

Familienrekonstruktion und Aufstellungsarbeit

Seminarhof Schleglberg

24. - 26. November 2023

Die amerikanische Familientherapeutin Virginia SATIR hat die Familienrekonstruktion mit-entwickelt. Der Linzer Psychotherapeut Alois Saurugg hat diese Methode bei ihr persönlich erlernt und in langjähriger Anwendung weiter entwickelt. Ich durfte sie von Alois Saurugg erlernen und habe sie ebenfalls in zahlreichen Anwendung weiterentwickelt und elemente der Familienaufstellung integriert. Diese bewährte Konzept ist die Grundlage unserer Arbeit.

Familienrekonstruktion und Familienaufstellung ist eine Form intensiver Selbsterfahrung und Therapie vor dem Hintergrund der familiären Wurzeln. Es wird eine generationsübergreifende Sichtweise eingenommen. Das Werden der eigenen Persönlichkeit mit den Fragen - **WER BIN ICH?** – **WIE BIN ICH?** – **WIE BIN ICH SO GEWORDEN?** – wird aus der Perspektive der vorangehenden Generationen Großeltern und Eltern erlebt und betrachtet. Dadurch können übertragene Traumate und emotionale Belastungen aus den Vorgenerationen entdeckt, verarbeitet und erlöst werden. Erlebte Belastungen und Störungen des seelischen Gleichgewichts werden neu verstehbar und veränderbar. Familiäre Beziehungsmuster, die über Generationen gewachsen sind, wirken als systemisches Erbgut. Das Erkennen der Beziehungsmuster ermöglicht es belastendes Erbgut abzuschütteln. In dieser erleichterten Form können neue Handlungsspielräume und Entwicklungsmöglichkeiten eröffnet werden.

Wenn man sich aufmacht, um in die eigene Entstehungsgeschichte einzutauchen, ist es wie bei einer Reise ins Ungewisse. Man bereitet sich gewissenhaft vor und sammelt Informationen.

Das Sammeln von Informationen als Vorbereitung besteht aus vier Teilen. -

Das Erstellen:

- **des Beziehungsrades**
- **des Stammbaumes**
- **der Chronik der Familienereignisse und**
- **das Aufzeichnen der Geburtsfantasien**

Nach Möglichkeit werden in Gesprächen mit Angehörigen und Bezugspersonen der Familie, anhand von Dokumenten und Fotos die eigenen Wurzeln, mindestens bis zu drei Generationen zurück, möglichst genau erforscht. Unter welchen Bedingungen haben die Vorfahren gelebt? In welchen Beziehungsstrukturen, in welchen sozialen Rahmenbedingungen? Wie wurde die Familie durch historische Ereignisse beeinflusst? Welche Talente und Fähigkeiten werden sichtbar? Welche Schicksalsschläge, Dramen und Triumphe haben meine Vorfahren erlebt? Welche Lebenseinstellungen, Werte, Ängste haben sich eventuell daraus ergeben? Gibt es Familiengeheimnisse, Tabus, schwarze Schafe? Welche Familienmythen, Geschichten, Erzählungen werden weitergetragen? In der Vorbereitungszeit werden über die Familien viele Fakten und Erzählungen gesammelt.

Im 3 tägigen Seminar wird dann auf achtsame und wertschätzende Weise eine Verbindung zum eigenen Familienhintergrund hergestellt. Das Entdecken der Familienregeln und Familienmythen, der Kommunikationsmuster, der (unausgesprochenen) Botschaften und Familientabus, steht im Vordergrund dieser Arbeit. Durch all das sind die Beziehungsmuster über Generationen mitgeformt worden, die uns ausmachen, uns (über)leben ließen, aber die uns auch beengen und immer wieder scheitern lassen.

Ziel der Familienrekonstruktion liegt darin, der Mutter und dem Vater (oder anderen bedeutsamen Bezugspersonen) neu zu begegnen. Damit entsteht ein Freiraum, der die eigene Entwicklung fördert und ermöglicht.

Das Zusammensein in der Seminargruppe (der kommunikative Austausch, die Kontakte zueinander, sich selbst und die anderen in der Gruppe zu erleben) machen die im Laufe der Lebensgeschichte entstandenen Beziehungsmuster neu verstehbar. Es wird möglich, das zu erfahren, was heilt und versöhnt! Somit liegt ein Ziel auch im Entdecken neuer Lebensperspektiven.

Die Familienrekonstruktion und Aufstellung ist ein aufklärendes und therapeutisches Mittel , das erhellend und auch in einer Therapie unterstützend wirkt. – Die Therapie ersetzen kann sie nicht.

Teilnahme am Seminar:

Es werden an diesem Wochenende 3 bis 4 Rekonstruktionen durchgeführt.

Wer seine Familie zur Rekonstruktion aufstellen (genannt AUFSTELLELR) möchte, sollte die oben beschriebenen Vorbereitungsarbeiten machen. Nach Deiner Anmeldung bekommst Du von mir Material und Anleitungen für das Beziehungsrad und den Stammbaum und Unterstützung für das Erstellen von Familienereignissen.

Bei der Familienrekonstruktion und Aufstellung kann man feststellen, dass Erfahrungen aus der eigenen Familie in den anderen Familiengeschichten wiederzufinden sind. Daher ist es sinnvoll an Familienrekonstruktionen teilzunehmen ohne eine eigene Aufstellung zu machen. Einerseits können für die eigene Familiengeschichte wichtige Erkenntnisse gewonnen werden und andererseits kann man die interessante Arbeitsweise bei der Familienrekonstruktionen kennen lernen. Ich lade daher TeilnehmerInnen ein sich für die Rekonstruktionen als PROTAGONISTEN (= Repräsentanten der aufzustellenden Familienmitglieder) zur Verfügung stellen. Diese Arbeit ist eine interessante Selbsterfahrung, die Einsicht in die eigene Familiengeschichte geben.

* Wir werden unterstützend auch Yoga praktizieren.

Organisation: Familienrekonstruktion und Aufstellungsarbeit 24. – 26. November 2023

| | |
|---|--|
| Zeit: | Beginn: Fr. 24.10.23, 16:00 Uhr Ende: So. 26.10.23, 13:00 Uhr |
| Ort: | Seminarhof Schleglberg, Holzhäuseln A-4681 Rottenbach/OÖ. |
| Seminarkosten für Aufsteller der Familienrekonstruktion | EURO 300,00, zzgl. Raummiete ± € 45,- |
| Seminarkosten für PROTAGONISTEN | EURO 60,00, zzgl. Raummiete ± € 45,- |
| Unterkunft & Verpflegung: | EURO ± 234,00 |
| Leitung: | Hrdaya / Reinhard Scholze |
| ANMELDUNG: | Bis 05.11.2023 - yoga@yoga-institut.at |

Ich freu mich auf die gemeinsamen interessanten Erfahrungen.

Liebe Grüße Reinhard