

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Seminar "Familienkreise" vom 25. - 30. November 2018 an.

Name

Beruf

Strasse

PLZ, Ort

Telefon

Email

Geburtsdatum oder -jahr

Die Rücktrittsbedingungen erkenne ich an. Mir ist bekannt, dass die Teilnahme an diesem Workshop auf eigene Verantwortung stattfindet.

Datum der Anmeldung

Unterschrift

Institut
für Gestalt
und
Erfahrung

Franz Mittermair Dipl.Päd.
Am Förchet 2
D-83547 Penzing bei Wbg.
Tel. +49-(0)8071/103489
fm@heldenreise.de

Immer aktuelle Infos:

www.heldenreise.de

Organisatorisches

Das Seminar beginnt am Sonntag, 25. November 2018 um 18.00 Uhr und endet am Freitag, 30. November um ca. 15.00 Uhr.

Geleitet wird es bei sechs bis acht Teilnehmern von Franz Mittermair alleine, bei 12 bis 16 Teilnehmern zusammen mit Sonja Mittermair.

Ort ist das Seminarhaus Herberge bei Wasserburg am Inn.

Die **Kosten** betragen 590 Euro + Mwst. (für Teilnehmer unserer Ausbildungen in Gestalttherapie und Tanztherapie steuerfrei) + Unterkunft und Verpflegung (ca. 300 - 410 €) je nach Zimmerkategorie). In bestimmten Fällen geben wir Ermäßigungen.

Rücktrittsbedingungen

Ein Rücktritt von der Anmeldung bis 4 Wochen vor Beginn des Workshops ist kostenfrei möglich, später werden die gesamten Seminarkosten fällig, es sei denn, es wird ein Ersatzteilnehmer gestellt. Dies gilt auch bei Erkrankung u.ä. Wir empfehlen, das Risiko durch eine Reiserücktrittskostenversicherung abzu decken (in Reisebüros).

Leitung



Sonja Mittermair

Ich bin Pädagogin, Gestalttherapeutin, Tanztherapeutin und Coach und bilde in Transformativer Tanztherapie und Gestalt-Coaching aus. Ich lebe mit meiner Familie bei Wasserburg am Inn.

Franz Mittermair

Ich bin Diplompädagoge, Gestalt-Körpertherapeut, Coach, Buchautor und Mitbegründer des Instituts für Gestalt und Erfahrung und lebe mit meiner Familie bei Wasserburg am Inn.

Familienkreise

Family Circles



25. - 30. November 2018



Seminarhaus Herberge
bei Wasserburg am Inn

Institut für Gestalt und Erfahrung



... Seit Family Circles kann ich meine Eltern endlich so sein lassen, wie sie sind. Die Begegnungen sind wesentlich entspannter und unverkrampfter geworden ...

... Die Woche war die ideale Ergänzung zu meiner Heldenreise...

... Ich fühle mich einfach erwachsener und habe wesentlich mehr Energie...

Ein Teilnehmer erzählt ...

Da ist es wieder.

Genau wie damals; die Bilder, die Gefühle, meine Reaktionen.

Meine Familie um mich herum, alle sind sie da; ich fühle mich so hilflos.

Doch jetzt.

Jetzt kann ich dieses System verlassen, von außen betrachten; sehe mich als Kind inmitten meiner Familie. Eine Welle von Mitgefühl gegenüber mir selbst als Kind überflutet mich, und eine klare Erkenntnis.

Als Kind bin ich so hilflos. Aber jetzt bekomme ich Hilfe, von einem Erwachsenen, von mir selbst als Erwachsenenem.

Und plötzlich kommen neue Gefühle dazu, ich möchte wachsen, endlich erwachsen werden. Mein Vater kommt in mein Blickfeld ...

und ich beginne meine Arbeit.

Die Idee

Das Thema Familie ist wohl eines der bestimmendsten Themen für jeden Menschen, egal von welcher Seite man es betrachtet: Aktuelle Familie, Ursprungsfamilie, Vorstellung von Familie.

In der bekannten Form der so genannten "Familienaufstellung" geht es hauptsächlich um das Erkennen von Handlungs- und Wahrnehmungsmustern, die ich bewusst oder unbewusst mitgenommen habe.

Die Idee des Seminars Familienkreise geht weiter.

Erkennen und Lösen von behindernden alten und mitgebrachten Mustern (Introjekten) bildet die Grundlage (1. Kreis). Diese Erkenntnis bezogen auf die aktuelle Situation im Leben klärt das jetzige Geschehen (2. Kreis). Das Entwickeln seiner Vision gibt Ausblick und klare Perspektive (3. Kreis).

All das wird erarbeitet durch eine faszinierende Kombination von Aufstellungstechniken, Gestalt-Körperarbeit, Phantasiereisen, Ritualen und eine Vielzahl kreativer Techniken.

Der 1. Kreis

Ziel dieses Prozesses ist, in die Kindheit zurückzugehen und die Botschaften und Programme aufzufinden, die unser menschliches Potential schon im Kind blockiert haben und unser Verhalten als Erwachsener noch immer beeinträchtigen.

Sätze wie "Gefühle zeigt man nicht", "Du bist nicht gut genug", "So etwas tut man nicht" können uns auch in späteren Jahren noch immer daran hindern, uns auszudrücken, etwas zu leisten, das Leben zu entdecken und zu genießen.



So blockieren diese Botschaften einen wesentlichen Teil unserer Kraft und unserer Fähigkeiten.

Im "Familienkreise" - Prozess werden diese negativen Leitsätze in einer Neuinszenierung ins Bewusstsein gehoben, um sie aus dem Blickwinkel und mit den Fähigkeiten des Erwachsenen zu überwinden und aus der Psyche zu verbannen.

Der erste Schritt ist, die Reaktion unseres "Kindes" wieder zu erfahren, um die Spontaneität wiederzuerobern. Oft haben wir in den schwierigen Situationen unserer Kindheit gelernt, unsere Lebendigkeit hinter Masken und Spielen zu verstecken, die heute noch unser Leben begrenzen.

Wenn wir uns auf das Wiedererleben der alten verletzenden Erfahrungen einlassen, wird enorme Energie frei, die es uns dann auch ermöglicht, die alten begrenzenden Muster zu überwinden und die Fülle unserer Lebensmöglichkeiten in die Hand zu nehmen.

Der 2. + 3. Kreis



In diesem Prozess der Selbstheilung entwickeln wir auch Mitgefühl. Indem wir lernen, uns selbst zu heilen, lernen wir auch, andere zu unterstützen - offen und aufnahmefähig zu sein für die Themen, Wunden und Prozesse anderer Menschen.

Und wir erkennen, welche unverarbeiteten Muster wir auf unser aktuelles Familien- und Beziehungsleben übertragen haben.

Daraus erwächst schließlich in einem 3. Kreis die VISION, wie wir in unserem Leben unsere Familiensysteme befriedigend und erfüllt leben wollen.