle der Jill in der Welturaufführung von Yoko Onos „New York Story“ unter der Regie von Gerald Uhlig, dabei lernte ich Yoko Ono persönlich kennen.





In den Jahren danach brachte ich mehrere Alben heraus und thematisierte in meinen Bühnenprogrammen Frauenrollen, Jugendwahn und die Sexualisierung des Weiblichen. Verschiedene Tourneen führten mich auf Bühnen der ganzen Welt.

Der Wendepunkt

Nach über 3.000 Auftritten geriet mein Leben ins Wanken. Auf der Bühne hatte ich alles erreicht und war innerlich leer. Die Krise zwang mich hinzuschauen: auf meine Kindheit, meine Grenzen, mein Funktionieren. Ich verließ die Bühne und ging den Weg, den ich gleich nach der Wende nicht gehen durfte: den der Psychologie.



Psychologin, Coachin, Speakerin

Seit 2005 arbeite ich als Psychologin, Coachin, Trainerin und Speakerin. Mein Fokus lag viele Jahre auf Female Empowerment und der Entwicklung weiblicher Führungskräfte – über 5.000 Frauen habe ich in dieser Zeit in Persönlichkeitsentwicklung, Traumabewältigung und Karriereplanung begleitet.

Psychologisches Wissen für alle zugänglich zu machen, ist mein Antrieb – in meinen Büchern, Vorträgen und Webinaren.





Mein YouTube-Kanal: Psychologie fürs Leben

Klar denken. Tief fühlen. Ganz sein. – Auf meinem YouTube-Kanal „Psychologie fürs Leben“ mache ich psychologisches Wissen für alle zugänglich: fundiert, praxisnah und auf Augenhöhe. Ich spreche über Selbstwert, Grenzen, Beziehungen und die Muster, die uns prägen – und ermutige besonders Frauen, ihre Stärken zu entdecken und ihren Platz einzunehmen.

Die EKC®-Akademie

Aus drei Jahrzehnten Coaching-Erfahrung ist meine eigene Methode entstanden: das EKC® – Emotions- und Körperzentriertes Coaching. Es verbindet fundierte Psychologie mit der Weisheit des Körpers – denn nachhaltige Veränderung geschieht nicht im Kopf allein. In der EKC®-Akademie gebe ich diese Methode weiter: in einer fundierten Ausbildung in kleiner Gruppe – und darüber hinaus. Denn EKC® ist eine Methode, in die man hineinwächst. Die Akademie begleitet diesen Weg mit Supervision, Vertiefung und Gemeinschaft.



Autorin

Was ich erlebt und als Psychologin verstanden habe, gebe ich in meinen Büchern weiter. Fünf Titel sind bisher erschienen – von meiner eigenen Lebensgeschichte über Frauenwege und die Wechseljahre bis zu Büchern für Kinder. So unterschiedlich sie sind: In allen geht es darum, sich selbst treu zu werden.

Meine Bücher erscheinen im Wiedeck Verlag, den ich 2019 gegründet habe – unabhängig und in eigener Hand.

Meine literarische Arbeit wurde mehrfach ausgezeichnet und mit Stipendien des Landes Brandenburg und der VG Wort gefördert.



Aktivistin

Als Expertin für Gewaltprävention und Female Empowerment bin ich regelmäßig in den Medien zu Gast – im Fernsehen, im Radio und in der Presse.

LOVELYBOOKS emotion



Initiative Zukunft Ohne Gewalt – Gewaltfreie Familien, Beziehungen, Gesellschaft

2020 gründete ich die „Initiative Zukunft Ohne Gewalt – Gewaltfreie Familien, Beziehungen, Gesellschaft“ (IZOG), deren Vorstandsvorsitzende ich bin.

Unsere Überzeugung: Jede Gewalttat ist eine Entscheidung – das gilt für Täterinnen wie für die, die wegschauen. Gewalt, insbesondere im sozialen Nahbereich, ist nie rechtfertigbar; die Verantwortung dafür liegt vollständig bei denen, die sie ausüben.

Unsere Mission: Gewaltmuster zerbrechen. Gewaltspiralen beenden.



Initiative Zukunft Ohne Gewalt
Gewaltfreie Familien, Beziehungen, Gesellschaft

Wiebke Wiedeck

Psychologin · Autorin · Impulsgeberin

Weiterentwicklung macht uns zu Menschen.

Kontakt: info@wiebkewiedeck.de

