



# Newsletter Oktober

## ÜBERBLICK

WAS	WANN	WO	WIE(VIEL)
<b>Selbstwert-Workshop</b>	8. November	Riedweg 49, Ulm	Eur 130,- <a href="mailto:mail@praxispfaffenzeller.de">mail@praxispfaffenzeller.de</a>
<b>GFK-Übungsabend</b>	11. November	Riedweg 49, Ulm	Eur 10,- <a href="mailto:mail@praxispfaffenzeller.de">mail@praxispfaffenzeller.de</a>
<b>Vortrag</b> „Körpergedächtnis aus der Kindheit“	12. November	FBS, Sattlergasse 6, Ulm	Eur 18,- Anmeldung und Bezahlung über die FBS: <a href="mailto:anmeldung@fbs.ulm.de">anmeldung@fbs.ulm.de</a>
<b>Vortrag</b> „Du bist was Du DENKST“	19. November	FBS, Sattlergasse 6, Ulm	Eur 18,- Anmeldung und Bezahlung über die FBS: <a href="mailto:anmeldung@fbs.ulm.de">anmeldung@fbs.ulm.de</a>
<b>Aufstellungs- abend</b>	28. November	Riedweg 49, Ulm	Eur 20,- <a href="mailto:mail@praxispfaffenzeller.de">mail@praxispfaffenzeller.de</a>

\* 17.-27.10. bin ich in Urlaub \*

## VORSCHAU

<b>GFK-Übungsabend</b> je Di von 17.30 - 19.30 02.12. ( <i>verschoben!</i> )	<b>Aufstellungsabend</b> je Fr ab 18 Uhr 16.01.'15	<b>GFK-Praxistag</b> Sa 9-20 Uhr 29. 11.
--	--	--



## Erkenntnisse aus der Praxis

### **Gute Grenzen, gute Beziehung!**

P wollte in ihrer Beziehung zu sich stehen und sich frei leben können anstatt mit Verlustängsten und Eifersucht kämpfen zu müssen.

In der Aufstellung zeigte sich, dass P sich auf ihrem eigenen Platz traurig fühlt. Dagegen empfand sie den Platz im Leben ihres Partners viel geborgener und fühlt sich dort gesehener als in ihrem eigenen Leben.

Interessanterweise fand dann folgende Dynamik statt: der Partner wendete sich von P ab und entfernte sich: „ich kann das nicht ertragen, das ist mir zu eng“.

P's Traurigkeit stellte sich wieder ein und sie erkannte: „genau das kenne ich! Das passiert immer wieder“ Darauf gründen sich Eifersucht und Verlustängste!

Ein typischer Nähe-Distanz-Konflikt!

P will ihrem Partner ganz nahe sein, geht in Symbiose mit ihm, woraufhin er sich entfernt und P resigniert.

Diese Erkenntnis gab P die Entschlusskraft ihren eigenen Platz in ihrem Leben wieder einzunehmen.

Wie eine Kettenreaktion schloss sich die nächste Erkenntnis an: auf dem Platz von ihrem Partner war P nicht sie selbst (sondern mehr wie ihr Partner). Auf ihrem eigenen Platz fand sie ihre Selbstsicherheit und ihre Weiblichkeit wieder. Die Traurigkeit war verschwunden und stattdessen war P erfüllt von Begeisterung sich selbst gegenüber!

Dynamisch näherte sich ihr Partner an, angezogen von ihrer neuen/ wiedergefundenen Attraktivität und Weiblichkeit!

Eine Zuschauerin sagte danach: „es war so schön zu sehen, wie sie sich selbst gefunden hat!“

Herzliche Grüße,  
Eure Petra

Petra Pfaffenzeller  
Heilpraktikerin



## Selbstwert (Workshop)

**Sa., 08.11. 9-19 Uhr**

Kosten: Eur 130,-

Ort: Praxis im Riedweg 49, 89081 Ulm

**Ziel: zu sich selbst (der wertvoller Mensch) stehen können**

**Themen:**

- klares, starkes und offenes Auftreten
- (mutig) das freie Selbst annehmen und leben
- das verletzte Innere sehen und beschützen
- sich von Unterdrückung abgrenzen
- wo lebe ich unbewusst Strategien wie:  
Vergleichen, Selbstabwertung (Tadel), Aufwertung (Lob), Strafen, Entzug, etc.
- wertschätzender und aufrichtiger Austausch mit sich selbst (und folglich mit anderen)

**Anmeldung:** 0177-3267278 oder [mail@praxispfaffenzeller.de](mailto:mail@praxispfaffenzeller.de)

## GFK-Übungsabend

**Di., 11.11. 17.30 - 19.30 Uhr**

Im Riedweg 49, Ulm, Kosten: Eur 10,-

Voraussetzung: Kenntnis über die 4-Schritte

**Willkommen im Giraffencafé**

wir üben GFK ☺

**Anmeldung:** 0177-3267278 oder [mail@praxispfaffenzeller.de](mailto:mail@praxispfaffenzeller.de)

Petra Pfaffenzeller  
Heilpraktikerin



## Vortrag „Körpergedächtnis aus der Kindheit“

**Mi., 12.11. 19-21.30 Uhr**

Kosten: Eur 18,- ; Ort: Familienbildungsstätte, Sattlergasse 6, Ulm

**Wenn kindliche Emotionen das Ruder übernehmen.**

Wie kann ich meinem inneren Kind Frieden geben?

**Anmeldung und Bezahlung über die FBS: [anmeldung@fbs.ulm.de](mailto:anmeldung@fbs.ulm.de)**

## Vortrag „Du bist was Du DENKST“

**Mi., 19.11. 19-21.30 Uhr**

Kosten: Eur 18,- ; Ort: Familienbildungsstätte, Sattlergasse 6, Ulm

**neue Denkrichtungen für ein "neues" Leben**

und warum das alte Denkmuster mal ganz berechtigt war!

**Anmeldung und Bezahlung über die FBS: [anmeldung@fbs.ulm.de](mailto:anmeldung@fbs.ulm.de)**

## Aufstellungs-Abend

**Fr., 28.11. 18-21 Uhr**

Kosten: Eur 20,-

Ort: Praxis im Riedweg 49, 89081 Ulm

**offener Abend!** ...zum schnuppern und um Lösungen zu finden!

**experimenteller Parcours** (zur Selbsterfahrung) zum Thema: ‚Naturgeister‘

**Meer** – Wasser – Mutter – Weiblichkeit

**Sonne**– Feuer – Vater – Männlichkeit

**Wald** – Holz – Familie – Veränderung

**Berg** – Metall/Erde – Ich – Stabilität

**und eine Aufstellung** zum eigenen individuellen Thema, nach **Punktesystem**.

**Anmeldung:** 0177-3267278 oder [mail@praxispfaffenzeller.de](mailto:mail@praxispfaffenzeller.de)