



Raus aus der Krise & Rein ins Leben

Workshop 25. – 26. Juni 2017
(Samstag 9.30-17.30h und Sonntag 9.30-16.30h)

Kosten: CHF 470.-
Ort: auf dem Sternenbergr bei Sabine Sieber

Lebenskrisen kommen oft schnell und unangekündigt, sie beeinträchtigen unser Leben in vielen Bereichen, ob Arbeitslosigkeit, Misserfolge, scheitern einer Partnerschaft oder Schwierigkeiten in der Erziehung der Kinder, all diese unangenehmen Erlebnisse bringen Menschen an den Rand des Machbaren.

Eine Krise ist geboren... und jetzt? Wie weiter? Wo bleiben meine Motivation, meine Ziele, mein Optimismus und meine Lebenskraft?

Der nächste Schritt wäre RAUS aus der Krise und REIN ins Leben. Ziele formulieren, Freude empfinden, Vertrauen aufbauen, zurück ins eigene Ich.

Mit Hilfe von systemischen Aufstellungen ist es möglich, verborgene Dynamiken eines Beziehungssystems sichtbar zu machen, um einen Schritt in die Lösung und die Eigenverantwortung zu gehen. Dieses Aufstellungswochenende gibt Ihnen die Chance einen Schritt zu tun, um das Leben greifbarer zu machen und im realen Leben zu bleiben, egal ob in der beruflichen Situation oder im Privaten.

Hinschauen, Erkennen, Anpacken, Wege finden

Die systemische Aufstellungsarbeit, insbesondere das Familienstellen, ist mittlerweile eine breit anerkannte Therapieform, welche andere Einblicke in Problemstellungen und neue Lösungsansätze ermöglicht.

Sie werden in diesen zwei Tagen durch Aufstellungen, Gruppenarbeit und bio-energetische Übungen zu Ihnen selbst finden, Ihre Selbstliebe spüren und Lebensfreude erfahren.

Sie haben die Möglichkeit von:

- Familienaufstellung
- Körperaufstellung
- Organisationsaufstellung (Arbeitssituation, Team etc.)
- Hierarchische Systeme
- Bedürfnisaufstellung

...je nachdem, was Sie mehr interessiert, wo mehr Energie drinsteckt!?

**Ein weiterer Schritt zur Findung/Lösung,
viele Schritte in Richtung Lebensfreude ...**

Was ist Familienstellen oder Systemische Arbeit?

Kennen Sie das? Ihr Leben ist in Ordnung und doch gibt es immer wieder die gleichen Streitigkeiten mit Ihrem Partner oder Ihren Kindern. Sie haben in der Arbeitswelt immer wieder ähnliche Konflikte und Sie geraten häufig in Situationen, die Sie eigentlich vermeiden wollen. Unglückliche Beziehungen, beruflicher Misserfolg oder persönliches Leid werden unbewusst angestrebt. Auch seelische und körperliche Krankheiten werden von verinnerlichten Bildern beeinflusst.

Das Familienstellen beruht auf dem Grundgedanken, der Bindung, Ordnung und des Ausgleichs. Wir werden in unsere Ursprungsfamilie hineingeboren, dies bestimmt unsere Beziehungen. Verhaltensmuster, die in der Familie bestehen/ bestanden, werden über Generationen weitergegeben, d.h. unser Leben wird auch von glücklichen oder leidvollen Schicksalen unserer Vorfahren mitbestimmt. Mutter, Vater und Geschwister: In diesem Familienverband wird eine Verbundenheit und Treue, auch zu den weiteren Ahnen aufgebaut, ob bewusst oder unbewusst. Ebenso können diese Zusammenhänge auch für die Organe in unserem Körper oder die Beziehungen in einer Organisation betrachtet und wahrgenommen werden.

Durch das Bewusstmachen der Dynamik und des Erkennens der verborgenen Hintergründe, können diese auch entsprechend gelöst werden. Dieser Prozess braucht seine Zeit, damit das Unterbewusstsein das Verborgene herausgibt.

Wie funktioniert Familienaufstellen oder Systemisches Aufstellen?

In der Gruppe formuliert der Aufstellende sein Anliegen. Es wird ein Aspekt im Jetzt angeschaut, der dann zum ersten Schritt zur Lösung werden kann. Er wählt aus den anwesenden Personen, die bereit sind, sich vorurteilsfrei und respektvoll aufstellen zu lassen, für sich und die weiteren benötigten Personen Stellvertreter aus. Diese platziert er intuitiv und ohne bewusstes Überlegen im Raum. Die aufgestellten Stellvertreter nehmen die Gefühle wahr, die sich ihnen offenbaren und beantworten allenfalls Fragen zur Klärung. Es kommen hilfreiche Informationen und Gefühle an die Oberfläche. Der Aufstellende spürt und beobachtet seine Situation von aussen, nämlich aus einer anderen Perspektive. Dies gibt ihm Klarheit und Verständnis für seine Situation. Das kann ein erster Ansatz zur Lösung sein. Die Aufstellungsarbeit findet in einem wohlwollenden, würdevollen, geschützten Rahmen statt. Freude und Entspannung haben genug Platz.

Unsere Vorgehensweise ist behutsam, achtsam und unterstützend. Eine notwendige, auch regelmässige, Nachbetreuung ist ebenfalls möglich.

Wo kann Systemische Aufstellung angewendet werden?

Egal ob Krankheit, schwierige Situationen im täglichen Leben oder auch Krisensituationen:

In unserer therapeutischen Praxis bieten wir verschiedene Methoden und Hilfestellungen an, damit Sie auf ihre Ängste, Blockaden, Schwierigkeiten, schauen und sie spüren können, diese erkennen, und zu einer positiven Lösung finden.

Der systemische Ansatz wie auch die gestalttherapeutische Einzelaufstellung ist, den begonnenen Prozess des Klienten über eine regelmässige Begleitung in Einzelarbeit zur Lösung zu führen.

***Anschauen was wirklich ist.
Eine Chance Neues entstehen zu lassen.***

Gerlinde Ladera

Dipl. Gestalttherapeutin, spezialisiert in Systemischer Aufstellungsarbeit

Privatsphäre ist uns sehr wichtig, weshalb wir Ihre Anliegen vertraulich behandeln. Dies erwarten wir auch von unseren Teilnehmenden.

Wir arbeiten nur mit Personen, die die volle Verantwortung für sich übernehmen können und bereit sind, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen.

Sie sollten offen für neue Lösungsmöglichkeiten sein und eine normale psychische Belastbarkeit mitbringen.

Der verbreiteten Vorstellung, mit einer Aufstellung seien alle Probleme und Blockaden gelöst, widersprechen wir. Viele Schritte führen zu einem freien und glücklichen Leben. Die Aufstellungsarbeit ist lediglich ein Schritt auf diesem Weg.

Nach einer Aufstellung wirkt das neue (Lösungs-)Bild. Die Realität verändert sich. Dies bedarf allenfalls einer Nachbetreuung oder Begleitung. Diese bieten wir an!

Zur Entspannung oder auch Anregung unseres Systems Körper, werden wir auch Übungen aus der Bioenergetik anleiten, sofern gewünscht.

Anmeldetalon

für das Aufstellungswochenende **01. – 02.10.2016**, im Visionshaus in Ringgenberg BE, Blick auf Brienersee, möglichst Anreise Vorabend **30.09.16**, 18.00h Start mit ayurvedischem Abendessen.

Teilnahmegebühr Fr. 470.-

„Raus aus der Krise & Rein ins Leben“

Name:

Vorname:

Adresse:

PLZ, Ort:

Tel. privat:

Tel. Geschäft/ Handy:

e-mail:

Unterschrift:

PS. Anmeldebestätigung und Rechnung folgen.