



# Systemische Familienaufstellung

## Was wäre, wenn ...

... ab morgen alles anders wäre?

Mal angenommen, Sie wären ab morgen *glücklich, zufrieden, unabhängig* und könnten Ihr ganzes *Potential endlich entfalten!*

Wäre das für Sie Motivation, um **HEUTE** eine Entscheidung für sich selbst zu treffen?

Dann freue ich mich auf Ihre Anmeldung.

Fragen Sie sich jetzt: „*Wie soll das denn gehen – glücklich, zufrieden, unabhängig ....?*“

Es beginnt stets mit dem „ersten Schritt“! – Mit **IHREM** ersten Schritt ...

## ICH bin für Sie da!

Ihre Entscheidung für ein besseres Leben steht fest und Sie fragen sich, warum ich die richtige Ansprechpartnerin für Sie bin?

Nun, vielleicht weil ich aus eigener Erfahrung weiß, wie Sie sich fühlen, welche Hürden Ihnen im Weg stehen und wie Sie die Motivation für ein energiegeladenes Leben finden können.

Hinter all meinen Aussagen und Praxisangeboten stehen natürlich nicht nur eigene *Erfahrungen*, sondern selbstverständlich *fundierte Fachkenntnisse*.

Seit 2005 mit Leib und Seele als Heilpraktikerin und Psychologische Beraterin in eigener Praxis tätig, garantieren *zahlreiche Ausbildungen* sowie *ständige Weiterbildungen* meine stets aktuellen *Fachkompetenzen*.

Als energiegeladener und offener Mensch stecke ich Sie gerne mit meiner Motivation und Leidenschaft an, fokussiere und begeistere – in jeder Sekunde unserer gemeinsamen Zeit.

Gleichwohl habe ich als empathischer Mensch die Fähigkeiten und Bereitschaft, emotional stark belastenden Gefühlen Zeit und Raum zu geben sowie die heilende Trauer zuzulassen.

## *Was hat Sie bislang gehindert, glücklich zu sein und Ihr ganzes Potenzial zu entfalten?*

Gemeinsam finden wir Lösungen oder Wege, wie Sie im hier und jetzt zufrieden sein können - eine Basis für ein kraftvolles und gesundes ICH.

Mit meiner geballten Motivation werde ich diesen Weg gemeinsam mit Ihnen gehen. Überforderung ausgeschlossen.

**SIE gehen** mit meiner Unterstützung *in IHRER eigenen Geschwindigkeit voran!*

Kurz- oder längerfristige Begleitung auf Wunsch möglich – Sie werden nicht alleine gelassen!



## Was ist System- oder Familien -Aufstellung?

Innerhalb der Familie gibt es feststehende Regeln. So hat jeder seinen Platz in dem Gefüge. Wenn jemand eine andere Stellung ausfüllt als ihm zusteht, so sind die Regeln auf den Kopf gestellt und das System funktioniert nicht reibungslos. Oder wenn man für einen Anderen Aufgaben oder Schuld übernimmt hat dies Auswirkungen auf das System.

Wir werden nicht nur durch unser aktuelles Familiensystem beeinflusst, sondern auch durch unsere Herkunftsfamilie und vorherige Generationen. In diese Systeme sind wir eingebunden und diese wirken auf uns. Dabei sind wir nicht selten verstrickt in unerledigte Geschichten aus der Vergangenheit die zusammenhängen können mit Schuld, Scham, schweren Schicksalen, unnatürlichen Toden usw.

*Unbewusste Verstrickungen binden oft unsere eigene Kraft für ein zufriedenes, erfülltes Leben!*

## Vielleicht kennen Sie das auch?

- ☞ Es treten immer wieder ähnliche Probleme und Konflikte in Familie, Partnerschaften, Beziehungen oder im Beruf auf.
- ☞ Sie fühlen sich öfters weder zugehörig noch verbunden, möchte wissen, welche Rolle Sie als Kind in der eigenen Herkunftsfamilie spielen und welche Gefühle wirklich Ihre eigenen sind.
- ☞ Schmerzhaftes Krisen in und mit gescheiterten Beziehungen wollen bewältigt werden.
- ☞ Der Verlust eines Partners durch Unfall, Krankheit, Tod braucht Raum, Trauer und vor allem einen guten, friedlichen Abschied, denn Ihr Leben geht weiter.
- ☞ Auch Abhängigkeiten, Süchte, Gewalt, chronische Krankheiten, finanzielle Engpässe, selbstschädigendes Verhalten können mit unbewussten Verstrickungen zusammenhängen.
- ☞ Familien- oder System-Aufstellungen werden außerdem sehr gerne für berufliche oder private Neuorientierung bzw. Perspektivenwechsel genutzt.
- ☞ Ganz gleich, ob es sich um einen Stellenwechsel oder um einen Umzug in eine andere Stadt handelt. Systemische Aufstellungen können Klarheiten schaffen.

In jedem Leben gibt es Höhen und Tiefen, angenehme und weniger angenehme Erfahrungen oder Erlebnisse. Das ist weder unfair noch ungerecht, das ist das Leben. Doch jedes Hindernis, jeder Fehlschlag ist eine Aufforderung an einem selbst, nach neuen Möglichkeiten zu suchen, die eigene Fantasie und Kreativität weiter zu entwickeln, den eigenen Lebensmut zu stärken.

Gerade dann, wenn es unbequem wird, wenn Dinge nicht nach Plan laufen, sind wir aufgefordert, zu lernen und zu wachsen. Das Selbstvertrauen in sich und seinen Fähigkeiten zu stärken. An sich und die machbaren Erfolge zu glauben, um handeln zu können, wo vorher scheinbar (noch) nichts möglich gewesen wäre.



## Wie ist der Ablauf einer Aufstellung?

In einer Familienaufstellung stellen Sie Ihr inneres Bild von Ihrer Familie bzw. Ihrem aktuellen Thema durch Stellvertreter im Raum nach. Sie nennen ein Anliegen, das Sie zu mir führt. Es kann ein aktuelles Thema sein, eine private/berufliche Entscheidung mit der Sie sich schwer tun, ein Konflikt in Ihrer Partnerschaft oder mit Ihren Kindern oder etwas, was sie schon ihr ganzes Leben begleitet und Ihnen kostbare Lebensenergie raubt.

Sie werden von mir angeleitet und suchen unter den Seminarteilnehmern die Stellvertreter für sich, für Ihre Familie bzw. Ihr Anliegen aus, welche sie dann ohne weitere Erklärungen spontan im Raum aufstellen. Sie dürfen sich dann alles erst einmal als „Zuschauer/In“ von außen mit ansehen. Dieses erste Bild kann schon sehr viel über die Beziehungen der einzelnen Familienmitglieder bzw. des Systems zueinander aufzeigen. Stehen die einzelnen Personen sehr, vielleicht sogar zu eng beieinander? Schauen alle in verschiedene Richtungen, sind total abgewandt? Oder schauen vielleicht alle auf einen einzigen Punkt oder auf den Boden? Wer steht bei wem?

Sind gute Positionen für alle Beteiligten gefunden, werden auch Sie aktiv mit eingebunden.

Bei allen Aufstellungen wird nun ein Phänomen deutlich, welches immer wieder verblüfft und tief beeindruckt: Sobald die Stellvertreter in ihren Rollen stehen, wird jeder Einzelne ein Teil dieses – für ihn unbekanntes (!) - Systems. Die Stellvertreter "übernehmen" die Gefühle der Personen, die sie vertreten. Es wird deutlich, dass es hier Verbindungen gibt, die wir derzeit nur zum Teil und daher völlig unzureichend wissenschaftlich erklären können.

Auf jeden Fall zeigt es sich bei Aufstellungen immer wieder, dass die Stellvertreter in ihren Rollen genauso fühlen wie die Personen, für die sie stehen. Oftmals drückt sich das sogar in den gleichen Worten aus, die von den aufzustellenden Personen im realen Leben genauso ausgewählt werden. Natürlich ist das bei gebräuchlichen Redewendungen nichts Besonderes, jedoch sind die Worte oft so spezifisch, die vom Stellvertreter in dieser Art und Weise nicht gewählt würden, dass hier im Grunde genommen nicht mehr von Zufall gesprochen werden kann.



## Was erreicht man mit einer System- oder Familienaufstellung?

Angestrebtes Ziel einer Familienaufstellung ist es, dass jedes Familienmitglied bzw. jeder Teil eines Systems (z. B. auch ein berufliches Arbeitsteam) den Platz im System findet, an dem es sich wohl fühlt, so dass es am Ende einer Aufstellung allen Beteiligten gut geht.

Wenn dies in seltenen Fällen nicht gelingt, so kann dennoch in der Seele des Betroffenen so viel angestoßen werden, dass das, was in einer Aufstellung sichtbar und auf den Weg gebracht wurde, in der Familie zum Guten weiterwirken kann. Auf dem Weg zur Lösung sind manchmal Zwischenschritte nötig. Wichtig ist, wie sich die Stellvertreter auf ihren jeweiligen Plätzen fühlen und dass eine gewisse Ordnung im System besteht.

Dies bedeutet, dass vorherige Personen im System Vorrang haben und geachtet werden müssen. Man kann sich dies bildlich wie bei einem Stammbaum vorstellen: Kinder kommen in dieser Ordnung nach (!) ihren Eltern, dürfen klein sein und von den Eltern nehmen, denn in einem gesunden, gut funktionierenden System sind die Eltern die Gebenden und nicht die Kinder. Eigentlich klingt dies selbstverständlich und doch kann es sein, dass Eltern z. B. durch ein eigenes schweres Schicksal ihrer Aufgabe nicht gewachsen sind. Dann können die Kinder gar nicht anders, als ihren Eltern zu helfen und im Extremfall deren Rolle einzunehmen oder fühlen sich gar als Partnerersatz.

Kinder tun dies aus tiefer Liebe zu ihren Eltern und auch um selbst überlebensfähig zu sein. In der Regel bleibt so ein Muster ein Leben lang mehr oder weniger erhalten. Dies führt entweder dazu, dass die längst erwachsenen Kinder in einer kindlichen Liebe an den Eltern hängen, dadurch nicht frei sind für ihr eigenes Leben, für ihre eigene Partnerschaft und Familie. Oder sie wenden sich irgendwann verbittert ab und sind dann durch den Groll weiterhin auf ungute Weise an ihre Eltern gebunden.

Ein weiterer wichtiger Punkt sind Familienmitglieder, die ausgeschlossen wurden. Familienmitglieder die vielleicht etwas sehr Schlimmes getan haben, früh verstorben sind, abgetrieben wurden oder ein anderes schweres Schicksal zu tragen hatten. Für den Rest des Familien-Systems war dies scheinbar nicht zu ertragen, es wurde einfach ausgeklammert und war somit nicht mehr existent. Jedoch zeigt sich immer wieder, dass ein Familiensystem dies auf Dauer nicht aushält.

Es gibt so etwas wie eine Familienseele, die dafür sorgt, dass kein Familienmitglied vergessen oder ausgeschlossen wird. Geschieht dies doch, so verhält sich oft ein Nachfolgender so wie dieses vergessene Familienmitglied. Er folgt unter Umständen im Verhalten des vergessenen Familienmitgliedes nach, macht so lange Schwierigkeiten, bis irgendjemand aufmerksam wird, hinschaut und diese Person als Mitglied der Familie endlich gesehen und gewürdigt wird.



### Sehr bedeutsame Form der Aufarbeitung

Unser aller Verhalten kommt letztendlich aus einer sehr tiefen Bindungsliebe heraus, die alles tut, um die Zugehörigkeit zum System der Familie nicht zu verlieren. Einerseits geschieht das aus eigenem Selbsterhaltungstrieb, andererseits möchte unsere Seele alles zum Guten und Liebevollen wenden.

In den Aufstellungen geht es schließlich darum, den Punkt zu finden, an welchem der Fluss der Liebe unterbrochen wurde. Dies ist der Punkt, an dem sich in der Aufstellung die Energie sehr deutlich spürbar sammelt.

Immer wieder ist es tief bewegend, wie viel Liebe sich hinter scheinbarer Härte verbirgt. Oder das Aufatmen, wenn eine zerrissene Familie zusammenfindet. Wie befreiend, wenn geschiedene Partner sich gegenseitig endlich so würdigen und dadurch lösen können, im Bewusstsein, für ihre Kinder gemeinsam die Eltern zu bleiben sowie die neuen Partnerschaften des anderen anerkennen, um selbst wieder friedliche Partnerschaften eingehen zu können.

Im Grunde genommen werden bei Familienaufstellungen durchaus auch Lebensübergänge nachträglich durch kleine Rituale gewürdigt. Nicht gelebte Trauer oder versäumter Abschied wird nachgeholt. Wenn wir anerkennen und würdigen was ist, setzen sich Entwicklungsprozesse und Selbstheilungskräfte in Gang, wird Energie freigesetzt, die bisher gebunden war. Damit werden wir frei für unser eigenes Leben und können unsere sichtbar gemachten Ressourcen für unseren Alltag umsetzbar machen.



## Großer Zuspruch in einer Zeit der Individualisierung!?

Es wird in Familienaufstellungen sehr deutlich und anerkannt, dass wir bei weitem nicht so frei und ungebunden sind, wie wir uns das in der heutigen Zeit gerne selbst vorstellen. In einer Zeit der zunehmenden Individualisierung und sogenannten Eigenständigkeit.

Auf heilsame Weise wird deutlich, WIE wichtig manche Ordnungen und Bindungen wirklich sind. Werden abgelehnte Bindungen wieder anerkannt oder sich scheinbar unüberwindliche Konflikte aufgelöst, kann die Seele heil werden – was letztlich auch unsere Kinder zur Ruhe kommen lässt. Somit kann die Familie wieder zu einer Quelle der Kraft und Liebe werden. Und was in Familienaufstellungen gelöst wird, das müssen unsere Kinder nicht mehr weiter tragen in nächste Generationen. Für unser eigenes Leben sind wir erst dann frei und ein innerer Frieden kann einkehren.

Systemische Aufstellungen sind hilfreich zu allen Fragen des menschlichen Miteinanders, auch zu beruflichen Themen, für Teams, Firmen und Institutionen.

Eine Aufstellung lässt sich letztlich nur schwer beschreiben. Die Wirkung muss man an sich selbst erleben. In einer eigenen Aufstellung oder auch als Stellvertreter für andere Seminarteilnehmer. Denn auch als Stellvertreter können Sie tief eintauchen in den Geist dieser Arbeit und können sehr wertvolle Erfahrungen für sich selbst machen.

Ich freue mich, Sie auf Ihrer spannenden Reise begleiten zu dürfen.

Ihre

*Piroška Belz*





## Aufstellungs-Wochenende im Juni 2015:

### Termin:

Samstag, den 13.06.2015 von 11.00 Uhr bis ca. 20.00 Uhr und  
Sonntag, den 14.06.2015 von 11.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr  
Dazwischen werden eine Mittagspause und kleinere Pausen stattfinden.

### Veranstaltungsort:

Naturheilpraxis Piroska Belz  
Habelstr. 22 :: 60439 Frankfurt-Heddernheim  
Tel.: 069-758 44644  
Mail: [info@naturheilpraxis-belz.de](mailto:info@naturheilpraxis-belz.de)

**Jetzt anmelden!**

### Kosten:

170 Euro für Aufsteller mit eigenem Thema  
50 Euro für Beobachter und Mitaufsteller ohne eigenes Thema

***Eine schriftliche Voranmeldung ist erforderlich und verbindlich.***

### Voranmeldungen möglich für folgende Wochenendtermine:

Juli 2015: Samstag + Sonntag, 11. + 12.07.2015  
September 2015: Samstag + Sonntag, 12. + 13.09.2015  
Oktober 2015: Samstag + Sonntag, 10. + 11.10.2015  
November 2015: Samstag + Sonntag, 21. + 22.11.2015

Das Familienstellen findet in einer geschlossenen Gruppe mit 10-16 Personen statt.

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 16 Personen beschränkt.

Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 10 Personen.

Bei mehr als 16 Anmeldungen wird eine Warteliste geführt und Sie werden informiert, sobald ein Platz frei werden sollte.

Die Teilnahmegebühr ist spätestens am ersten Tag vor Beginn des Aufstellungs-Wochenendes fällig. Bei kurzfristigen Absagen, ab 8 Tage vor dem Aufstellungstermin, muß die Teilnahmegebühr in voller Höhe bezahlt werden, es sei denn, der Platz kann durch einen neuen Teilnehmer besetzt werden.

Damit der pünktliche Beginn der Aufstellungen gesichert ist, bitte ich um rechtzeitige Ankunft sowie zeitgerechte Berücksichtigung, wenn die Gebühren vorher noch bezahlt werden müssen.

Auf Wunsch können Beobachter und Mitaufsteller kurzfristig doch noch ihr eigenes Thema aufstellen, falls dies in den zeitlichen Rahmen passt.

Es wird dann eine Zuzahlung von 120 Euro fällig, die zum Aufstellungs-Wochenende mitzubringen ist.

Um den Schutz und die Privatsphäre eines jeden Teilnehmers zu wahren, verpflichtet sich jeder Anwesende und Teilnehmende zum Stillschweigen.

Insbesondere werden keine personenbezogenen Namen, Daten, Fakten ohne Erlaubnis des Betroffenen an Dritte bzw. Außenstehende weitergegeben.

Aus Datenschutzgründen werden von mir keinerlei Daten/Adressen von/an Teilnehmer weitergeleitet, d. h. wenn die Teilnehmer gegenseitig Kontaktdaten austauschen möchten, sollte dies im Laufe des Aufstellungs-Wochenendes eigenständig geschehen.

Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken, Getränke und Verpflegung selbst mitbringen.  
Wasserkocher, Gläser, Geschirr und Besteck ist vorhanden.