

Der Lebens Entwicklungs Prozess

Entwickeln Sie Ihr volles Potential



Institut für systemische Familientherapie

I l o n k a B r e i t k o p f + U w e H e y m a n n

Der Lebensentwicklungsprozess

Wir möchten Sie gerne auf eine Reise einladen; eine Reise, die Sie so auch kein zweites Mal mehr machen können. Denn diese Reise wird Sie definitiv verändern. Wir gehen dabei davon aus, dass Sie gerade an einem Wendepunkt in Ihrem Leben stehen. Oder vielleicht haben Sie gerade eine sehr schwierige Zeit, oder Sie haben das Bedürfnis, eine neue Qualität in Ihr Leben zu bringen.

Wenn man an einer persönlichen Grenze steht, braucht es manchmal einen Impuls von aussen, einen Anstoss, eine Ermutigung, vielleicht auch eine Bestätigung, um neue Schritte zu gehen. Wir sehen uns jedoch nicht nur als Impulsgeber, sondern begleiten Sie in Ihrem persönlichen Prozess, bis Sie wieder sicheren Boden unter den Füßen haben. Prozesse anzustossen ist das eine, um geläutert daraus hervor zu gehen, bedarf es der kompetenten Begleitung über einen gewissen Zeitraum.

Wenn Sie zum einen das Bedürfnis und zum anderen die Bereitschaft haben sich auf einen neuen Entwicklungsschritt einzulassen, könnte unser Angebot für Sie interessant sein. Lassen Sie uns zusammen diese Reise skizzieren.



Entwicklungen

Zu Beginn wollen wir einen Blick auf die äusseren Bedingungen werfen, mit denen wir uns alle mehr oder weniger auseinandersetzen müssen. Denken Sie bitte einmal darüber nach, welche Veränderungen Sie in ihrem Leben bisher erfahren haben.

Da wäre natürlich Ihr schulischer Werdegang mit anschließender Ausbildung. Üben Sie jetzt den Beruf aus, den Sie sich als Jugendlicher vorgestellt haben? Wie haben sich die Bedingungen seit Ihrer Ausbildung geändert? Wie schnell ändern sich Ihre Arbeitsbedingungen heute? In welchem Umfeld leben Sie heute, welchen Lebensstandart geniessen Sie?

Haben Sie Familie, oder haben Sie keine Zeit dafür? Oder leben Sie in Trennung, mit oder ohne Kinder? Sind Sie zufrieden mit Ihrem momentanen Leben, oder haben Sie das Gefühl, dass Sie Ihrem eigentlichen Leben hinterherlaufen? Haben Sie schon gefunden was Sie immer erreichen wollten?

Wie stellen Sie sich den Anforderungen der jetzigen Gesellschaft? Wie würden Sie unsere momentane Lage einschätzen? Was glauben Sie, wo Sie in 10 Jahren stehen? Oder wo die Gesellschaft im Gesamten steht? Welche Auswirkungen hat das auf Ihr persönliches Leben?

Unsere Lebensbedingungen

Wir haben in den letzten Jahrzehnten in unserem Leben Veränderungen durchgemacht, die in ihrer Schnelligkeit in der gesamten Zeitrechnung wohl einzigartig sind. Über die ersten Erfahrungen mit einem Fernsprecher bis zur vollkommenen Kontrollierbarkeit über das Handnetz. Vom VW Käfer bis zur sich selbst steuernden Kommandozentrale auf unseren Straßen. Vom Rechenschieber zum Computer und von der verstaubten Bibliothek zur Unendlichkeit des Internets.

Aber auch vom Erkunden und in Besitz nehmen unserer Erde bis an den Rand ihres Kollapses. Von der Installation einer neuen Währung bis zum Exzess des weltweiten Finanzsystems. Von nie wieder Krieg bis zu Selbstmordattentätern und von Schnulzen singenden Jungs bis zu Amok laufenden Schülern. Diese Aufzählung können Sie beliebig selbst weiterdenken.

Fakt ist: Wir leben heute in einer Gesellschaft, in der die meisten Kennzeichen, die noch in unserer Kindheit Gültigkeit hatten, verloren gegangen sind.

Denn inzwischen nehmen wir nicht mehr unsere Herkunft und unsere Wurzeln als Maßstab unseres Handelns sondern fast ausschließlich den wirtschaftlichen Profit.

Die Wirtschaft dient nicht mehr dem Menschen sondern der Mensch dient der Wirtschaft. Das neueste Testament sind Bilanzen und Aktienkurse. Um deren Dogma zu entsprechen, werden Menschen als Jongliermasse missbraucht, alles mit dem entschuldigenden Hinweis auf die Weltwirtschaftslage. Der Mensch wird dabei zum Sand im Getriebe der Konjunktur.

Die Folgen davon sind vielfältig: In einem Umfeld, in dem immer alles schneller gehen muss, das Geleistete nie genug ist, entsteht nicht nur Stress sondern wir verlieren auch das Gefühl von Sinnhaftigkeit. Fehlende Wertschätzung, körperliche und emotionelle Überlastung, unvereinbare Vorgaben und Bedingungen führen zu einer Welle an Burnout-Erkrankungen.

Gleichzeitig entstehen durch die unsichere Lage Existenzängste, die ein angemessenes Agieren verhindern und somit akzeptiert der Einzelne Bedingungen, die im Kollektiv die ganze Gesellschaft an die Grenze ihrer Belastbarkeit bringen. Letztlich kollabieren die einzelnen Systeme wie Gesundheitssystem, Altersversorgung, Bildung etc., und wir versuchen das alles auszugleichen, indem wir immer mehr Schulden auf Kosten unserer Kinder machen.

In diese Anforderungen sind wir heute eingespannt und all das hat natürlich ständig Auswirkungen auf unsere Beziehungen, unser Familienleben. Das eine ist vom anderen nicht zu trennen.



„Wenn es nur eine
könnte man nicht hundert Bild

Unsere Persönlichkeit

Der zweite wichtige Aspekt ist natürlich unsere Persönlichkeit, denn jeder Mensch reagiert auf gewisse Anforderungen anders. Und auch hier haben wir es mit einer gewaltigen Entwicklung zu tun: Die persönliche Entwicklung des Menschen von Geburt an. Denn genauso wie die gesamte Menschheit eine Entwicklung durchläuft, die vom Eingebunden sein in Traditionen, über die Individualisierung bis vielleicht einmal zum friedlichen Miteinander fortschreitet, so können wir natürlich auch in der persönlichen Entwicklung diese Phasen erkennen; ja hier sind sie uns meist vertrauter.

Kindheit

Als Neugeborenes leben wir in völliger Symbiose und damit in Abhängigkeit von unserer Mutter oder auch einer anderen Bezugsperson. Wir sind allein nicht lebensfähig und auf die passende, nährnde Umgebung angewiesen. Erst nach einiger Zeit wird uns der Unterschied zwischen Ich und Eltern oder Ich und Umfeld bewusst. Dabei nehmen die eigenen Fertigkeiten immer mehr zu und wir entwickeln zunehmend mehr Selbstständigkeit. Gleichzeitig lernen wir in diesem Prozess alles, was wir brauchen, um in unserem Umfeld und in späteren Jahren auch in der Gesellschaft zurecht zu kommen. Man spricht hier von den Primärerfahrungen, die sich fest in unserem Unterbewusstsein verankern und uns auch in späteren Jahren automatisch zur Verfügung stehen. Die Summe all dieser Erfahrungen, angenehme wie auch unangenehme, bildet letztlich unsere Identität.

Jugend

In der zweiten wichtigen Phase, während und nach der Pubertät, entwickeln wir mehr Eigenständigkeit und lösen uns so allmählich von den Eltern. Was bis jetzt unsere Lebensgrundlage war, weisen wir immer mehr zurück und entwickeln dadurch eigene Vorstellungen und Ziele. Wichtiges Kennzeichen des Jugendlichen ist, dass er zwar immer selbständiger wird, aber noch nicht die volle Verantwortung für seine Taten übernehmen muss. Wenn es schief geht, stehen für gewöhnlich die Eltern ein, wissend, dass die Entwicklung zum Erwachsenen auch mit Scheitern verbunden ist. Diese Phase des Ausprobieren wird in unterschiedlichen Intensitäten gelebt, bis dahin, dass alle Regeln und Gesetze ohne Rücksicht auf Verluste gebrochen werden. Das kann sehr schmerzhaft sein, allerdings lernen wir durch das Austesten unserer Grenzen auch unseren Spielraum kennen und nutzen.

Der Erwachsene

Im Idealfall schliesst sich jetzt die dritte Phase des Erwachsenen an. Diese Phase wird jedoch nicht durch die Biologie auf Grund von Hormonen initiiert, also unausweichlich, sondern entwickelt sich fließend gemäß der emotionalen Reifung. Erst wenn die Prozesse aus Kindheit und Jugend durchlaufen und auch abgeschlossen sind, sind wir in der Lage ein wirklich erwachsenes Leben zu führen.

einzigste Wahrheit gäbe,
er über das selbe Thema malen.“

Pablo Picasso



Was heisst das?

Als Kind sind wir, wie schon beschrieben, vollkommen abhängig von der Mutter. Wenn die Mutter nicht in der Lage ist, diese Bedürfnisse zu erfüllen, oder nur mangelhaft, bleibt in uns eben dieser Mangel als Erfahrung verankert. Und da diese Primärerfahrungen unser Empfinden grundlegend prägen, werden wir auch in späteren Jahren immer wieder versuchen diesen Mangel auszugleichen. Unbewusst suchen wir damit in unserem Umfeld immer wieder nach der Mutter, die unsere Bedürfnisse bedingungslos erfüllt. Da das aber niemand leisten kann, werden wir nie befriedigt und die Suche geht weiter. Meist suchen wir danach in Beziehungen, da die hier vorhandene Intimität am ehesten geeignet scheint, diesem Mangel zu begegnen.

So steht hinter Beziehungsproblemen meistens die Dynamik, dass zwei Menschen mit ihrer emotionalen Mangel Erfahrung im Anderen die Mutter suchen. Das Ende sind gegenseitige Vorwürfe, dass der Eine den Anderen nicht sieht oder liebt oder...

Mit erwachsener Beziehung hat das noch nichts zu tun.

Aber nicht nur in Beziehungen suchen wir nach diesem Ausgleich. Auch in unserem Beruf, am Arbeitsplatz, projizieren wir immer wieder unsere Eltern auf die Kollegen oder den Chef. Da erinnert mich die Kritik meines Vorgesetzten vielleicht an die ständigen Vorkhaltungen meines Vaters und in mir steigt wieder derselbe Ärger hoch, der mich zu einem Wutausbruch bringt oder mich auch vollkommen handlungsunfähig macht.

Das sind Automatismen, die wir nicht unter Kontrolle haben. Wir sagen dann vielleicht, so bin ich nun mal, und wenn der andere sich nicht so verhalten hätte, wäre das gar nicht passiert. Dabei ist uns gar nicht bewusst, dass das unsere Prägungen aus der Kindheit sind, denen wir machtlos ausgeliefert sind.

So bin und bleibe ich erst einmal abhängig von meinen Mitmenschen und meinen emotionalen Reaktionen auf sie. Es beutelt mich wie einen Tischtennisball auf der Wasseroberfläche. Das Umfeld macht mit mir, was gerade kommt. Das ist keine stabile Persönlichkeit, kein stabiles Selbstbewusstsein. Kennzeichen dieser unverarbeiteten Kindheitserfahrungen sind Ängste, Unsicherheit, Wut, Zorn, Verletzt sein, Abhängigkeiten, Enttäuschungen.

Wenn ich jetzt mit diesen Mangel Erfahrungen auf die eingangs beschriebene Welt treffe, bin ich hoffnungslos überfordert. Da trifft im Grunde ein kindliches Bedürfnis auf eine menschenfressende Maschinerie. Die Folge davon ist das, was wir heute erleben: Burnout, Suchterkrankungen, Gewaltausbrüche, innerer Rückzug bis zum Ausklinken aus der Gesellschaft. Aber auch sehr viele Körpersymptome hängen mit dieser Stresserfahrung zusammen.



Was können wir tun?

Erst einmal kann ich natürlich nur für mich selbst handeln. Die Welt kann ich nicht ändern. Selbst mein persönliches Umfeld kann ich mir nicht einfach zurechtbiegen, wie es mir passt. Die einzige Möglichkeit, die ich habe, sind meine Reaktionen auf mein Umfeld, meine Welt.

Und dazu muss ich mir meine Kindheitserfahrungen anschauen. Wo reagiere ich immer noch wie der dreijährige Junge oder das zehnjährige Mädchen. Wo stecke ich in kindlichen Erwartungen fest. Die Welt wird sich dadurch nicht ändern, aber ich entwickle dadurch Fertigkeiten, mich so zu verhalten, dass ich zum einen nicht mehr Schaden nehme und zum anderen ein mir entsprechendes, selbstbestimmtes Leben führen kann.

Der Lebensentwicklungsprozess

Unser Angebot ist mit Ihnen zusammen diese Fertigkeiten zu entwickeln.

Warum braucht es dazu diese Seminarreihe?

Wie oben bereits erklärt, scheitern wir im Alltag an unseren unbewussten Handlungsautomatismen. An diese Prägungen kommen wir nicht über intellektuelles Wissen heran. Wir sind alle damit aufgewachsen, dass wir uns durch Wissensvermittlung weiterbilden oder auch ausbilden lassen.

Damit erreichen wir aber nicht die Ebene unserer Prägungen. Das zeigt sich immer daran, wenn 20 Leute in einer Fortbildung sind: Jeder geht anders damit um, bei jedem bleibt etwas anderes hängen. Das sind unsere persönlichen Schwerpunkte, unsere persönlichen Prägungen.

Um an diese Grundstruktur, die uns im Alltag zu schaffen macht, zu kommen, müssen wir tiefer gehen. Dazu haben wir diese zweijährige Seminarreihe entwickelt. Sie ist die Essenz aus vielen Jahren der Erfahrung in der Persönlichkeitsarbeit mit Menschen. Wir arbeiten dabei mit unterschiedlichen Herangehensweisen, um möglichst allen Aspekten, die uns ausmachen, gerecht zu werden: Neben der Verständnisebene, also unser Intellekt, beziehen wir auch die Emotionen und den Körper mit ein. Denn nur, wenn wir wieder alle Ebenen integrieren, haben wir die Chance auf ein zufriedenstellendes Leben.



Das erste Jahr

Im ersten Jahr beschäftigen wir uns hauptsächlich mit den Erfahrungen die uns von Kindheit an geprägt haben. Mit Hilfe der Aufstellungsmethode schauen wir gezielt auf die Ursachen unserer Probleme, um danach die entsprechenden Schritte für die Lösung einzuleiten. Da diese Arbeit tiefe emotionelle Prozesse auslöst und entwickelt, brauchen wir und Sie die gegenseitige Verbindlichkeit für mindestens dieses erste Jahr.

Wir schauen dabei in unsere Herkunft, erfahren warum wir uns im Alltag so oder so verhalten und initiieren dabei einen Wandlungsprozess in Richtung Unabhängigkeit. Wir sprechen dabei bewusst von einem Wandlungsprozess, denn Verhaltensweisen, die tief in mir angelegt sind und die ich vielleicht schon seit 40 Jahren benutze, kann ich nicht durch eine Aufstellung oder irgendeine andere Intervention schnell mal loswerden. Es geht eher darum zu verstehen, warum ich so bin wie ich bin. Denn erst dadurch wird mir auch die Chance bewusst, die in meinem Verhalten liegt.

Z.B.: Wenn ich als Kind in einem für mich schwierigen Umfeld lebte, dann werde ich sehr sensible Antennen entwickeln, die mich diese Situationen schon von weitem „riechen“ lassen. Wenn mir das nicht mehr bewusst ist, dann werde ich wahrscheinlich in Ängsten leben und versuchen diese Situationen zu meiden. Der Extremfall wäre eine Angsterkrankung, bei der ich mich gar nicht mehr auf die Straße traue.

Wenn ich mich jedoch mit diesem Mechanismus auseinandersetze und verstehe, mit was er zusammen hängt, kann ich zum einen die zwanghafte Reaktion zurücknehmen zum anderen lerne ich jedoch auch etwas über meine Fähigkeiten. In diesem Fall bestimmte Situationen und Konstellationen sehr genau wahrzunehmen. Diese Wahrnehmungen finden auf der emotionalen Ebene statt und meine Sensibilität kann ich dann z.B. dafür einsetzen, in einer Konfliktsituation am Arbeitsplatz zu vermitteln. Das geht natürlich nicht, wenn mich die Situation nach wie vor überfordert und ich vor lauter Panik auf die Toilette flüchten muss.

Wir schauen also in diesem ersten Jahr vor allem darauf, was uns im Alltag behindert. Aber auch wo dabei unsere persönlichen Ressourcen liegen. Denn alles hat seine zwei Seiten im Leben.



„Als Kind warten v als Erwachsene erken unsere Wirklic

Das zweite Jahr

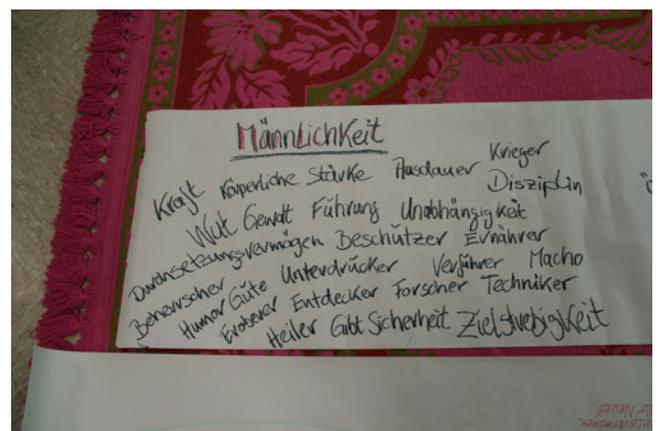
Im zweiten Jahr bauen wir auf die Grundlagen, die wir im ersten Jahr entwickelt haben, auf und setzen vermehrt den Schwerpunkt auf die Integration in den Alltag. Während es im ersten Jahr wichtig ist, die persönlichen Prozesse zu hüten, damit sie sich in Ruhe entwickeln können, geht es im zweiten Jahr auch darum, in welcher Weise ich jetzt nach außen trete. Wie setze ich meine neuen Möglichkeiten um, wie kann ich mein Leben auf neue, erhe- bendere Weise gestalten?

Denn die Anforderungen in unserem Alltag sind vielfältig und ich bin jeden Tag in meiner Kreativität gefordert neue Lösungen zu finden. Dazu schauen wir uns jetzt noch mehr alltägliche Situationen an, aber auch kollektive Prozesse. Denn durch diese Persönlichkeitsarbeit wird uns immer mehr be- wusst, dass ich nicht das arme Opfer bin und die anderen die Schuldigen, sondern dass wir alle in einem Boot sitzen und Prozesse nicht abgesondert verlaufen können.

Diese Erkenntnis wächst vor allem durch die Arbeit mit der Aufstellungsmethode. Durch das regelmä- ßige Stehen in Repräsentanzen erfahren wir stän- dig, dass wir immer Teil eines ganzen Systems sind wie z.B. das Arbeitskollegium, die Familie, der Ver- ein etc. Die Schwierigkeiten die wir in einem System haben, sind nicht nur unsere Schwierigkeiten son- dern haben auch mit der Konstellation innerhalb des Systems zu tun. Dabei lernen Sie wahrzuneh- men und zu unterscheiden wo die Probleme wirk- lich stecken und Sie sehen, dass es oft vielleicht gar nicht an ihnen liegt, obwohl alle mit dem Finger auf Sie zeigen.

Inzwischen haben sie jedoch soviel Selbstbewusstsein entwickelt, dass Sie solchen Angriffen standhalten können. Sie sind nicht mehr so stark persönlich be- troffen und somit in der Lage, trotz Anfeindungen zur Lösung der Situation beizutragen.

Das sind die Fähigkeiten, die wir in der heutigen Welt brauchen. Denn die Abläufe und Zusammenhänge sind inzwischen so komplex geworden, dass ich ohne ein gewisses Maß an Unabhängigkeit keine Chance mehr habe. Nicht immer noch mehr intellektuelles Wissen hilft uns weiter, damit sind wir meistens ge- nug gesegnet, sondern ganzheitliche Wahrnehmung. Und die hat in erster Linie etwas mit emotionalen Prozessen zu tun. So ist es auch ein weit verbreitetes Phänomen, dass die Schwierigkeiten in Betrieben nicht am mangelnden Fachwissen liegen sondern in den persönlichen Eigenheiten der Mitarbeiter, die wiederum auf die unverarbeiteten Kindheitserfah- rungen zurückgehen.



Gemeinsames erarbeiten und in Frage stellen gesellschaftlicher Konventionen

Wir auf das Paradies,
 können wir, dass wir selbst
 Schicklichkeit kreieren!“



Der vollentwickelte Erwachsene

Wir müssen jedoch verstehen, dass wir aus diesen blockierenden Verhaltensweisen nicht automatisch mit der körperlichen Entwicklung herauskommen. Dazu braucht es eine Arbeit wie den Lebensentwicklungsprozess. Als erwachsener Mensch haben wir unseren Intellekt für gewöhnlich zwischen 12 und 20 Jahre lang geschult, manche auch noch länger. Was jetzt ansteht, um wirklich Erwachsen zu werden, also Selbständig und Unabhängig im besten Sinne, ist die emotionelle Entwicklung, die Auseinandersetzung mit unseren Prägungen.

Diese Auseinandersetzung ist auch erst möglich, wenn ich in der Lage bin, meinen Lebensunterhalt selbst zu sichern. Also einen Beruf auszuüben, von dem ich existieren kann, eine eigene Wohnung, ein eigenes Umfeld. Dann erst kann ich nochmals zurück schauen und mich in der Tiefe mit meinen Prägungen der Herkunft auseinandersetzen.

Das Ziel ist der vollintegrierte Erwachsene, der mitten in seinem Leben steht, ohne Angst, ohne Rückzug, ohne Ärger oder Verbitterung, und der sich offen den täglichen Anforderungen stellt, der aber auch in der Lage ist, bei sich zu bleiben, für sich zu sorgen und somit auch emotionell im Gleichgewicht ist.

Je mehr Sie in diesen Zustand hineinwachsen, desto leichter wird der Alltag. Denn Sie haben damit auch die Fähigkeit Grenzen zu ziehen und Nein zu sagen.



Prägungen zum Thema Weiblichkeit/Männlichkeit

Die Seminarstruktur

Beide Jahre gliedern sich in jeweils 6 Wochenenden. Dabei sind 5 Klausurwochenenden in einer festen Gruppe und ein offenes Wochenende, bei dem auch Teilnehmer von außen dabei sind.

Das offene Wochenende ist ein reines Aufstellungswochenende, die Klausurwochenenden sind geprägt von dem aufbauenden Prozess der Persönlichkeitsentwicklung.

Wir erarbeiten dabei anhand von persönlichen Aufstellungen die Hintergründe für ihr Verhalten und bieten Lösungswege an. Ergänzt wird der Prozess mit Körperübungen, Meditationen, Gesprächsrunden und Gruppenerfahrungen. Durch die Teilnahme an den Themen der anderen Teilnehmer lernen Sie auch immer wieder Facetten ihrer eigenen Themen genauer kennen, denn mit vielen Themen des Lebens müssen wir uns alle gleichermaßen auseinandersetzen.

Auch durch diese Erfahrungen ist der Gruppenprozess so hilfreich, da sich dadurch die Fixierung auf die eigene Problematik etwas entspannt und gleichzeitig auch das Verständnis für unsere Mitmenschen zunimmt. Wir entwickeln mit der Zeit einen Blick für das Gesamte, lernen Zusammenhänge erkennen und achten.

Nicht zuletzt ist Gruppenarbeit auch ein ideales Forum, Alltagskonflikte direkt zu analysieren, denn auch in einer solchen Gruppe gibt es immer wieder interne Schwierigkeiten, die uns unsere persönlichen Vorlieben aufzeigen. Es geht also um learning by doing!

Das Zertifikat

Nach diesen zwei Jahren erhalten Sie von uns ein Zertifikat als Systemischer Berater. Dieses Zertifikat soll einmal Ihre Teilnahme bestätigen und zum anderen deutlich machen, dass Sie durch den intensiven persönlichen Prozess jetzt auch in der Lage sind, anderen Menschen hilfreich zur Seite zu stehen. Denn erst, wenn wir uns unseren eigenen Themen gestellt haben, können wir einigermaßen neutral unseren Mitmenschen begegnen. Aber auch unabhängig von dem Zertifikat werden Sie die Erfahrung machen, dass Ihre Einschätzungen in Ihrem Umfeld immer mehr nachgefragt werden.

Um uns persönlich kennenzulernen,

haben Sie die Möglichkeit, an einem Aufstellungsabend oder an einem offenen Aufstellungswochenende teilzunehmen. Oder Sie vereinbaren einen Gesprächstermin, bei dem wir Ihre persönliche Situation besprechen können.

Die Ausbildung ist geprägt durch große Achtsamkeit mir selbst und der Gruppe gegenüber.

Voraussetzung für einen erfolgreichen Verlauf ist das vorbehaltlose Einlassen auf die phänomenologische Energie, die sich in der systemischen Arbeit entfaltet.

Die Verantwortung trägt jeder Teilnehmer für sich selbst.

Die Ausbildung ist prinzipiell für alle offen.

Wer allerdings therapeutisch arbeiten möchte, benötigt darüber hinaus eine abgeschlossene medizinische Ausbildung, eine Ausbildung als Heilpraktiker oder Psychologe.



Die Ausbildungsleitung

Ilonka Breitkopf

Ausbildung in systemisch-therapeutischen Arbeitsweisen und Prozessarbeit bei Mechthild Felkel mit anschließender Supervision

Leitung von Seminaren für systemische Aufstellungen

Beratung und Therapiearbeit in eigener Praxis mit den Schwerpunkten systemische Einzel- u. Gruppenarbeit und systemisch-integrative Körpertherapie

Staatl. anerkannte Heilpraktikerin seit 2004

Ausbildungen in Körpertherapien wie Cranio-Sacrale Osteopathie, Fußreflexzonenmassage u.a.

Uwe Heymann

Ausbildung in systemisch-therapeutischen Arbeitsweisen und Prozessarbeit bei Mechthild Felkel

Staatlich anerkannter Heilpraktiker für Psychotherapie seit 2005

Ausbildung in ganzheitlicher Führungsgestaltung 1998-2006 bei Johanna Thuillard / Schweiz

Yogalehrerausbildung in Indien 1992

Beratung und Therapiearbeit in eigener Praxis

Eigene Yogaschule, Leitung von Yogaseminaren



Information und Anmeldung

Ilonka Breitkopf

Hochriesstraße 9
83075 Bad Feilnbach
Tel. 08066-696
Handy 0172-1080788
www.ilonka-breitkopf.de
info@ilonka-breitkopf.de

Uwe Heymann

Hofgasse 2
83278 Traunstein
Tel. 0861-2040064
Handy 01522-9216886
www.uweheymann.com
info@uweheymann.com

Kommentare von bisherigen Teilnehmern

"Durch die Ausbildung fühle ich mich in jedem Augenblick präsenter und klarer. Ich spüre sehr deutlich, was um mich herum passiert und weiß besser mit so mancher Situation umzugehen. Dies empfinde ich als eine große Bereicherung für mein Leben. Danke Ilonka und Uwe."

Rudi aus Bruckmühl

Eva O aus Brannenburg:

Die Ausbildung zum Systemischen Berater hat mein Leben einfacher und freier gemacht. Ich habe gelernt, mich und meine Mitmenschen

mit viel mehr Respekt und Achtung zu behandeln.

Ich habe Liebe in mir entdeckt, die ich gerne an andere weitergeben kann.

Ich habe alte Schmerzen und Verletzungen einfach abgegeben.

Ich schaffe es immer leichter, in Konfliktsituationen bei mir zu bleiben, und zu erkennen, um was es wirklich geht.

Ich habe das Gefühl, dass die Liebe in mir und das Gefühl von Freiheit noch weiter wachsen wird.

Ich hoffe, dass ich vielen Menschen vermitteln kann, was man durch diese Ausbildung verändern kann!

Ich bin Ilonka und Uwe sehr dankbar für das, was ich alles lernen durfte.

Sandra aus Stephanskirchen:

Die zwei Jahre der systemischen Ausbildung waren für mich eine der intensivsten, wertvollsten und bereicherndsten Zeiten in meinem bisherigen Leben! Die Ausbildung erfordert eine große Bereitschaft, sich ehrlich und tief auf seine eigenen Prozesse einzulassen und an seinen persönlichen Themen, Verhaltensmustern und Glaubenssätzen zu arbeiten – auch wenn das Lösen von tiefliegenden, oder unbewussten Verstrickungen oft schmerzhaft Momente mit sich bringt. Heute gehe ich mit mir und meinem Umfeld viel Achtsamer um. Stück für Stück lerne ich, das Erfahrene & Erlernte, sowohl im persönlichen, als auch im beruflichen Bereich, zu integrieren. Auch wenn ich mit meinem eigenen Prozess noch lange nicht durch bin - es fühlt sich richtig gut und erfüllend an, wenn man Menschen auf achtsame, klare und einfühlsame Art & Weise auf ihren Wegen begleiten kann!

