



Newsletter September

ÜBERBLICK

WAS	WANN	WO	WIE(VIEL)
GFK-Übungsabend	Di., 29.09. 18 – 20 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 10,- mail@praxispfaffenzeller.de
Urlaub vom 5. – 9. Oktober			
Vortrag „Authentisch sein“	Mi., 28.10. 19 – 21.30 Uhr	FBS Sattlergasse 6, Ulm Seminarraum 31	Eur 16,- Anmeldung und Überweisung an die FBS: anmeldung@fbs.ulm.de
Aufstellungs- abend	Fr., 06.11. 18 – ca. 21 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 20,- mail@praxispfaffenzeller.de
Vortrag „Altlasten abwerfen und frei sein“	Do., 12.11. 19 – 21.30 Uhr	FBS Sattlergasse 6, Ulm Seminarraum 23	Eur 16,- Anmeldung und Überweisung an die FBS: anmeldung@fbs.ulm.de
Vortrag „Das Unterbewusstsein verstehen“	Di., 17.11. 19 – 21.30 Uhr	FBS Sattlergasse 6, Ulm Seminarraum 31	Eur 16,- Anmeldung und Überweisung an die FBS: anmeldung@fbs.ulm.de
WORKSHOP - ganztägig - zum INNEREN KIND	Sa., 21.11. 9 – 19 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 120,- mail@praxispfaffenzeller.de



VORSCHAU

WAS	WANN	WO	WIE(VIEL)
GFK-Übungsabend	Di., 01.12. 18 – 20 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 10,- mail@praxispfaffenzeller.de
Aufstellungs- abend	Fr., 11.12. 18 – 21 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 20,- mail@praxispfaffenzeller.de

„Verebte“ Emotionen und Gedanken?

Zu sich selbst zurück finden

Das Anliegen meiner Klientin (KL) war ihre latente Unzufriedenheit, die sie seit längerer Zeit begleitet und verhindert sich in ihrer Beziehung offen zu fühlen und zu verhalten.

Die Aufstellung:

Noch bevor alle Parteien aufgestellt wurden zeigte sich ein Phänomen im Raum, mit dem wir weiter gearbeitet haben.

Aus der rechten oberen Ecke strahlte eine fast stechende Energie auf KL herab, auf die sie mit Herzklopfen und Angst reagierte.

Wir konnten eine stimmige Verbindung zur früheren Lebenssituation der Großmutter von KL herstellen, die mit ihrem ersten und zweiten Mann gleichzeitig unter einem Dach gelebt hat. Ihr erster Mann (KL's Großvater) wurde weiterhin verpflichtend versorgt, als die Beziehung zum geliebten zweiten Mann eingegangen wurde. Von keinem wollte sie



sich trennen. So ertrug sie schamvoll ein Leben lang viele Verurteilungen und stechend strafende Blicke der ‚Leute‘ von oben herab!

Übernommene Prägungen:

1) KL kennt sich in einer inneren Ablehnung und kühlen Distanz ihrer Großmutter gegenüber (Hier spiegelte sich ihre gegenwärtige Unzufriedenheit wieder). Nach der Ablösung von „den verurteilenden Leuten von damals“ spürte KL zum ersten Mal Berührtheit, Wärme und Mitgefühl ihrer Oma gegenüber. Sie konnte danach ihre Oma mit anderen (ihren eigenen?) Augen betrachten und lieben.
2) Nachdem KL sich auch vom Schicksal ihrer Oma löste, konnte sie die ihr vertrauten Scham- und Schuldgefühle abstreifen.

„Oma, ich lass es jetzt ganz bei Dir, wo es hin gehört und bin frei davon.“

3) Bei der Ablösung vom ersten Mann der Oma (=KL's Großvater) wurde deutlich, wie viel KL von seiner Prägung „ich werde nicht gehört und nicht gesehen. Ich zähle nicht (mehr)“ zu ihrem eigenen Lebensgefühl gemacht hat. „Es war oft so, als würde ich nicht gesehen werden und als würde meine Meinung nicht zählen“

Nach dem Ausstieg aus dieser Rolle fand sich KL in einem lange ersehnten Gefühl wieder: geliebt zu sein!

Wie schön! Ich wünsche Dir alles Gute!

Ich finde diese Aufstellung eindrucklich dafür, wie sehr wir aus den unbefriedeten(!) alten Erinnerungen und Gefühlen voriger Generationen leben, die uns darin blockieren unsere eigenen Gefühle (unser SELBST) zu spüren und somit unser eigenes Leben so zu leben wie es uns gut tut.

Zum Glück gibt es Aufstellungen – eine Chance zu sich zurück zu finden! ☺

Herzliche Grüße,
Eure Petra

Petra Pfaffenzeller
Heilpraktikerin



WORKSHOP „inneres Kind“

Sa., 21.11. 9 - 19 Uhr

freie Mittagspause 12 – 13.30 Uhr

Riedweg 49, Ulm, Kosten: Eur 120,-

der Workshop besteht aus praktischen Übungen und findet in der geschützten Atmosphäre meiner Praxis statt, in einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter (4-6 Personen).

Mein inneres Kind – meine Lebendigkeit

mein Weinen, meine Trauer, meine Ängste, meine Panik, meine Einsamkeit, meine Unsicherheit und Scham, mein Rückzug, mein Trotz, meine Wut und mein Hass
mein Glücklich sein, meine Lebensfreude, mein Spaß, mein Jauchzen und Lachen, mein Eifer, mein Prickeln, mein Verliebt sein, mein Vertrauen und mein Hingeben ins Leben und in die Liebe

Du lernst Dein inneres Kind kennen

...als wertvoller Träger Deiner Selbstliebe und Neugier aufs Leben

...als wichtiger Anzeiger dafür, dass Grundbedürfnisse zu kurz kommen

...als Kraftquelle

Du bekommst Werkzeuge, um Dein inneres Kind

...(an) zu hören

...so zu schützen, dass Du Dich offen, frei und stark fühlst

...vom erwachsenen Selbst zu unterscheiden

...gut zu versorgen -mit dem was es braucht- und gleichzeitig erwachsen zu bleiben

...im Leben willkommen zu heißen!

Anmeldung: 0177-3267278 oder mail@praxispfaffenzeller.de

Petra Pfaffenzeller
Heilpraktikerin



GFK-Übungsabend

Di., 29.09. 18 - 20 Uhr

Im Riedweg 49, Ulm, Kosten: Eur 10,-

Voraussetzung: Kenntnis über die 4-Schritte

Willkommen im Giraffencafé

wir üben GFK ☺ (4-Schritte, Empathie, Ärgerprozess, Verständnisohren, ...)

Anmeldung: 0177-3267278 oder mail@praxispfaffenzeller.de

Aufstellungs-Abend

Fr., 06.11. 18 - 21 Uhr

Kosten: Eur 20,-

Ort: Praxis im Riedweg 49, 89081 Ulm

offener Abend!

... um Aufstellungen zu erfahren und um Lösungen zu finden!

experimenteller Parcours (für jeden)

und eine Aufstellung (nach Punktesystem)

zum eigenen individuellen Thema

Anmeldung: 0177-3267278 oder mail@praxispfaffenzeller.de



VORTRAG „Authentisch sein“

Mi., 28.10. 19 - 21.30 Uhr

FBS, Sattlergasse 6, Ulm, Seminarraum 31, Kosten: Eur 16,-

- Wie kann ich mich so zeigen, wie ich bin, ohne Angst abgelehnt zu werden?
- Wie kann ich das tun was ich will, ohne dem anderen die Freiheit zu nehmen?
- Wie kann ich zu anderen Nähe aufbauen und dabei ich-selbst bleiben?

Im Kurs lernen Sie, wie Sie eine neue innere Haltung einnehmen und verständlicher kommunizieren können (nach der GFK - gewaltfreien Kommunikation, Rosenberg), mit der Möglichkeit sich selbst klarer wahrzunehmen und sich authentisch zu zeigen.

Anm.: <http://www.fbs.ulm.de/index.php?id=4&schritt=1&kathaupt=5&knradd=15F2549>

VORTRAG „Altlasten abwerfen und frei sein“

Do., 12.11. 19 - 21.30 Uhr

FBS, Sattlergasse 6, Ulm, Seminarraum 31, Kosten: Eur 16,-

Real ist das Hier und Jetzt. Doch wo stehe ich? Bin ich gedanklich im ‚hier und jetzt‘, in der Vergangenheit oder mehr in der Zukunft?

Eine Aufstellungsübung verrät Ihnen, in welcher Zeit Sie am stärksten verbunden sind, in welcher Zeit es Lösungspotential für Sie gibt und welche Gedanken Sie noch heute blockieren, sich frei und stark zu fühlen.

- Wie befreie ich mich von Belastungen der Vergangenheit und Sorgen um die Zukunft?
- Ich fühle mich blockiert und weiß nicht warum. Wie kann ich mich davon lösen?
- Wie wirken sich alte Familienschicksale meiner Ahnen auf mich aus?

Die Klärung der Fragen wird begleitet durch praktische Aufstellungsübungen.

Anm.: <http://www.fbs.ulm.de/index.php?id=4&schritt=1&kathaupt=5&knradd=15F2550>



VORTRAG „Das Unterbewusstsein verstehen“

Di., 17.11. 19 - 21.30 Uhr

FBS, Sattlergasse 6, Ulm, Seminarraum 31, Kosten: Eur 16,-

Lernen Sie ihre nicht-bewusste Seite kennen, die bis zu 90% Ihren Alltag automatisch steuert! Der Speicherplatz des Unterbewusstseins ist unerschöpflich, in ihm sind unsere Vergangenheit, unsere Muster, Erfolgs- und Blockadeprogramme gespeichert.

- Woher kommen meine Ängste, meine Aggression oder meine Trauer?
- Wieso falle ich immer wieder in kindliche Verhaltensweisen?
- Warum habe ich Schwierigkeiten mit Beziehungen?
- Und wie löse ich eigentlich meine alten Muster dauerhaft auf?!

Wir arbeiten im Kurs mit dem inneren Kind!

Anmeldung und Überweisung:

<http://www.fbs.ulm.de/index.php?id=4&schritt=1&kathaupt=5&knradd=15F2551>