



Newsletter November

ÜBERBLICK

WAS	WANN	WO	WIE(VIEL)
AUFSTELLUNGS- Abend	Fr., 06.12. 18 – ca. 21.30 Uhr mit weihnachtlichem Ausklang - letzter Abend vor der Babypause -	Riedweg 49, Ulm	Eur 20,- mail@praxispfaffenzeller.de
ÜBUNGS-Abend Kommunikation (GFK)	Do., 05.12. 18.30 – 20.30 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 10,- mail@praxispfaffenzeller.de
WORKSHOP „Das innere Kind“	Fr., 13.12. 17 – 21 Uhr Sa., 14.12. 10 – 18 Uhr	Riedweg 49, Ulm	Eur 170,- mail@praxispfaffenzeller.de
Babypause	Januar bis April	Von zu Hause aus online... Für Einzelsitzungen in der Praxis wird mich Andrea Holl vertreten!	„nur“ einer ;-)



Erkenntnisse aus der Praxis

Trennung, Verlust, Alleinsein

Rückschlag oder Chance?

Die Klientin litt ihr ganzes Leben lang unter dem Gefühl von abgelehnt sein – manchmal berechtigterweise durch Verluste oder Trennungen, manchmal ohne einen erkennbaren Auslöser.

Ihr größter Wunsch war, endlich ein Grundgefühl von Stabilität, Angekommen sein und Zufriedenheit zu bekommen.

Bisher hat sie die Erfüllung dieses Wunsches in Partnerschaften gesucht. Nach jeder zerbrochenen Partnerschaft fühlte sie sich depressiver.

Nach der 5. Trennung fand sie sich bei mir wieder.

Zu diesem Thema haben wir ihr „inneres Kind“ – den Teil, der sich einsam fühlt – in einer Aufstellung angeschaut:

Das innere Kind fühlte sich allein, traurig und hilflos.

Die Klientin hatte Angst, sich ihrem inneren Kind zu nähern: „es wird mich erst recht in das Gefühl der Einsamkeit stürzen und dann komm ich gar nicht mehr da raus!“

Ihre Scheu sich diesem Anteil zu nähern überwand sie, nachdem ihr klar wurde, wie nahe und lebendig in ihr selbst das Gefühl von Einsamkeit ist, und wie groß der Wunsch nach Nähe und Verständnis. Gleichzeitig erinnerte sie sich wie schlimm es in den Situationen ist, gemieden zu werden. Das wollte sie ihrem inneren Kind nicht antun!

„So oft hast Du Dich abgelehnt gefühlt und hättest jemanden gebraucht, der Dich einfach so annimmt wie Du bist. Und wenn Dir das gerade keiner geben kann, dann mach ich das jetzt!“

Beherrscht ging sie auf ihr inneres Kind zu und nahm es in den Arm. „Ich bin jetzt bei Dir!“



Petra Pfaffenzeller
Heilpraktikerin



Das Phänomen: statt sich noch trauriger oder einsamer zu fühlen, wurde sie im Kontakt mit dem inneren Kind ruhig, entspannt und zufrieden.

Auf meine Rückfrage hin, sagte sie lachend: „Scheint so, als bin ich bei mir angekommen.“ ☺

Eine gute Basis um in einer stabilen Beziehung anzukommen.

Äußere Beziehungen spiegeln nur die innere (zu sich selbst) wieder.

Bei Verlusten kannst Du ein Stück von Dir mit verloren gehen lassen
oder Du nutzt die Chance ein Stück von Dir zurückzuholen.

Vor meiner Babypause gibt es einen letzten Workshop zum inneren Kind /13./14. 12.)
– eine Möglichkeit sich noch ein Stückchen besser kennen zu lernen und „ganzer“ zu werden.

Herzliche Grüße,

Eure Petra E. Pfaffenzeller



TRAININGS-ABEND: Kommunikation (GFK)

Beginn: Donnerstag 05.12., 18.30 – 20.30 Uhr

Ulm, Riedweg 49, Institut für Psychenrekonvaleszenz (Praxis)
Kosten: € 10,-

Voraussetzung: Kenntnisse der 4-Schritte in der GFK

- Üben, üben, üben, ...
 - Empathie geben und empfangen
 - Aufrichtigkeit auch bei schwierigen Themen
 - 4 saubere Schritte, z.B. im Giraffentanz
 - ...und worin sonst noch Bedarf besteht

INFO/ ANMELDUNG: P. Pfaffenzeller, Tel.: 0731-4920324, mail@praxispfaffenzeller.de

AUFSTELLUNGSABEND

Freitag, 06.12.13, 18 Uhr

Im Riedweg 49, Ulm (Seminarraum im Tiefparterre)
Kosten: Eur 20,-

weihnachtlicher Nikolausabend

Es haben 1-2 Aufstellungen zu individuellen Themen Platz (nach Punktesystem)

Offener Abend!

Gäste und Schnupperteilnehmer sind so willkommen wie Profis oder Fortgeschrittene. Du hast die Möglichkeit Dich unverbindlich mit den Aufstellungen vertraut zu machen

- Letzter Abend vor der Babypause -

ANMELDUNG: Petra Pfaffenzeller, Tel.: 0731-4920324, mail@praxispfaffenzeller.de



DAS INNERE KIND (Workshop)

Beginn: Freitag 13.12., 17 Uhr

Freitag, 13.12. 17 – 21 Uhr
Samstag, 14.12. 10 – 18 Uhr

Ulm, Riedweg 49, Institut für Psychenrekonvaleszenz (Praxis)

Kosten: € 170,-

Begrenzte Teilnehmerzahl auf 6 Personen! (dass ich auf jeden individuell eingehen kann)
Es wird hauptsächlich praktisch geübt. Du bist in einer Gruppe Gleichgesinnter, die sich einfühlsam Feedback gibt und gegenseitig unterstützt.

Suche nicht mehr im Außen, finde Dein Ziel im Inneren!

- mein verletztes inneres Kind (das Verborgene ICH)
- mein wütendes inneres Kind (der Verteidiger)
Wie gehe ich mit meiner Wut, Unsicherheit oder Ablehnung um?
- Ursprung und Botschaft verstehen (Was möchtest Du mir sagen?)
- Zugang und Kontakt finden (Du bist ich!)
- Umgang, der zu innerer Annahme führt (Übung: Integration des "alten-neuen" Ichs)
Wie nähre, unterstütze und halte ich mich selbst?

Ziel:

verborgene Selbstanteile wiederfinden.

Sich stabiler, "ganzer" und angekommen fühlen

INFO/ ANMELDUNG: P. Pfaffenzeller, Tel.: 0731-4920324, mail@praxispfaffenzeller.de



BABYPAUSE

Januar 2014 – April 2014

Ich bleibe per Mail erreichbar und über den Newsletter mit Euch in Kontakt

Es gibt auch persönliche Vertretung

durch meine ausgebildeten A.R.T.-Therapeuten, Rückführungsbegleiter und Aufstellungsleiter, die ich im Hintergrund supervisiere.

WER?

Vertretung für Einzelsitzungen (Rückführungen, Einzelaufstellungen)

- Termine auf Anfrage -

Andrea Holl

0176 21154805, Andrea.Holl@yahoo.de

Vertretung für Rückenbeschwerden (Wirbelsäulenthherapie, Akupunktur)

- Termine auf Anfrage -

Andrea Bodirsky

0731 3751574, praxis@naturheilpraxis-bodirsky.de

Arbeit mit dem inneren Kind (als Gruppenworkshop)

- Termin wird noch bekannt gegeben -

Birgit Köth

Anmeldung/ Infos über mich: mail@praxispfaffenzeller.de

Weitere Kurse durch ausgebildete A.R.T.ler sind in Planung.

WO?

weiterhin in den gewohnten Räumlichkeiten:

Praxis im Riedweg 49, Ulm