Schnelleinstieg

- **Familie – ein Netz aus Beziehungen** ▶ SEITE 12
- **Familienkulptur und Familienaufstellung:
Die Unterschiede in Kürze** ▶ SEITE 15
- **Familienkulptur – das Zusammenspiel der
Familienmitglieder verstehen** ▶ SEITE 41
- **Der Ansatz von Virginia Satir** ▶ SEITE 66
- **Familienaufstellung: Grundsätzliches** ▶ SEITE 89
- **Das Genogramm** ▶ SEITE 90
- **Die Familienrekonstruktion** ▶ SEITE 98
- **Die Familienchronologie** ▶ SEITE 102
- **Der Ansatz Bert Hellingers** ▶ SEITE 117
- **Familienaufstellung konkret – Wie geht das
und wie wirkt sie?** ▶ SEITE 132
- **Die häufigsten Fragen zu Familienrekonstruktion und
Familienaufstellung** ▶ SEITE 147
- **10 Schritte zum Ziel** ▶ SEITE 163

Inhalt

Vorwort	9
1. Einleitung	11
1.1 »Mach doch mal eine Familienaufstellung!«	12
1.2 Familienthemen mit allen Sinnen verstehen	15
• Zur Entstehungsgeschichte von Familienaufstellung und Familienskulptur	19
• Beziehung leben – jetzt und hier	23
• Meine Herkunftsfamilie – Schatz und Schicksal	34
2. »Reden ist Silber, Darstellen ist Gold« – die Familienskulptur	41
2.1 Lebendige Kommunikation	42
2.2 Der systemisch-wachstumsorientierte Ansatz Virginia Satirs	66
2.3 Familienskulptur in der Praxis	68
2.4 Was wollen Familienskulpturen leisten?	80
3. »Wie stehen wir zueinander?« – die Familienaufstellung	87
3.1 Grundsätzliches zum Verständnis der Familienaufstellung	89
• Unlösbare Bindungen – das Genogramm	90
• Auch Eltern waren Kinder – die Familienrekonstruktion	98
• Die Familienchronologie	104

3.2 Familienbande	108
• Generationsgrenzen	108
• Was Geschwister unterscheidet	110
• Wie Kinder ihren Eltern helfen wollen	112
3.3 »Ordnungen der Liebe« – der systemisch- phänomenologische Ansatz Bert Hellingers	117
3.4 Familienaufstellung in der Praxis	132
3.5 Was wollen Familienaufstellungen leisten?	140
4. Familientherapeutische Selbsterfahrungsseminare – die häufigsten Fragen	147
• Welche familientherapeutische Richtung passt zu mir?	148
• Wann empfiehlt sich welche darstellende Methode?	151
• Was tun mit Vorbehalten?	154
• Was tun, wenn Rollen nachwirken?	158
• Wie häufig kann man eine Familienskulptur oder eine Familienaufstellung machen?	159
• Ersetzen Familienaufstellungs- und Familienskulpturseminare eine Therapie?	160
• Welche Seminarform ist für mich geeignet?	161
4.1 Zehn Schritte auf der Entdeckungsreise zu Ihrer Familie	163
4.2 Ausblick	167
Dank	169
Weiterführende Literatur	170
Internetadressen/Kontakt	172