

# caritas

## **Aufstellungsseminar** Dynamiken in meinem Leben erkennen und verstehen



Angebot für Erwachsene

Caritasverband für den  
Landkreis Haßberge e.V.

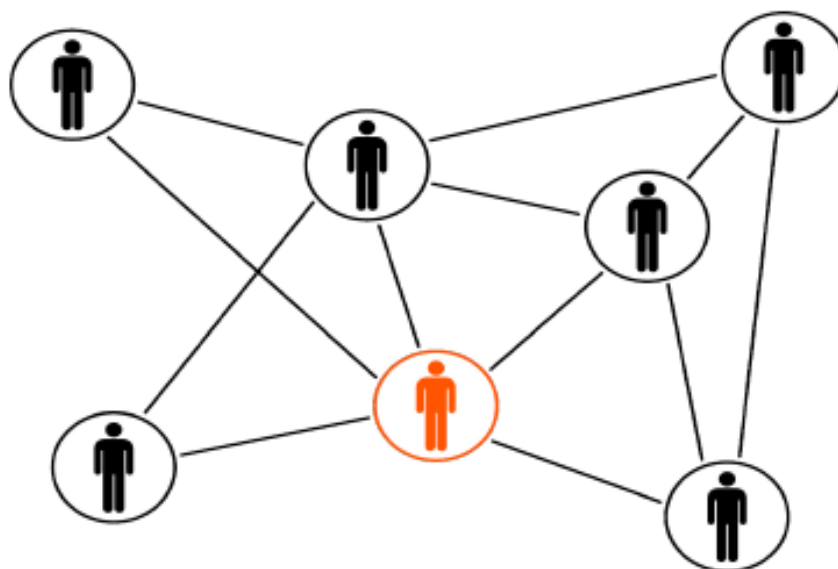


## Wichtige Infos

**Termine:** sechs Termine, jeweils dienstags von 18:00 bis 20:30 Uhr  
Die konkreten Termine finden Sie auf unserer Homepage. Diese werden auch im Vorgespräch bekannt gegeben.

**Ort:** Caritasverband Haßberge  
Promenade 37, 97437 Haßfurt

**Kosten:** Die Gebühr für das komplette Gruppenangebot beträgt 50,00€.



**Leitung:** **Katharina Seufert**  
Dipl. Sozialpädagogin (FH)  
System. Familientherapeutin (SG)

**Andreas Waldenmeier**  
Dipl. Sozialpädagoge (FH),  
Psychotherapeut (HeilprG)

## Perspektiven(*wechsel*)

### **Was beschäftigt Sie gerade?**

Was treibt Sie um? Was bereitet Ihnen Kopfzerbrechen? Gibt es auch in Ihrem Leben Bereiche, in denen Sie einen anderen/neuen Blick auf die Dinge brauchen?

### **Was ist eine Aufstellung?**

Aufstellungsarbeit ist eine therapeutische Methode, bei der einzelne Personen stellvertretend für andere (Familienmitglieder, Kollegen, etc.) im Raum positioniert (aufgestellt) und miteinander in Beziehung gesetzt werden. Dadurch werden Beziehungen und wiederkehrende Muster innerhalb eines Systems (z.B. Familie, Team, Körper) sichtbar gemacht.

### **Jede Fragestellung ist erlaubt!**

Eine Aufstellung kann helfen, Klarheit in Beziehungsgefügen zu finden und liefert häufig wichtige Erkenntnisse, um Entscheidungen zu treffen oder sinnvolle Handlungsstrategien festzulegen.

Sie bekommen wertvolle Impulse für die Bewältigung Ihres Alltags, ganz gleich, ob Sie beobachtend teilnehmen, aufstellen oder aufgestellt werden.

In der Regel sorgt die Aufstellung für mehr Klarheit, so dass man neue Kraft für die Verwirklichung seiner Ziele schöpfen kann.

## Ablauf einer Aufstellung



- Klärung des persönlichen Anliegens  
*Worum geht es? Was ist das Thema, das visualisiert bzw. aufgestellt werden soll?*
- Klärung der am Anliegen beteiligten Personen  
*Wer gehört dazu? Wer sollte mit aufgestellt werden?*
- Auswahl eines Stellvertreters für die eigene Person
- Auswahl der weiteren Stellvertreter
- Positionierung der Stellvertreter
- Befragung der Stellvertreter  
*Was fällt auf? Welche Gefühle entstehen?*
- Intervenieren bzw. Prozessarbeit  
*Welche Veränderungsimpulse gibt es?*
- Abschluss der Aufstellung
- Entlassung der Stellvertreter aus der übernommenen Rolle
- Aufstellung wirken lassen

## Wissenswertes

### **Aufstellungsarbeit ist z.B. hilfreich bei:**

- Fragen zu Partnerschaft, Beziehung und Familie
- Konflikten (privat oder beruflich)
- Eigenen persönlichen Themen (z.B. Verlust, Erkrankung)
- Inneren Konflikten, Glaubenssätzen, Einstellungen

Die Gruppe besteht aus maximal 6-8 Teilnehmer\*innen. Einzelgespräche zur Vorbereitung können jederzeit vereinbart werden.

Jeder Teilnehmer hat die Möglichkeit im Verlauf des Gruppenprozesses sein eigenes Anliegen aufzustellen. Es besteht jedoch keine Pflicht ein eigenes Anliegen einzubringen.

Um eine konstruktive Arbeitsweise zu gewährleisten ist eine Teilnahme an allen sechs Terminen notwendig.

Alle Gruppenmitglieder, sowie die Anleiter unterliegen der Schweigepflicht und dem Datenschutz.



Hier finden Sie uns



Promenade 37  
97437 Haßfurt

Tel.: 09521 926-550  
Fax: 09521 926-555

Mail: [hilfe@caritas-hassberge.de](mailto:hilfe@caritas-hassberge.de)  
Web: [www.caritas-hassberge.de](http://www.caritas-hassberge.de)

Anmeldung: (09521) 926 -550

**Vor der Teilnahme findet ein  
Informationsgespräch statt.**



Herausgegeben von  
Caritasverband für den Landkreis Haßberge e.V.  
Obere Vorstadt 19, 97437 Haßfurt  
Tel.: 09521 691-0  
Fax: 09521 691-50  
Mail: [caritas@caritas-hassberge.de](mailto:caritas@caritas-hassberge.de)  
Web: [www.caritas-hassberge.de](http://www.caritas-hassberge.de)  
Facebook: [www.facebook.com/caritashassberge](http://www.facebook.com/caritashassberge)