

# Was ‚kostet‘ die Lösung?



Eine Lösung wird vom eigenen Inneren geschaffen  
– manchmal wartet die Lösung auch schon auf einen.

Um zu ihr zu gelangen, gibt es nur noch eine Hürde  
- sozusagen einen Preis - etwas, das aufgegeben werden muss,  
um Platz für das Neue zu schaffen.

Die gute Nachricht:  
Der Preis um ans Ziel zu kommen, steht meist in einem  
guten Preis-Leistungs-Verhältnis :)

## Ein stabiles Problem wird von einem schmackhaften Vorteil genährt

### Zwei wichtige Vorteile

#### 1. Zugehörigkeit

Beispielsweise ist zu beobachten, dass bei unliebsamen Verhaltensweisen, wie:

*Überforderung/ Aufopferung für andere, Sparzwang, cholerische Reaktionen, Selbstverurteilung, etc.  
oder auch bei Ängsten und sogar bei bestimmten Körpersymptomen*

unbewusste Loyalitäten eine Rolle spielen. Zumindest dann, wenn es mindestens eine wichtige Person im eigenen Familiensystem bereits vorgelebt hat.

Verhaltensweisen werden übernommen, weil dadurch die Zugehörigkeit bewiesen wird und somit eine enorm stabile Verbindung entsteht.

Die Zugehörigkeit zur Sippe ist ein existenzielles Urbedürfnis. Besonders als Kind ist eine stabile Verbindung zu einer Bezugsperson überlebensnotwendig.

#### 2. Geborgenheit

solange das Problem ein großes Maß an Zuwendung, Entspannung oder Aufmerksamkeit bringt, ist es wirklich schwer, davon loszulassen.

Und je gewohnter das Problem ist, desto mehr wird es zur Komfortzone, die man ungern verlässt.

Das Problem manifestiert sich in einer Art Teufelskreis.

Dies gilt z.B. für *alle Art von Süchten, chronische Krankheiten oder sehr lang anhaltende Thematiken („das war schon immer so“)*

### Handelt es sich vielleicht um SCHEINVORTEILE?

In der Lösung des Problems steckt der Vorteil in gelöster Form drin!

Es geht gar nicht darum, einen Vorteil zu verabschieden, sondern die alte Strategie umzuwandeln und anders ans Ziel zu kommen.... *Wie kann ich mich zugehörig fühlen, ohne mich aufzuopfern?*

*Wie kann ich mich geborgen fühlen, ohne die Sucht/ Krankheit/ etc?*

**Diese neue Strategie können Aufstellungen gut offenbaren :)**

**Petra Pfaffenzeller-Joeken, Heilpraktikerin**

Praxis Innere Mitte, Walfischgasse 11, 89073 Ulm +49 177 3267278

[mail@praxispfaffenzeller.de](mailto:mail@praxispfaffenzeller.de), [www.praxispfaffenzeller.de](http://www.praxispfaffenzeller.de), [www.praxisinneremitte.de](http://www.praxisinneremitte.de)

# SELBSTERFAHRUNGSÜBUNG:

Ist die Lösung des Problems den Preis wert?

Übung:

lege ein Blatt neben Dich das für die „Lösung bzw. Dein Ziel“ steht

lege auf Deine andere Seite ein Blatt das für das „Problem inklusive Vorteil“ steht

Teste beide Plätze und achte dabei auf Deine Emotionen, Körpersymptome und Gedanken, wenn Du auf dem Blatt stehst.

Was fühlt sich angenehmer an?

Was fühlt sich vertrauter an?

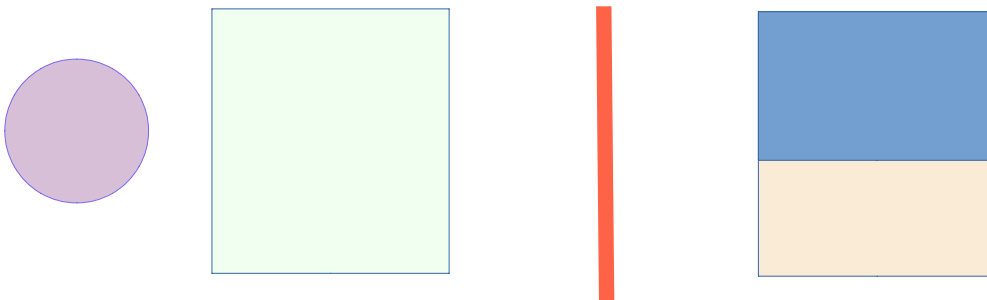
Fühlt sich der Vorteil real an (Bodenhaftung) oder illusionär (schwebend)? → Hinweis auf einen Scheinvorteil!

Kommt ein Gedanke hoch,, der Hinweis gebend ist?

Ist die Lösung des Problems attraktiv genug, um den Vorteil aufzugeben?

Was bräuchte ich, um den versteckten Gewinn des Problems loszulassen?

Das kann noch hinzugeholt werden!



(Lösung des Problems)

(Problem inklusive Gewinn)

Beispiel:

Ziel/ Problem als äußeres Erleben

kein Problem damit zu haben,  
passenden Partner zu finden  
und sich einzulassen

keinen passenden Partner finden,  
sich nicht einlassen  
mit dazugehöriger Komfortzone

oder

Ziel/ Problem als inneres Erleben

Selbstannahme

Selbstverurteilung und dessen  
versteckter Nutzen

**Petra Pfaffenzeller-Joeken, Heilpraktikerin**

Praxis Innere Mitte, Walfischgasse 11, 89073 Ulm +49 177 3267278

[mail@praxispfaffenzeller.de](mailto:mail@praxispfaffenzeller.de), [www.praxispfaffenzeller.de](http://www.praxispfaffenzeller.de), [www.praxisinneremitte.de](http://www.praxisinneremitte.de)

# GRUPPENVERANSTALTUNGEN



## NEU FaFo ‚Einzelaufstellungen‘

Fachfortbildung für Therapeuten, die mit systemischen Familienaufstellungen im Einzelsetting arbeiten möchten

Aufstellungen sind ein sehr effektives therapeutisches Mittel. Schön, wenn man täglich damit arbeiten kann, auch ohne eine ganze Gruppe oder einen großen Raum zu organisieren. Einzelaufstellungen eignen sich sehr gut als ‚Daily Work‘ des psychotherapeutisch arbeiteten Coaches.

### Inhalt

- ✓ Lösungsorientierte Kurzanamnese und Therapieaufbau: vom Problem zum Ziel
- ✓ kataleptische Hand - angewendet in der Einzelsitzung
- ✓ verdeckte Aufstellung in der Einzelsitzung
- ✓ Tetralemma bei Entscheidungsthemen
- ✓ Traumaauflösung nach Langlotz als Einzelaufstellung
- ✓ Standardrituale (Grenze, Steinrückgabe, Ablösungsprozess, etc.), das Selbst und das Innere Kind in der Einzelaufstellung

Ihr erfahrt die Einzelaufstellung aus verschiedenen Perspektiven - als Zuschauer, Klient und Therapeut. Aufgezeigt und praktisch geübt werden Techniken mit Bodenanker, Steinen, Kissen und Stühlen als Platzhalter. Die Aufstellungen werden tiefgehend besprochen, Hintergründe der Vorgehensweise erklärt und die Theorie hinter der Praxis beleuchtet.

Eigene Themen können intensiv und in geschütztem Rahmen bearbeitet werden.

- Termine:** **4 x 4 Stunden**  
wochentags (vorzugsweise Montag) von 9 – 13 Uhr  
**Termine werden individuell mit der Gruppe abgestimmt.**  
Frühester Beginn 20. Juni  
Anmeldeschluss: 04. Juni 2022
- Kosten:** € 400,-  
(Frühbucher bis 08. April: € 350,-)
- Ort:** Ausbildungsort: Praxis Innere Mitte, Walfischgasse 11, Ulm  
in einer kleinen Gruppe von maximal 4 Teilnehmer/innen

Seit über 13 Jahren arbeite ich hauptsächlich in Einzelsitzungen mit den Aufstellungen. In dieser Zeit konnte ich viel Erfahrungen sammeln, wie die Aufstellungen auch ohne Stellvertreter aussagekräftig sind. Der besondere Vorteil von Einzelaufstellungen ist, dass der Klient die volle Aufmerksamkeit des Therapeuten genießt und sich auch in Bezug auf heikle Themen besser öffnen kann.  
Ich freue mich darauf Euch in meiner „Königsdisziplin“ mein Wissen weiterzugeben :)

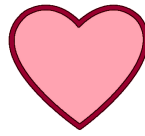
**Petra Pfaffenzeller-Joeken, Heilpraktikerin**

Praxis Innere Mitte, Walfischgasse 11, 89073 Ulm +49 177 3267278

[mail@praxispfaffenzeller.de](mailto:mail@praxispfaffenzeller.de), [www.praxispfaffenzeller.de](http://www.praxispfaffenzeller.de), [www.praxisinneremitte.de](http://www.praxisinneremitte.de)

# Ausbildung zum Aufsteller

in systemischen Strukturaufstellungen und  
Familienaufstellungen



Bereit für die innere Wandlung?

Die Ausbildung eröffnet neue Türen, um die bisherige Arbeit zu bereichern  
oder endlich Deine Leidenschaft zum Beruf zu machen.

Ich persönlich hatte mir seit der Schulzeit gewünscht mein Hobby zum Beruf zu machen: Probleme lösen,  
sozial wirken können, im Kontakt mit Menschen sein, Persönlichkeit entwickeln, viel Neues kennen lernen,  
kreativ sein, mich immer wieder verändern. Für mich ist meine Selbständigkeit als Therapeutin die Berufung  
und ein empfundenes Glück.

Wenn es auch Dein Wunsch ist,  
anderen wertvolle Impulse zur Lösung zu geben, Dir selbst einen **Weiterentwicklungsschub** zu ermöglichen  
und Dich als Therapeut kreativ auszuprobieren, dann bis Du in der Aufsteller-Ausbildung goldrichtig.

Wir üben den achtsamen Einstieg in problematische Themen  
und wie ganz individuelle Wege zur Lösung führen können.

Du lernst, auf Dich und Deine Intuition zu hören und Themen aus unterschiedlichen Sichtweisen zu  
betrachten.

Du bekommst ein großes Paket **Basiswissen** dazu,  
das in einem Nachlese-Skript festgehalten wird und nicht mehr verloren gehen kann.  
Du wirst wahrscheinlich viele positive **Gruppenerfahrungen** machen und merken,  
wie schnell man mit Menschen zusammenwächst,  
die sich genauso mutig und neugierig wie Du, ihren Themen in den Aufstellungen stellen.

Infos zum Inhalt der Ausbildung findest Du hier:

<https://petrapfaffenzeller.de/wb/pages/ausbildung/systemische-familienaufstellung.php>

Ein persönliches Infogespräch führe ich mit Dir unter: 0177-3267278

## Aufstellungs-Tag

eigene Themen tiefgründig lösen, in einer vertrauten  
Gruppe Gleichgesinnter.

Durch Aufstellungen Scheinvorteile, unbewusste Loyalitäten,  
Ängste und Altlasten abwerfen. In ein neues positives Muster  
treten, sich geliebt und angenommen fühlen. Lebendig sein!

**Ort:** Body&Mind Atelier, Kleiststr. 7, Ulm

**Termine:** Sa., 30.04. '22 9 – 18 Uhr

Sa., 08.10. '22 9 – 18 Uhr

**Kosten:** Aufsteller: EUR 180,-

Stellvertreter: EUR 25,-



**Petra Pfaffenzeller-Joeken, Heilpraktikerin**

Praxis Innere Mitte, Walfischgasse 11, 89073 Ulm +49 177 3267278

[mail@praxispfaffenzeller.de](mailto:mail@praxispfaffenzeller.de), [www.praxispfaffenzeller.de](http://www.praxispfaffenzeller.de), [www.praxisinneremitte.de](http://www.praxisinneremitte.de)



## Aufstellungs-Abend

im Fluss bleiben

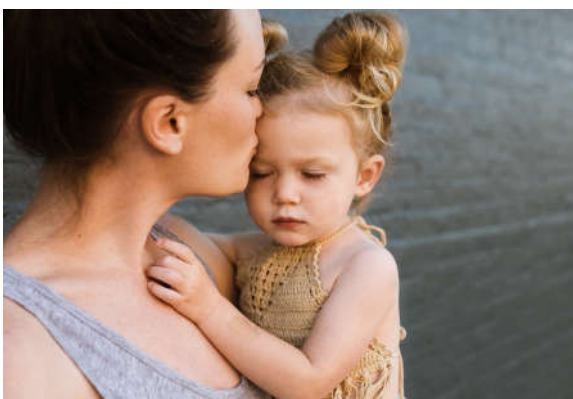
- kontinuierliche Selbstreflexion zum kleinen Preis beim monatlichen Aufstellungsabend  
**freitags 18.30 – 21.30 Uhr (mit Selbsterfahrungsübung zu einem Thema und einer Aufstellung)**  
**dienstags 19.30 – 21.30 Uhr (ohne Selbsterfahrungsübung – nur eine Aufstellung)**

Wir verfahren nach dem bewährten **Punktesystem**: Jede Teilnahme erbringt einen Punkt. Der Teilnehmer mit der höchsten Punktzahl erhält das Vorrecht einer eigenen Aufstellung (momentan ab der ca. 4. Teilnahme). Wird dies in Anspruch genommen, fällt der Punktestand auf Null zurück und es darf von neuem gesammelt werden.

- Termine:** Di., 29.03.  
Fr., 29.04.  
Di., 24.05.  
Fr. 01.07. (verschoben!)  
Di. 19.07. (in der FBS und ohne Punktesystem)  
Di. 26.07.  
Fr. 09.09. (verschoben!)
- Ort:** bis auf weiteres: 3G Präsenzveranstaltung (plus Selbsttest zu Hause)  
unter Hygienemaßnahmen im Body&Mind Atelier, Kleiststr. 7, Ulm
- Kosten:** EUR 25,-

## Workshop zum Inneren Kind

- Termin:** 9 – 18 Uhr Sa., 19. November 2022
- Ort:** Kleingruppe (bis 5 Personen)  
Praxis Innere Mitte, Walfischgasse 11, Ulm
- Kosten:** EUR 140,-



**Petra Pfaffenzeller-Joeken, Heilpraktikerin**

Praxis Innere Mitte, Walfischgasse 11, 89073 Ulm +49 177 3267278  
[mail@praxispfaffenzeller.de](mailto:mail@praxispfaffenzeller.de), [www.praxispfaffenzeller.de](http://www.praxispfaffenzeller.de), [www.praxisinneremitte.de](http://www.praxisinneremitte.de)



## GRUNDLAGENKURS GFK

NVC - Non violent Communication

**Termin:** Fr., 21.10. 14 - 18 Uhr  
Sa., 22.10. 9 - 18 Uhr  
So., 23.10. 9 - 13 Uhr

**Ort:** Body und Mind Atelier, Kleiststr. 7, Ulm

## GFK-Abende

in der FBS (Familienbildungsstätte Ulm)  
zu den Themen

- in Verbindung bleiben
- authentisch sprechen ohne zu verletzen
- Umgang mit Wut in der GFK
- sicher, klar, schlagfertig

Infos und Anmeldung:

<https://www.fbs.ulm.de/programm?kathaupt=1&cHash=041e94474dd56c9e1e1b4593ccb6f1c2#kw-kursuebersicht-list>

## Urlaub

vom 11.04.'22 bis 22.04.'22 .

Ab 23. April bin ich wieder für Euch da.

**Eure Petra**

**Petra Pfaffenzeller-Joeken, Heilpraktikerin**

Praxis Innere Mitte, Walfischgasse 11, 89073 Ulm +49 177 3267278

[mail@praxispfaffenzeller.de](mailto:mail@praxispfaffenzeller.de), [www.praxispfaffenzeller.de](http://www.praxispfaffenzeller.de), [www.praxisinneremitte.de](http://www.praxisinneremitte.de)