

NEWS OKTOBER



Das festgehaltene Problem

In meinen Einzelsitzungen bin ich in letzter Zeit immer wieder auf ein typisches Festhalte-Phänomen gestoßen, dem ich hier Beachtung geben möchte.

A hält den Konflikt mit ihrem Bruder unbewusst fest: „ich lasse erst dann vom Streit ab, wenn Du Dich bei mir entschuldigst hast.“

F hält an der destruktiven Symbiose mit ihrem abgetriebenen Geschwister fest - „ich höre erst dann auf zu kämpfen, wenn die Mutter die Verantwortung für die Abtreibung übernimmt“

K hält an ihrer Exbeziehung fest - „ich schließe die Beziehung erst dann für mich ab, wenn ich die Wertschätzung von ihm bekomme, die mir zusteht“

oder E, die ihren verstorbenen Opa erst dann loslassen will, wenn sein Einsatz für die Familie gewürdigt (statt übersehen) wird.

Die Lösung ist hier erst einmal mit einer **Bedingung** an andere Menschen aus der Familie geknüpft und somit begibt man sich **in Abhängigkeit!**

„Nur wenn Du ... tust, dann kann es mir besser gehen“

Mit der **Bewusstwerdung** dieser ‘an-Bedingung-geknüpften-Lösung’, wird es plötzlich leicht, die Bedingung fallen zu lassen!

Ich beobachte, wie meine Klienten/innen wie selbstverständlich aus der Abhängigkeit treten und einen neuen Weg finden, der wirklich **zielführend** ist

und der dem eigenen Wunsch nach **Autonomie und Eigenverantwortung** entspricht:

A: „...eigentlich geht es mir darum, eine gute Beziehung zu Dir zu haben und vielleicht habe ich unseren Konflikt festgehalten, weil er uns verbunden hat. Ich lasse Deine Themen und Deine Verantwortung nun bei Dir (Steinrückgabe), um eine freie statt eine belastete Beziehung zu Dir zu haben.“

F: „...ich lasse die Verantwortung bei unseren Eltern, egal ob sie sie annehmen oder nicht, um das zu erreichen, was ich eigentlich wollte – Frieden für Dich und mich!“

K: „...ich höre jetzt auf, mir immer wieder Ablehnung bei meinem Ex abzuholen und schließe damit ab, um mich und meinen Wert zu schützen.“

E: „...und wenn die andern es nicht sehen können, dann schau ich auf Deine guten Absichten und Taten, Opa.“ Bei E konnte nun die Wut gehen und stattdessen spürte sie die große Liebe zu ihrem Opa.

Hinter die Dinge zu schauen und zu **verstehen**, hilft beim loslassen

Aufstellungsabend

In begrenzter Zahl und bei ausreichend Raum dürfen Gruppenaufstellungen wieder stattfinden. Ich freue mich sehr, mit Euch persönlich und in kleinem Kreis in die Lösungsarbeit zu gehen.

Fr., 23. Oktober 18.30 – 21 Uhr

Eingangsthema: Beziehung und Partnerschaft – Selbsterfahrungsübung zu den Ausgleichsprinzipien

Fr., 11. Dezember 18.30 – 21 Uhr

Eingangsthema: Jahreszeitenrad – Selbsterfahrungsübung zu dem was mich in 2021 erwartet

Bedingungen:

- Max. 9 Teilnehmer/innen
- Hygienekonzept im Seminarraum (Desinfektion, Hände waschen, Lüften)
- Wir dürfen ohne Maske arbeiten, daher ganz wichtig: nur ganz gesund und symptomfrei zum Aufstellungsabend kommen!

Body&Mind Atelier in der Kleiststr. 7, Neu-Ulm

Kosten: 25,-

Der Aufsteller/ die Aufstellerin des Abends wird nach bewährtem Punktesystem ermittelt.

NEU Aufstellungsnachmittag

„Einzelaufstellung“ mit zwei Stellvertretern

Di, 27.10. von 14 bis 18.30 Uhr

in meiner Praxis, Walfischgasse 11, Ulm

[Ein Aufstellerplatz ist noch frei!](#) Kosten: **€ 180,-**

Workshop zum Inneren Kind

- bereits für eine kleine Gruppe geschlossen -

nächster Termin 07.05.2021

sensible und wirkungsvolle Übungen zum Umgang mit unliebsamen Emotionen, wie Wut, Überforderung, Trauer, Ängste, Einsamkeit, Unsicherheit, Nervosität, Hilflosigkeit, etc. in einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter.

Auslöser wie Altlasten und Traumata aus der Kindheit werden mit der sehr wirksamen Methode der Traumalösung nach Langlotz entschärft.

Das freie, souveräne Erwachsenen-Ich wird gestärkt und in die richtige Position gebracht.

Inhalt

- Analyse
- Selbsterfahrungsübung alleine und in der Gruppe
- und eine Aufstellung mit kraftvollen Ritualen

Ich gehe individuell auf jeden ein und begleite Euch achtsam.

Kosten: 140,-

Online GFK

Es gibt weiterhin die Möglichkeit bei mir online **GFK-Aufgaben** anzufordern und sich selbst spielerisch auf Stand zu halten: einfach Mail mit Betreff „GFK-Aufgaben“ an

mail@praxispfaffenzeller.de

Auch sehr effektiv mit Unterhaltungswert: das **GFK-Spiel** fürs Handy kostenlos auf Google Play zum herunterladen! Es wurde in meinem Ausbildungsinstitut (Klaus Karstädt München) entwickelt.

Erkennbar am Giraffenlogo.

Ausbildungen in Ulm

gehen wie geplant weiter.

Vertiefungskurse in GFK: 25./26. September und 13./ 14. November

Vertiefungskurse Aufstellung: 4./5. Dezember und 19./ 20. März '21

Bei Interesse für die Ausbildung in GFK oder

Ausbildung in systemischen Aufstellungen und Familienaufstellungen

gibt es hier Infomaterial: mail@praxispfaffenzeller.de

Herzliche Grüße, Petra

Petra Pfaffenzeller-Joeken, Heilpraktikerin

Praxis Innere Mitte

Walfischgasse 11, 89073 Ulm

0177-3267278

mail@praxispfaffenzeller.de

www.praxispfaffenzeller.de

www.praxisinneremitte.de