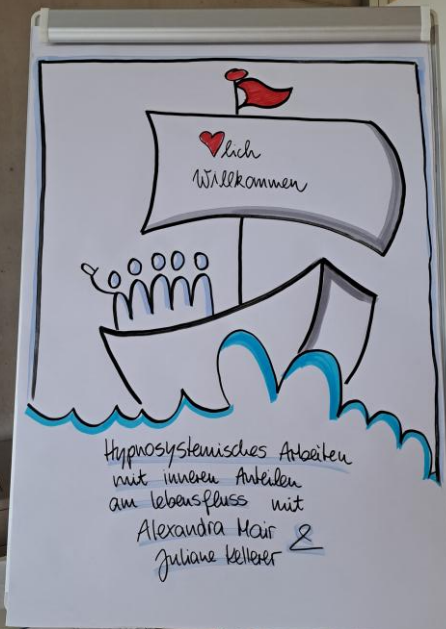


Herzlich Willkommen!

Hypnosystemisches Arbeiten mit inneren Anteilen am Lebensfluss
Juliane Kellerer und Alexandra Mair



A photograph of a desk setup. In the top left, a closed dark blue spiral notebook. In the top right, a white ceramic cup filled with a reddish-brown liquid, with a spoon resting inside. In the center, an open spiral-bound notebook with lined pages. In the bottom left, a black pencil. In the bottom center, a portion of a black tablet device is visible. The background is a dark, textured wooden surface.

Ablauf

Ankommen und Check-In

Das Lebensfluss-Modell und
eine erste Übung

Unser Verständnis von
Teilearbeit

Demo zu Teilearbeit am
Lebensfluss

Austausch und Reflexion

Abschluss und Check-Out

Check-In

Welchem inneren Anteil möchte ich in den kommenden drei Stunden Raum geben?

Und angenommen, dieser Teil wäre schon ganz präsent, woran würde ich das merken?



Das Lebensfluss-Modell

Entwickelt von:

Peter Nemetschek und dem damaligen vft-Trainerteam, ca. 1990

Eingebunden in das Weiterbildungscurriculum des vft, München

Einflussquellen

- Milton Erickson (Hypnotherapie)
- Virginia Satir (Skulptur- und Familienarbeit)
- Timeline-Arbeit des NLP

Grundgedanke von Nemetschek

- Klient*innen sollen an Lösungen arbeiten – nicht in Problemen verharren
- Lösungen sollen körperlich, räumlich und emotional erfahrbar sein
- Visualisierung macht Ressourcen und Entwicklungsschritte sichtbar

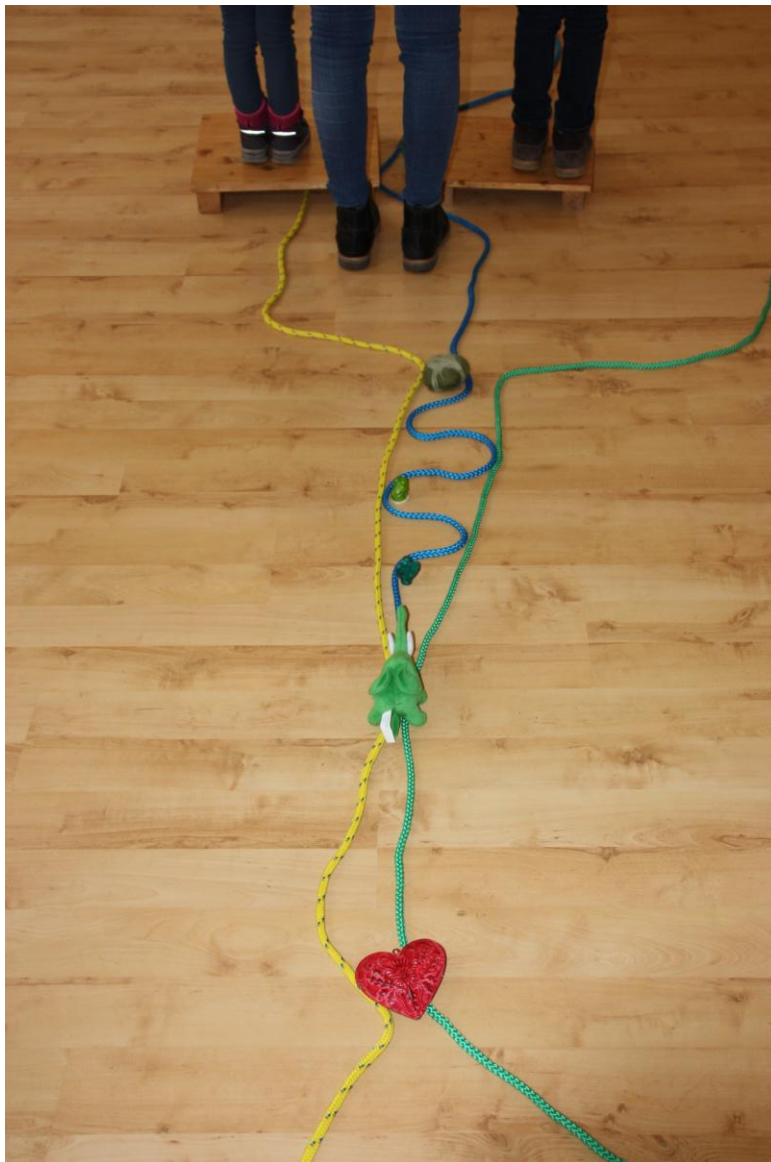
Weiterentwicklung

- Aus dieser Haltung entstand das Lebensfluss-Modell und das Entwicklungsfluss-Modell für Coaching und Supervision



- Seile auf dem Boden symbolisieren die Lebenslinien von Vergangenheit über Gegenwart in die Zukunft.
- Krisen erscheinen als Kurven – als Teil eines Wachstumsprozesses.
- Gibt räumlich-zeitliche Orientierung und stärkt wertschätzend nächste Schritte.

- Seile auf dem Boden symbolisieren die Lebenslinien von Vergangenheit über Gegenwart in die Zukunft.
- Krisen erscheinen als Kurven – als Teil eines Wachstumsprozesses.
- Gibt räumlich-zeitliche Orientierung und stärkt wertschätzend nächste Schritte.



Lebensfluss mit
Wachstumspodest/Lösungsskulptur



Lebensfluss bei Trennung und Scheidung – Kind legt die „Zwei Zuhause“ auf.

Hypnosystemisches Arbeiten mit inneren Anteilen am Lebensfluss

Wofür?

Wieder eine bewegliche, hoffnungsvolle
Haltung zu erreichen

Arbeit mit Fähigkeiten und
Ressourcenanteilen, durch die
KlientInnen mit neuer/alter Kraft ins Tun
kommen können

In eine gute innere Balance kommen

Integration innerer Anteile zu einem
stimmigen Ganzen

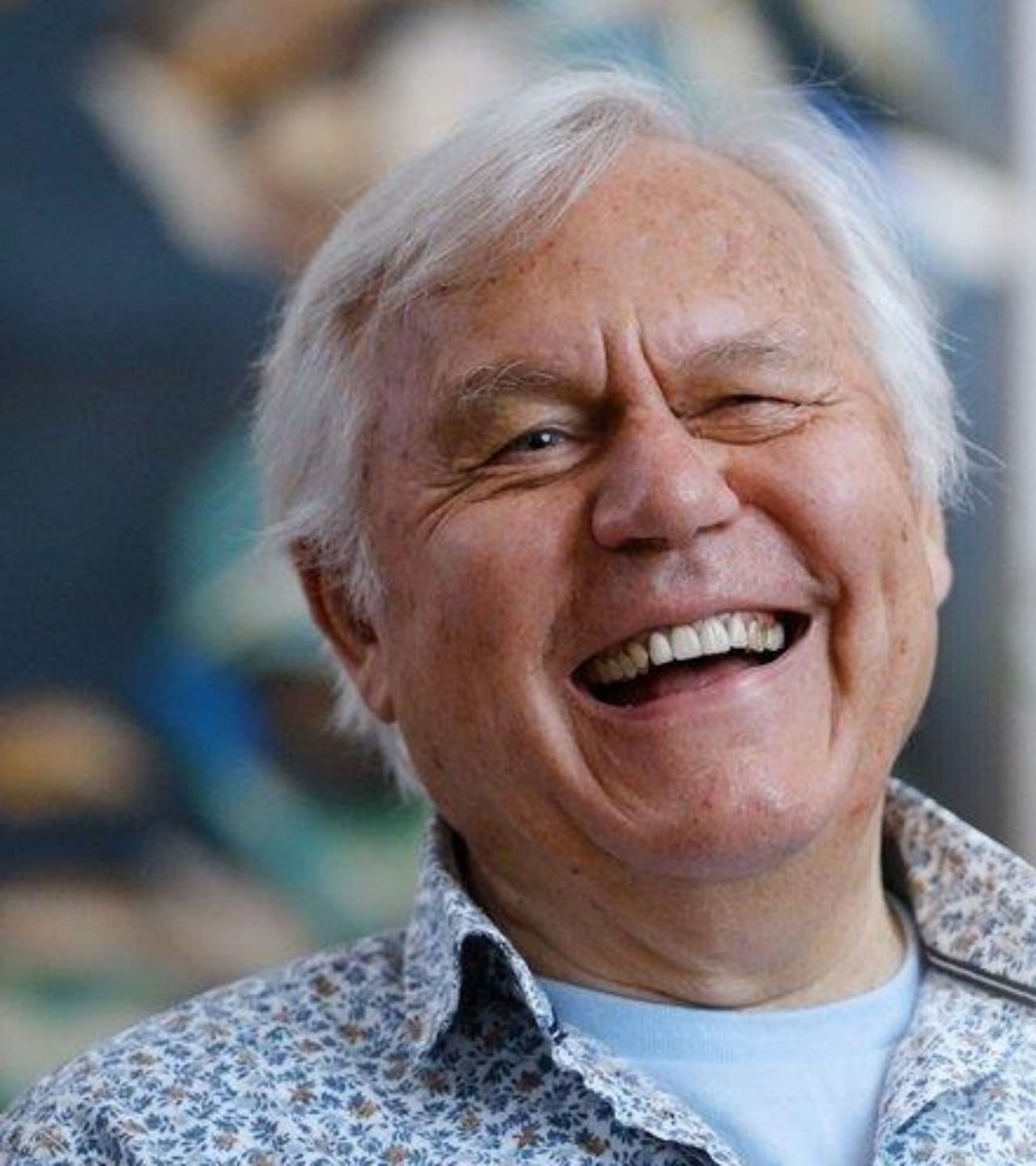
vgl. Wegner, 2021



In der Tradition von Virginia Satir...

- Sie betrachtet den Menschen als **Ganzheit mit verschiedenen inneren Anteilen**, die alle eine positive Absicht haben.
- Diese Anteile (z. B. *Beschwichtiger, Ankläger, Rationalisierer, Ablenker*) sind **erlernte Überlebenshaltungen**, entstanden aus dem Bedürfnis nach Zugehörigkeit, Sicherheit und Wertschätzung.
- Ziel der Arbeit ist **Kongruenz** – also stimmiges, authentisches und liebevolles Handeln im Einklang mit sich selbst und anderen.
- Methode: Kommunikationstraining, Familien-Skulpturen, Körperarbeit, emotionale Ausdrucksarbeit.
- Therapeutische Haltung: warm, empathisch, modellhaft kongruent.





...ergänzt durch Gunther Schmidt

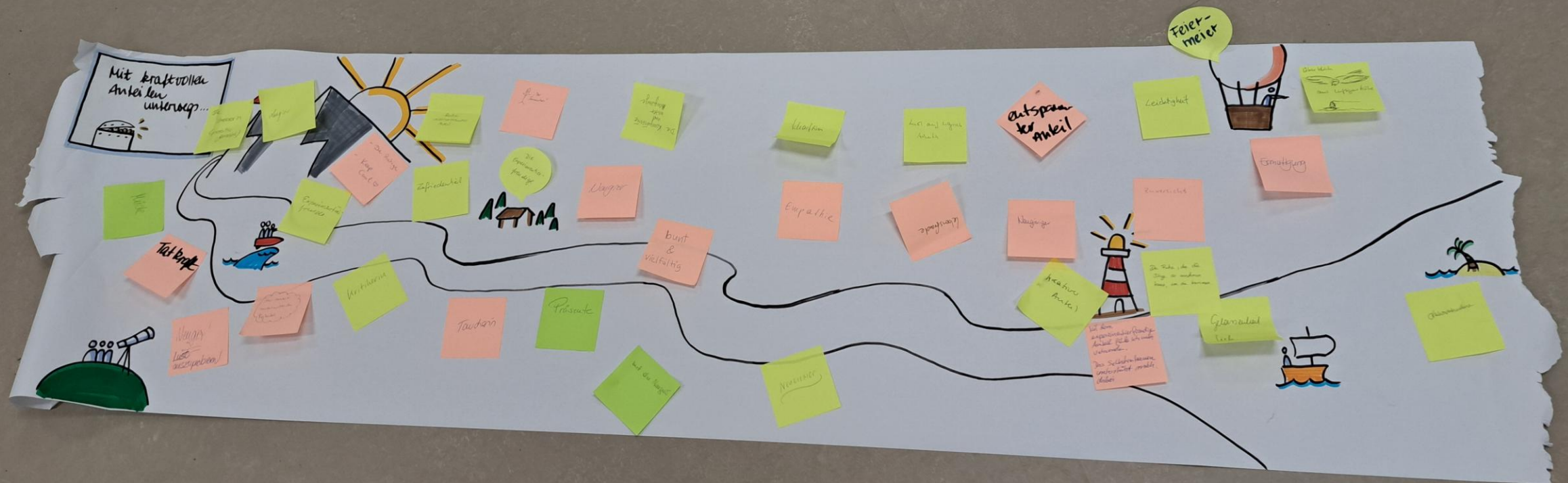
- Verbindet Ericksonsche Hypnotherapie mit systemischer Theorie.
- Innere Anteile werden als neuronale Aktivierungsmuster verstanden, die situationsabhängig aktiviert werden und stets eine nützliche Funktion erfüllen.
- Ziel ist kooperative Selbstorganisation: die inneren Teile sollen wertschätzend in Kontakt kommen und zusammenarbeiten, um Selbstwirksamkeit und innere Balance zu fördern.
- Methode: Trance, Fokussierung, Arbeit mit inneren Bildern, systemische Kontextarbeit.
- Therapeutische Haltung: ressourcenorientiert, respektvoll, aktivierend.

Essenz

Mit welchem Anteil fühle ich mich
jetzt kraftvoll verbunden?

Welcher innere Anteil unterstützt
mich stärkend für meinen nächsten
Schritt?





Quellen

Bildquellen:

Peter Nemetschek, www.familientherapie-muenchen.de

Virginia Satir, wikipedia

Gunther Schmidt, www.lifelessons.de

www.pixabay.com

Alexandra Mair

Juliane Kellerer

Texte:

Alexandra Mair

Juliane Kellerer

ChatGpT

Vft-Systemisches Institut München

Kontakt:

Alexandramair@web.de

juliane.kellerer@gmx.de



DANKE!

Für euer Interesse, euer
MitTun, eure Neugier
und die Lebendigkeit im
Raum!

