

# Aufstellungsseminar Lebensstark

---

29.08.2020 von 10-18 Uhr

Tagungshaus Lebensbogen

Auf dem Dörnberg 13

34289 Zierenberg

Treffen bis spätestens 9.45 Uhr

Raum Topas in der 1. Etage,  
nach dem Eingang rechts



# Termine 2020

---

Sa, 15.02.2020

Sa, 25.04.2020

Sa, 20.06.2020

Sa, 29.08.2020

Sa, 17.10.2020

Sa, 28.11.2020





# Was ist eigentlich eine Aufstellung?

Eine Aufstellung ist eine psychotherapeutische Methode, die als wesentlicher Teil der systemischen Therapie, seit 2008 als offizielles Psychotherapieverfahren anerkannt ist.

Dennoch geht die Methode über die systemische Arbeit hinaus. Im Wesentlichen geht es beim Familienstellen geht es um das Sichtbarmachen von unseren Beziehungen. Mit Hilfe von Stellvertretern haben wir die Möglichkeit, das in der Tiefe wirkende „Seelenbild“ unseres Systems abzubilden. Das Bewusstwerden von Zusammenhängen hilft, einen erweiterten Blick auf unser Leben zu bekommen.

Vor jeder Aufstellung folgt ein Anamnesegespräch mit dem Aufstellungsleiter. Positioniert im Raum beginnt das faszinierende und teilweise noch nicht ganz wissenschaftlich erklärte Phänomen. Die Stellvertreter\*innen spüren ganz genau die Gefühle der Personen, die sie repräsentieren. Es kommen die Dynamiken ans Licht, die unser Leben und unsere Beziehungen unbewusst mitgestalten und zum Teil schicksalhaft beeinflussen. Bleiben die aufgestellten Personen absichtslos und im Gespür für den gegenwärtigen Moment, werden sie erfasst von einer tiefen inneren Bewegung, in der sich vergessene, verdrängte, konflikthafte Ereignisse des aufgestellten Systems auszudrücken und zu lösen versuchen.

Das Anliegen des Klienten wird mit eventuell mit unterstützenden Interventionen des Therapeuten zu einer möglichen heilsamen Lösung gebracht. Es bedarf keiner Voraussetzungen, diese Form ist für jeden ohne speziellen Fähigkeiten geeignet, der offen ist.





# Wobei kann eine Aufstellung helfen?

Eine Aufstellung kann helfen, Klarheit zu finden und liefert häufig wichtige Erkenntnisse, um Entscheidungen zu treffen oder sinnvolle Handlungsstrategien festzulegen. Meistens tritt große Erleichterung und ein Gefühl der Befreiung ein, so dass man neue Kraft für die Verwirklichung seiner Ziele schöpfen kann. Man kann verschiedene Traumata bearbeiten, Beziehungen zu klären, Konflikte lösen, und seinem Leben eine neue Ausrichtung geben.

Einige Fragen können mit Aufstellungen beantwortet werden, zum Beispiel:

Warum passiert mir immer dasselbe?

Warum finde ich keinen Partner?

Warum kann ich einfach nicht glücklich werden?

Weiterhin kann man auch Hintergründe für Krankheiten, Geldproblematiken und Verstrickungen aufdecken. Kurzum: Heil werden, bei sich ankommen, Schicksalsschläge überwinden und Lösung im Einklang erleben.

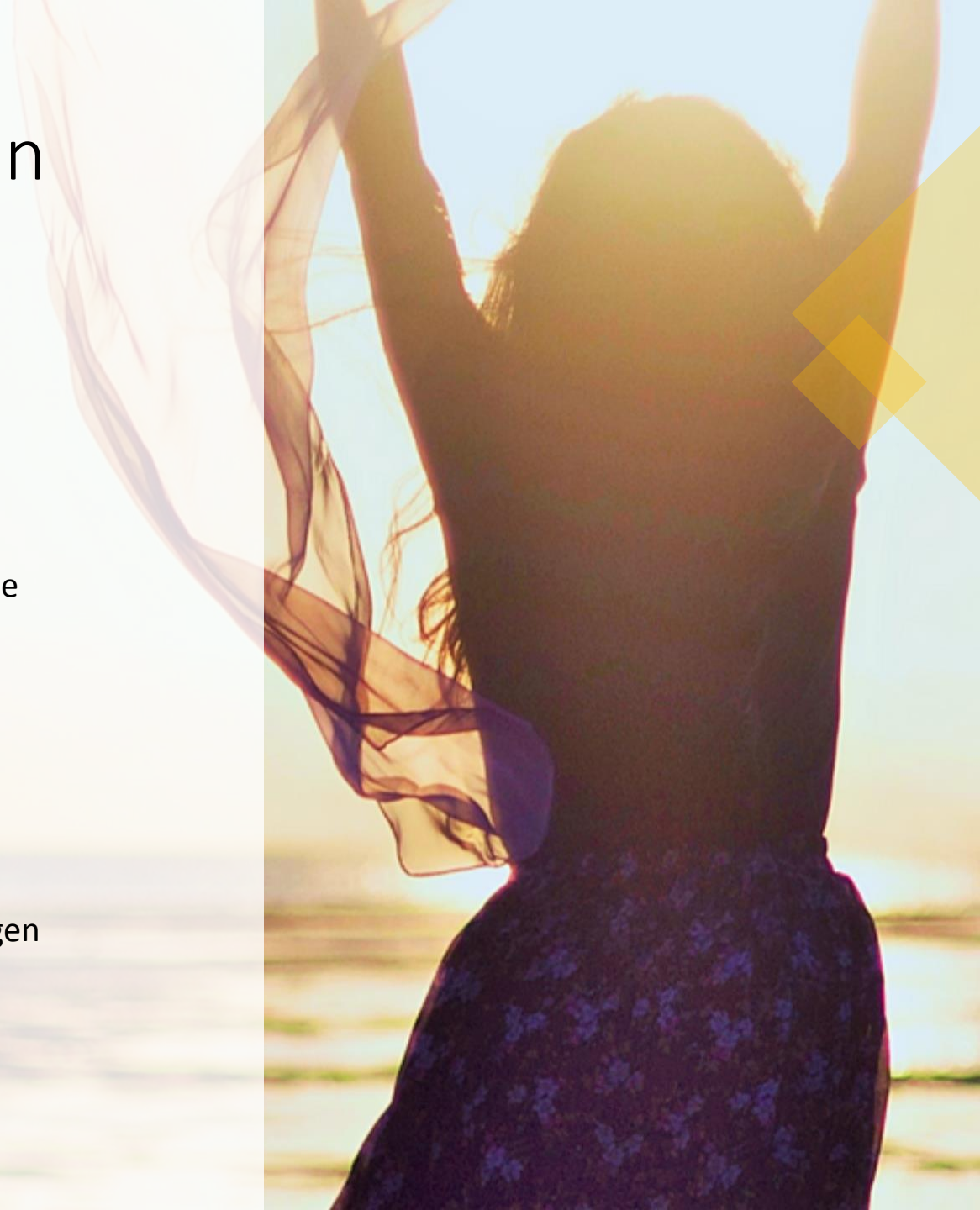
Dabei begleite ich dich mit meinem fundierten Fachwissen und verantwortungsvollem Vorgehen aus über 20 Aus-, Fort- und Weiterbildungen aus dem methodisch-didaktischem, psychologischen und psychotherapeutischen Bereich und mit besonderem Einfühlungsvermögen.

Ich achte besonders darauf, dass dein Anliegen, dass das, was du möchtest, im Fokus steht und behandelt wird, nichts anderes. Mit deinem Vertrauen und Offenheit gegenüber der Methodik zeige ich dir behutsam die Lösungsansätze für deinen Weg der Heilung und gebe dir Sicherheit und Halt. Auch kannst du gerne beim Seminar erst einmal als passiver Teilnehmer beim Lösungsprozess der anderen dabei sein und den Tag ohne eigenes Anliegen erleben.



# Mögliche Themen können sein

- Versöhnung mit sich selbst, Familie, Partnern, Kollegen
- Probleme in Familie, Partnerschaft, am Arbeitsplatz
- Schwerwiegendem Ereignis, Hürden, Hemmnisse, Ängsten
- Scheitern, Schwere, Last, grundlose Traurigkeit, Depression, Sinnsuche
- Bei dem Gefühl, immer auf der Suche zu sein, Unruhe, Rastlosigkeit, Heimatlosigkeit
- Sinn- und Lebensfragen
- Klärung von Krankheitssymptomen
- Schwangerschaftsabbrüchen, Kinderwunsch, Probleme mit Kindern
- Neuen Lebens- oder Berufszielen, finanzielle Schwierigkeiten, wichtigen Entscheidungen
- Supervision im Team, Klärung und Optimierung von Prozess- und Vertriebsabläufen
- In der Regel gibt es nichts, was man nicht aufstellen kann





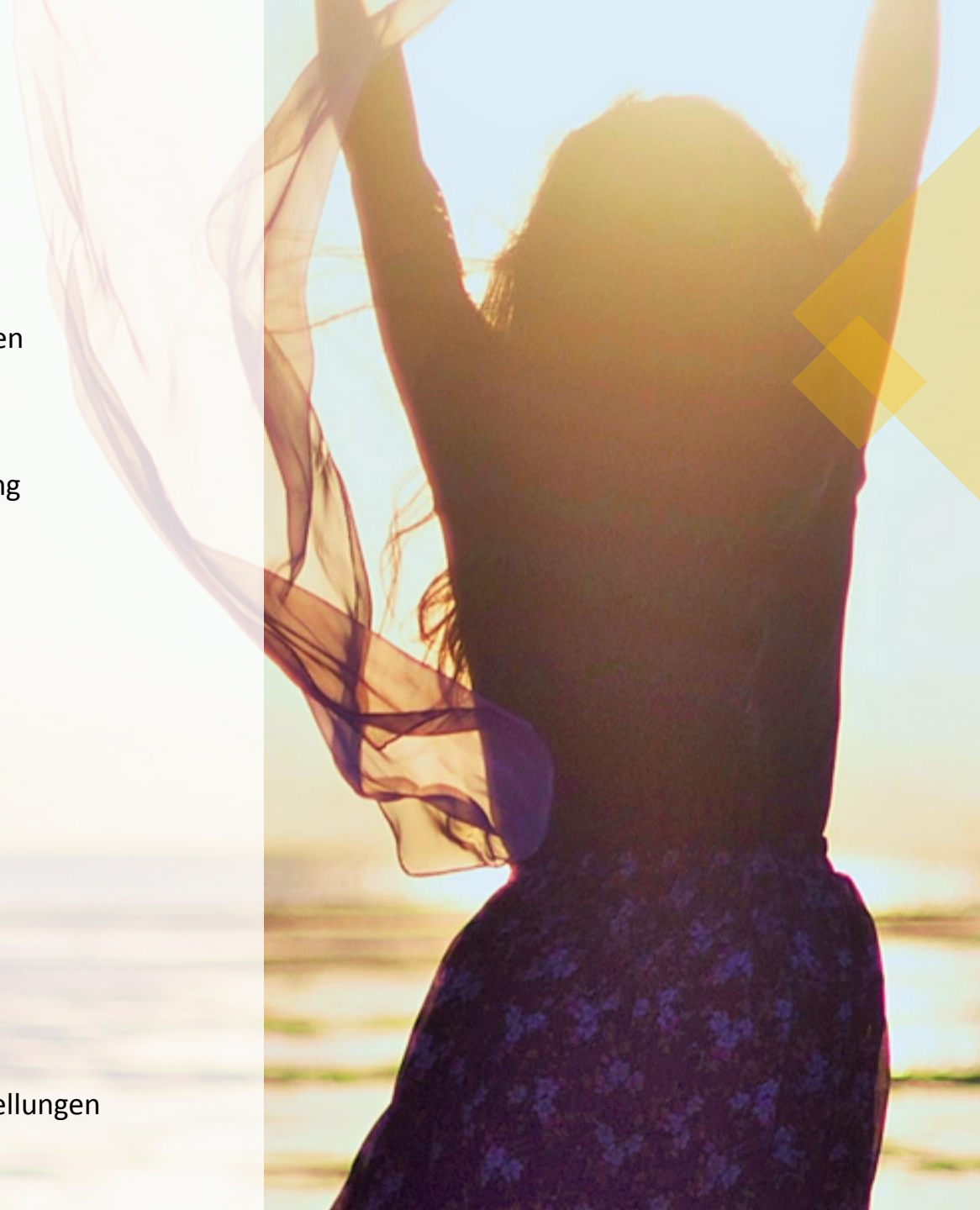
# Arbeitsweise

- Ich habe alle meine Aus- und Fortbildungen bei Harald Homberger absolviert. Er ist Lehrtherapeut und anerkannter Ausbilder der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS), Mitglied der Psychotherapeutenkammer und Gründer der "Schule des Schauens" - Familienstellen und Aufstellungsarbeit im Geiste west-östlicher Weisheit e.V..
- Alle weiteren Gastdozenten waren wie er offizielle Psychotherapeuten und mit gleichen Qualifikationen ausgebildet bzw. offiziell anerkannt
- Seit dem Jahr 2015 bin ich fertig ausgebildet und absolviere jährlich weiterhin diverse Fortbildungen
- Ich selbst habe das allergrößte Vertrauen in diese Methode und stelle selbst regelmäßig meine Themen mit meinen Ausbildern und Kollegen auf
- Ich distanzieren mich ganz klar von der Art und Weise der Aufstellungsarbeit nach Hellinger
- Meine Aufstellungen finden in der Regel offen, aber im Schweigen statt. Ich biete zum Schluss meistens Lösungssätze an
- Ich halte mich strikt an das Anliegen meines Klienten, maßgeblich für die Aufstellung ist sein Wunsch und für mich die Absichtslosigkeit
- Am schlimmsten finde ich Übergriffigkeit und wenn das nötige Feingefühl in Aufstellungen fehlt, daher verhindere ich aktiv ungefragtes Feedback und schaffe einen sicheren Raum mit Halt und Vertrauen für alle



# Aus- und Fortbildungen

- 2-jährige Grundausbildung/ Weiterbildung zur systemisch- phänomenologischen Aufstellerin
- Schülerin der Meditation
- Mitgliedschaft in der Schule des Schauens, halbjährliche Tagung und Fortbildung
- Fortbildung und Spezialisierung zu Trauma in der Aufstellungsarbeit
- Mitarbeit im Reflectingteam zur Aufstellungsarbeit
- Fortbildung und Spezialisierung zur Aufstellungsarbeit im Einzelsetting
- Jährliche Supervisionswoche zur Aufstellungsarbeit
- Fortbildung Aufstellungsarbeit mit dem Lebens-Integrations-Prozess
- Fortbildung und Spezialisierung zu Rituale in der Aufstellungsarbeit
- Fortbildung Umgang mit Trauer in der Aufstellungsarbeit
- Fortbildung Heilkreis
- Mitwirkung beim Forschungsprojekt zur Aufstellungsarbeit
- Fortbildung Trauma in der prä- und perinatalen Lebensphase
- Fortbildung Traumaspesifische Vorgehensweisen in Familien- und Systemaufstellungen





# Der Aufstellungstag

- Wir starten gemeinsam um 10 Uhr, der Raum ist ab 9.30 Uhr für dich geöffnet, bitte sei bis spätestens 9.45 Uhr da, damit du in Ruhe ankommen kannst
- Reguläres Ende ist in der Regel um 18 Uhr, je nachdem wie viele Teilnehmer und Anliegen es an dem Tag sind, kann es aber jedoch sein, dass wir früher enden oder ausnahmsweise länger zusammen sind. Bitte plane deine Abreise nicht vorher oder sprich mich an.
- Jeder sorgt gut und übernimmt Verantwortung für sich selbst, in dem er sich ggf. rechtzeitig vorher zum Übernachten im Tagungshaus anmeldet
- Die Gebühr beträgt für Teilnehmer mit eigenem Anliegen 140€ und als Stellvertreter 40 €

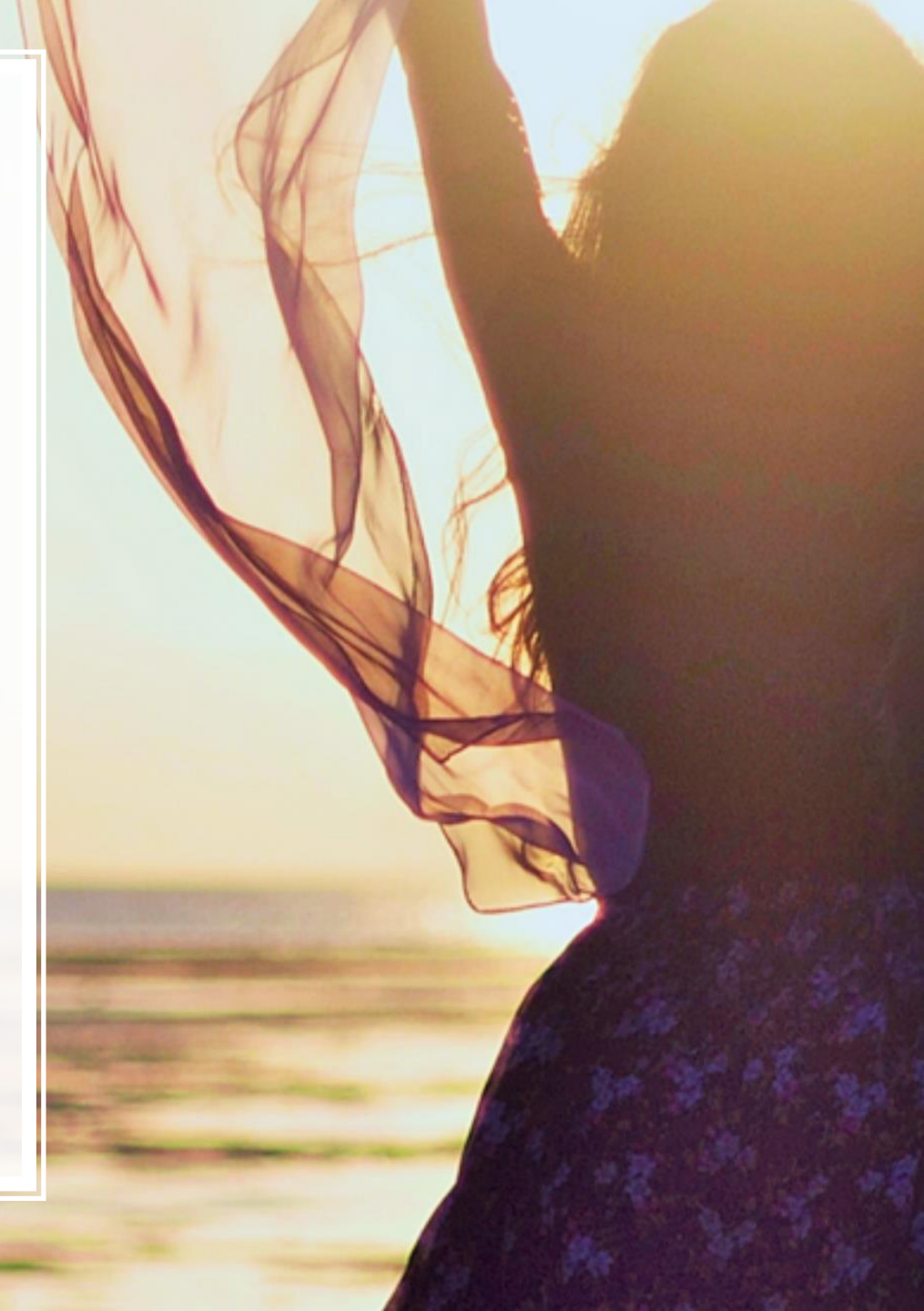
Eine Begleitperson deiner Wahl kann gerne mitkommen

- Bitte überweise den Betrag spätestens bis 1 Woche vorher auf folgendes Konto:
- Kontoinhaber: Franziska Weitzel    Targobank Düsseldorf
- IBAN: DE88300209003370121289    BIC: CMCIDEDD
- Du erhältst am Aufstellungstag eine gültige Seminarbescheinigung/Quittung



# Der Aufstellungstag

- Für das Mittagessen (Vor-, Haupt- und Nachspeise) fallen noch einmal 14€ vor Ort an. Bitte bringe den Betrag in bar und passend mit. Das Tagungshaus hat sich auf vegetarische/ vegane Vollkost in Bioqualität aus der Region spezialisiert. Hast du einen speziellen Wunsch, Unverträglichkeiten etc. wende dich bitte direkt ans Tagungshaus. Falls du nicht für das Mittagessen eingeplant werden möchtest, gib bitte Bescheid
- Dennoch kann die Aufstellung eines Anliegens nicht gewährleistet werden und es besteht auch kein Anspruch darauf
- Die Teilnahme liegt in der Verantwortung jedes Einzelnen
- Teilnehmer, die sich in einer ärztlichen Behandlung oder Therapie befinden, besprechen dies bitte vorab mit ihrem Therapeuten oder behandelnden Arzt. Anspruch auf Schadensersatz in Zusammenhang mit der Teilnahme, Aufstellung und Beratung besteht nicht. Wegen der Bestimmungen des Heilpraktikergesetzes wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Teilnahme an dem Aufstellungstag keinen Besuch beim Arzt, Therapeuten oder Heilpraktiker ersetzt.
- Die Anmeldung ist verbindlich, eine Abmeldung erfolgt bis spätestens 1 Woche vor Seminartermin, ansonsten ist die Gebühr trotzdem fällig
- Bei Fragen wende dich gerne direkt an mich, am besten per E-Mail: [fw@franziska-weitzel.de](mailto:fw@franziska-weitzel.de) und wenn es mal noch schneller gehen muss: 0173 69 25 777



# Der Tagesablauf

Meditation – Ankommen in der Stille

Gemeinsame Kennenlernrunde

Einführung in die Arbeit, Klärung von Fragen

Verschiedene Übungen zum Warmwerden

Aufstellungen

Mittagspause

Weitere Aufstellungen

Abschlussübungen

Abschlussmeditation

Abschlussrunde

Gemeinsames Ende

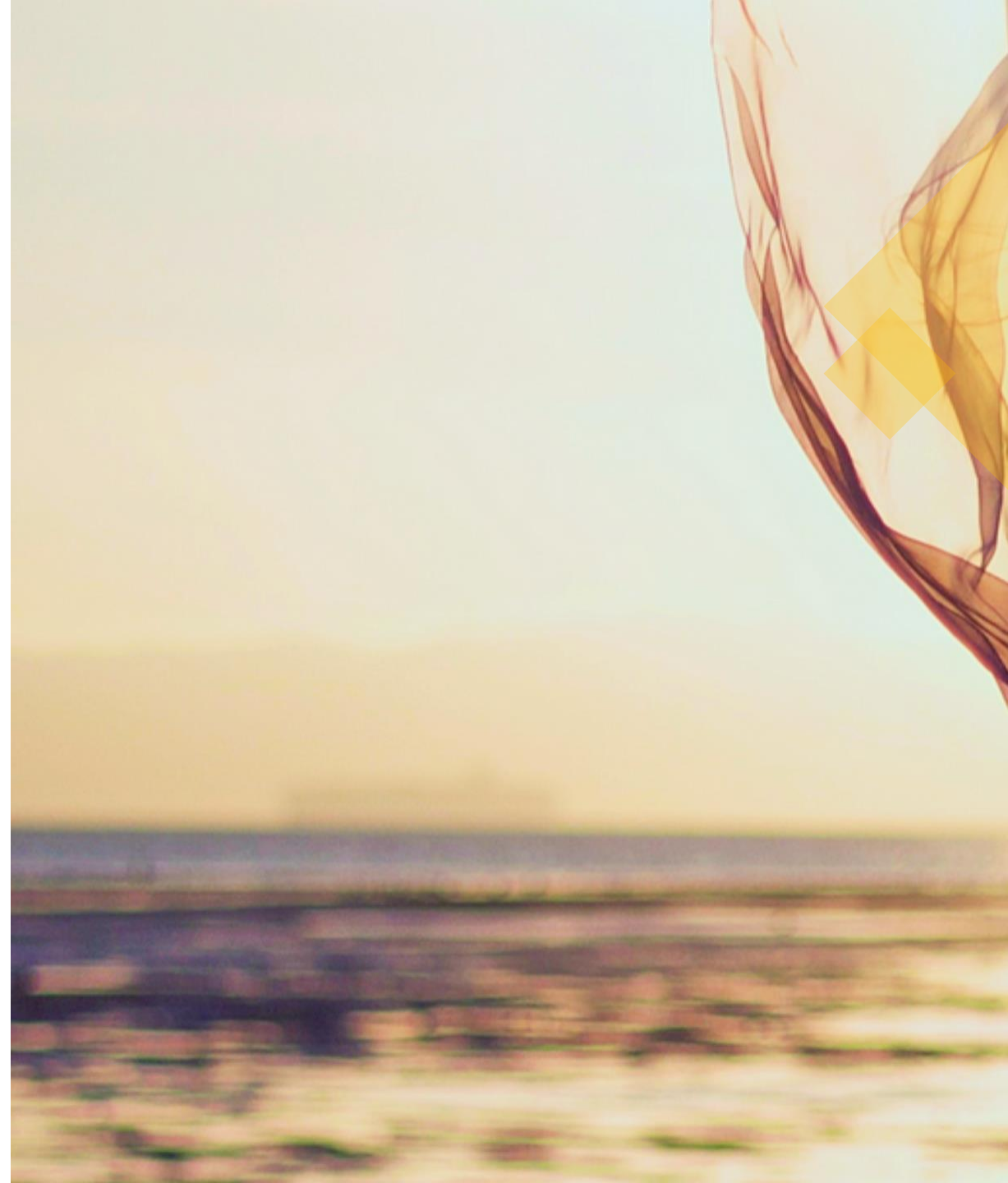




# Der heilsame Umgang

Jede Aufstellung ist eine hochsensible und zu schützende Bewegung, daher bitte ich um die Beachtung folgender Regeln:

- Jeder Teilnehmer erfährt und gibt Wertschätzung, Respekt und Achtung
- Wir duzen uns und begegnen uns auf Augenhöhe, es wird nicht beurteilt, bewertet oder verglichen
- Wir benötigen, gerade direkt nach einer Aufstellung, einen Schutzraum der Stille. Bitte sprich diese Personen, nach der Bearbeitung Ihres Anliegens, nicht einfach an. Wenn du ihnen dringend etwas mitteilen möchtest, dann bespreche das bitte mit mir
- Aufstellungsarbeit braucht Verschwiegenheit und Diskretion, alles was im Aufstellungsraum besprochen, erlebt und erfahren wird, bleibt dort und wird niemandem Dritten berichtet
- Hilfreich ist lockere, bequeme Kleidung
- Bitte Sorge gut für dich und dafür, dass du dich wohlfühlst
- Sämtliche Telefone sind ausgeschaltet. Der Aufstellungsraum wird nur mit Socken oder Hausschuhen betreten, Taschen, Schuhe, Getränke, Essen etc. bleiben im Vorraum
- Eine gute Haltung für den Tag besteht aus Vertrauen, Offenheit, Nicht helfen wollen, Aufmerksamkeit, Achtsamkeit, Geduld und Feinfühligkeit



# Vorbereitung

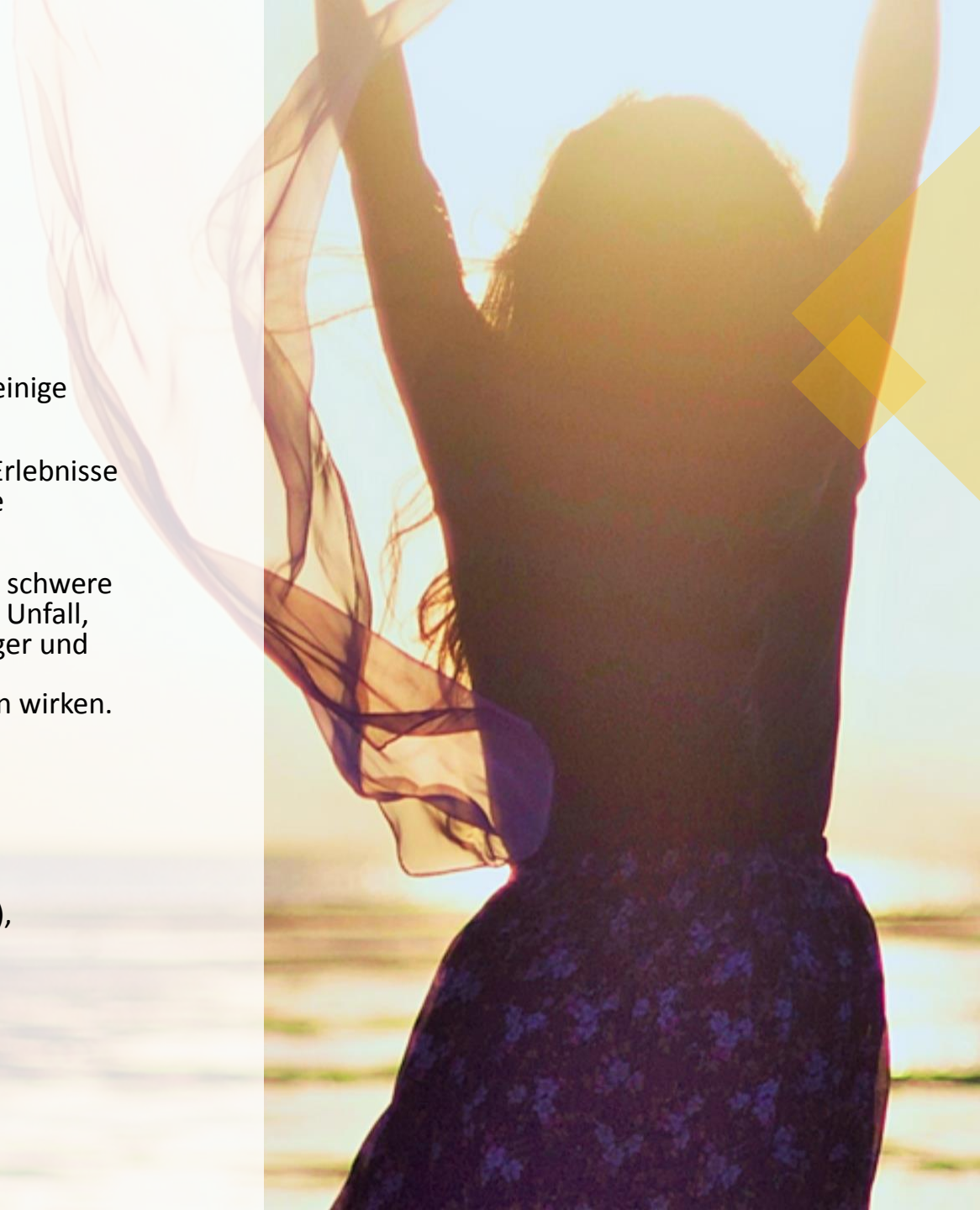
Für die Vorbereitung des Seminares ist es hilfreich, wenn du dir im Vorfeld schon einige Fragen stellst, für dich beantwortest und dir gegebenenfalls Notizen machst.

Da unsere Bindungen aus Herkunfts- und Gegenwartsfamilie, Prägungen und die Erlebnisse aus diesen unser Leben wesentlich mitbestimmen, ist es hilfreich, über bestimmte Grundinformationen zu verfügen.

Hier haben vor allem Schicksalsschläge eine besondere Wirkung, wie zum Beispiel schwere Krankheit oder Behinderung, Gewalt und Missbrauch, früher Tod durch Krankheit, Unfall, Mord, Suizid, Fehl- oder Frühgeburten und Abtreibungen, Krieg, Konzentrationslager und Gefangenschaft, Flucht, Vertreibung, Verlust der Heimat und des Eigentums und ungerechtfertigte Bereicherungen. Auch frühere Partner und deren Verlust können wirken.

Bitte schreibe Namen, Geburtsjahr und gegebenenfalls Todesjahr auf von:

- dir, deinen Geschwistern und Halbgeschwistern (in Altersreihenfolge),
- deinen Eltern, deren Geschwistern und Halbgeschwistern (in Altersreihenfolge),
- deinen Großeltern
- den Geschwistern, Eltern und Großeltern deines Partners





# Vorbereitung

- Hat jemand von den Geschwistern der Großeltern oder Ihren Urgroßeltern aufgrund seines Schicksals eine besondere Rolle in Ihrer Familie gespielt?
- Warst du selbst oder jemand von deinen Eltern oder Großeltern vorher anderweitig verlobt, verheiratet oder in fester Bindung?
- Gab es gegebenenfalls Kinder aus diesen Bindungen?
- Gab es Bindungen, die nicht sein oder bekannt werden durften, zum Beispiel Verbindungen mit Knechten, Juden, Kriegsgefangenen?
- Gab es Schwangerschaftsabbrüche, Fehlgeburten oder totgeborene Kinder von dir, deinen Eltern oder deinen Großeltern? Ist eine der Groß- oder Urgroßmütter im Kindbett gestorben? Gab es Adoptionen, wurden Kinder in Pflegefamilien gegeben?
- Gibt es in deiner Familie Tabuthemen oder Familiengeheimnisse, wie zum Beispiel weggegebene Kinder oder andere Familienangehörige, über die nicht gesprochen werden durfte oder die ausgestoßen waren?
- Gab es Gewalt oder Missbrauch in der Familie? Ist jemand in Ihrer Familie „verrückt“ geworden oder eines gewaltsamen Todes (Krieg, Unfall, Suizid, Mord) oder früh an einer schweren Krankheit gestorben?
- Bei Symptomen: Wann trat es das erste Mal auf, seit wann kennst du die Krankheit, das Gefühl? Gab es zu dieser Zeit besondere Ereignisse in deinem Leben?
- Hat jemand in deiner Familie dasselbe Symptom, wenn ja seit wann?



# Anfahrt Tagungshaus Lebensbogen

## Anfahrt mit dem Zug

Kassel - Wilhelmshöhe → Regionalzug Richtung Korbach → Bhf. Zierenberg aussteigen (ca. 20 Minuten von Kassel) → Bus 117 zum Naturparkzentrum (**Achtung fährt nicht unter der Woche**) → Haltestelle Naturparkzentrum (Busfahrzeit ca. 10 Minuten). Danach ca. 200 m in Fahrtrichtung leicht bergauf. Der Eingang des Tagungshauses befindet sich rechts neben dem Café oder Kassel - Hauptbahnhof → RegioTram 4 (RT4) Richtung Wolfhagen → Bhf. Zierenberg aussteigen → Bus 117 zum Naturparkzentrum (**Achtung fährt nicht unter der Woche**) → Haltestelle Naturparkzentrum (Busfahrzeit ca. 10 Minuten). Danach ca. 200m in Fahrtrichtung leicht bergauf. Der Eingang des Tagungshauses befindet sich rechts neben dem Café.

Die RT4 fährt von morgens 5:26h bis 20:58h jede halbe Stunde und danach bis Mitternacht stündlich. Die Buslinie 117 fährt unter der Woche **nicht** zum Naturparkzentrum. Wenn ein Shuttle vom Bahnhof Zierenberg zum Tagungshaus benötigt wird, sprechen Sie uns bitte an oder nehmen Sie ein Taxi. Wer gerne läuft, kann am Bahnhof Fürstenwald (RT4) aussteigen und zu Fuß zu uns kommen.

## Anfahrt mit dem Taxi ab Bahnhof Kassel Wilhelmshöhe oder Zierenberg

Mit dem Taxi-Unternehmen "Minicar VHG in Zierenberg", Tel. 0176-470 529 28 gibt es eine Festpreisvereinbarung von € 25,- für die Fahrt vom ICE Bahnhof Kassel-Wilhelmshöhe bis zum Tagungshaus oder wieder zurück. Weiterhin vom Bahnhof Zierenberg zum Tagungshaus Lebensbogen für pauschal 10,- EUR (Der Pauschalpreis gilt für bis zu 4 Personen inkl. Gepäck). Bitte nehmen Sie bei der Bestellung Bezug auf diese Vereinbarung. Buchen Sie rechtzeitig Ihre Fahrt telefonisch unter Angabe von Tag/Uhrzeit Ihrer Ankunft. Danke.



# Anfahrt Tagungshaus Lebensbogen

## **Anfahrt mit dem Auto / Elektroauto**

Autobahn A44 Kassel - Dortmund → Abfahrt Zierenberg →

L 3390 und L 3320 Richtung Zierenberg → der Ausschilderung “Hoher Dörnberg - Naturparkzentrum” folgen → noch einige Meter am Naturparkzentrum vorbei fahren. Lebensbogen-Parkplätze befinden sich von der Straße aus gesehen links auf dem Gelände. Direkt an unserem Gelände gibt es eine Stromtankstelle.

Der Eingang des Tagungshauses befindet sich rechts neben dem Café.

## **Kontakt und weitere Informationen**

Tagungshaus Lebensbogen

Auf dem Dörnberg 13

34289 Zierenberg

05606-5639073

[kontakt@tagungshaus-lebensbogen.de](mailto:kontakt@tagungshaus-lebensbogen.de)

<https://www.tagungshaus-lebensbogen.de/anreise/anreise.html>

A person is shown from the back, wearing a dark, patterned dress with their arms raised in the air. The background is a bright, hazy sunset or sunrise over a body of water, with the sun low on the horizon. The overall mood is serene and uplifting.

# Anmeldung

Auf der Internetseite oder folgendem Link:

<https://franziska-weitzel.com/#seminaranmeldung>



A person is shown from the back, wearing a dark, sleeveless dress with long, sheer, flowing sleeves. Their arms are raised high in the air. The background is a bright, hazy sunset or sunrise over a body of water, with a soft, golden glow. The overall mood is one of joy and freedom.

Ich freue mich auf dich!