



Newsletter März

ÜBERBLICK

WAS	WANN	WO	WIE(VIEL)
Aufstellungs- abend	Fr., 11.03. 18 – ca. 21 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 20,- mail@praxispfaffenzeller.de
Vortrag „Authentisch sein“	Mi., 16.03. 19 – 21.30 Uhr	FBS Sattlergasse 6, Ulm Seminarraum 31	Eur 16,- Anmeldung und Überweisung an die FBS: anmeldung@fbs.ulm.de
WORKSHOP zum INNEREN KIND (nur noch Warteliste)	Sa., 19.03. 9 – 19 Uhr Nächster Termin: 30.07.	Riedweg 49, Ulm	Eur 120,- mail@praxispfaffenzeller.de
GFK-Übungsabend	Di., 22.03. 18 – 20 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 10,- mail@praxispfaffenzeller.de
Vortrag „Altlasten abwerfen und frei sein“	Di., 05.04. 19 – 21.30 Uhr	FBS Sattlergasse 6, Ulm Seminarraum 23	Eur 16,- Anmeldung und Überweisung an die FBS: anmeldung@fbs.ulm.de
GFK-Einführungskurs	Fr., 22.4., 17-20 Uhr und Sa., 23.4., 09-19 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 180,- mail@praxispfaffenzeller.de
Vortrag „Das Unterbewusstsein verstehen“	Do., 28.04. 19 – 21.30 Uhr	FBS Sattlergasse 6, Ulm Seminarraum 31	Eur 16,- Anmeldung und Überweisung an die FBS: anmeldung@fbs.ulm.de



VORSCHAU

WAS	WANN	WO	WIE(VIEL)
Aufstellungs- abend	Fr., 15.04. 18 – 21 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 20,- mail@praxispfaffenzeller.de
GFK-Übungsabend	Di., 03.05. 18 – 20 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 10,- mail@praxispfaffenzeller.de
AufstellungsTAG	Sa., 21.05. (vorverlegt)	Riedweg 49, Ulm	Eur 160,- Aufsteller Eur 35,- Stellvertreter mail@praxispfaffenzeller.de

Loslassen

Je größer die Ablehnung gegen ein Thema ist, desto stärker hält man es fest

Aufstellung zum Thema Geld:

A ließ ihren Geldfluss und „das was ihn blockiert“ aufstellen.

Als Blockade entpuppte sich ihre Mutter, deren Erfahrungen mit Geld geprägt waren von Gewalt und Unterdrückung. A lehnte ihre Mutter für ihren Umgang mit Geld ab und wollte „nie so werden wie sie“.

In der Aufstellung merkte die vorher fest entschlossene A, wie schwer es war, den „Umgang der Mutter mit Geld“ bei ihrer Mutter zu lassen. Unbewusst gab es eine sehr starke Bindung zu dem Thema:

„was verbindet uns denn dann noch, wenn ich es loslasse?“

„das Thema fühlt sich bei mir so vertraut und angenehm an“



„ich kann sie doch damit nicht alleine lassen“
„ich kann es für sie tragen – es ist gar nicht so schwer...“

Nach einem **Ablösungsprozess** (= Musterunterbrechung und LOSLASS-Prozess!) wurde die Situation klarer.

A „erwachte“ aus ihrer Verwirrung, konnte das Thema loslassen und frei sein, um sich erstmals mit ihrer Geldquelle und ihrem SELBST zu verbinden! ☺

*Erst wenn man Altes loslässt, kann an dessen Stelle etwas Neues treten.
oder: ein bereits volles Gefäß lässt sich nicht füllen.*

Beim nächsten Aufstellungsabend gibt es einen Parcours zum ‚Loslassen alter Muster‘, die wir nicht mehr benötigen.

Ihr seid herzlich willkommen zu einem „erleichternden“ Abend.

Herzliche Grüße,
Eure Petra

Aufstellungs-Abend

Fr., 11.3. 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) zum Thema LOSLASSEN
und eine Aufstellung (nach Punktesystem) zum eigenen individuellen Thema

Anmeldung: 0177-3267278 oder mail@praxispfaffenzeller.de



WORKSHOP „inneres Kind“

Sa., 19.03. 9 - 19 Uhr

(nur noch Warteliste! Nächster Termin: 30.07.)

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., 22.03. 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

VORTRAG „Authentisch sein“

Mi., 16.03. 19 - 21.30 Uhr

FBS, Sattlergasse 6, Ulm, Seminarraum angeschrieben, 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 lernst Du, wie Du eine neue innere Haltung einnehmen und verständlicher kommunizieren kannst (**nach der GFK** - gewaltfreien Kommunikation, M.B. Rosenberg).

Anmeldung: anmeldung@fbs.ulm.de

Petra Pfaffenzeller
Heilpraktikerin



VORTRAG „Altlasten abwerfen und frei sein“

Di., 05.04. 19 - 21.30 Uhr

FBS, Sattlergasse 6, Ulm, Seminarraum angeschrieben, 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 Dir, mit welcher Zeit Du am stärksten verbunden bist, in welcher Zeit es Lösungspotential für Dich gibt und welche Gedanken Dich noch heute blockieren, Dich frei und stark zu fühlen.

Anmeldung: anmeldung@fbs.ulm.de

VORTRAG „Das Unterbewusstsein verstehen“

Do., 28.04. 19 - 21.30 Uhr

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

Lerne Deine nicht-bewusste Seite kennen, die Deinen Alltag bis zu 90% automatisch steuert! 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: anmeldung@fbs.ulm.de

Petra Pfaffenzeller
Heilpraktikerin



GFK 1 – Einführungsseminar

Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg

Fr., 22.04. 17-20 und

Sa., 23.04. 9-19

Riedweg 49, Ulm, Kosten: Eur 180,-

INHALT

- Aufrichtigkeit ohne „Gewalt“ (ohne Vorwürfe, Urteile, Reizworte, Angriffe, ...)
- Empathie: Einfühlung in das Gegenüber
- Selbstempathie: Verständnis für sich selbst statt Selbstverurteilung
- Ärgerprozess: Was will mir meine Wut sagen?!
- Das 4-Ohren-Modell
- Hören mit Giraffenohren“: Bedürfnis wahrnehmen
- statt „Hören mit Wolfsöhren“: in Urteile verstricken
- Die 4 Schritte der GFK
 1. Beobachten statt interpretieren
 2. Gefühle unterscheiden von Pseudogefühlen
 3. Grundbedürfnisse erkennen
 4. Bitten statt fordern

Ziele des Einführungskurses:

- Bereitschaft zur Kooperation wecken
- gemeinsame Lösungen finden
- Authentischer und lebendiger Umgang miteinander
(statt sich zu streiten, zu isolieren, nur zu funktionieren oder sich zu verstellen)

Anmeldung: 0177-3267278 oder mail@praxispfaffenzeller.de

Petra Pfaffenzeller
Heilpraktikerin



AUFSTELLUNGSTAG

Systemische Strukturaufstellungen SySt® und Familienaufstellung

Sa., 21.05.'16 10 bis ca. 19 Uhr

Riedweg 49, Ulm

Aufsteller: Eur 160,-

Stellvertreter: Eur 35,-

Themen zum Aufstellen

- Trennungen und Verluste verarbeiten
- Familienverstrickungen klären
- Lösungen bei Gewalt, Missbrauch und Schuld im System
- Konflikte mit der Partnerbeziehung gewinnbringend lösen
- Erfolgs- und Berufsblockaden umwandeln
- Zurück zu Lebensfreude und Antrieb
- Heilung des inneren Kindes
- Aufbau des Selbstwerts
- der verlorene Zwilling

Du hast **als Aufsteller** die Möglichkeit Dein persönliches Thema in der Gruppe aufzustellen. Jedes Anliegen kann aufgestellt werden!

Stellvertreter geben Rückmeldungen und unterstützen die Lösungsprozesse in der Aufstellung, indem sie sich als Gegenüber zur Verfügung stellen.

Der Platz **als Stellvertreter**, kann Hinweis auf dessen eigenes Thema geben und wertvolle Erkenntnisse bringen!

Anmeldung: 0177-3267278 oder mail@praxispfaffenzeller.de