



## Deine Seele ist wie eine Rose...

Um sich zu öffnen,  
braucht sie vier Gewissheiten:

Ich darf da sein...  
Ich bin richtig, so wie ich bin...  
Ich bin es wert, geliebt zu werden...  
Ich darf mich schützen...  
(mit Dornen!)

Um erblühen zu können,  
braucht sie dann jemand,  
der sie an das erinnert,  
was sie im Innersten  
schon immer wußte.

## Seminar-Termine 2017 / 2018

### 18. – 19. November 2017

SA, 09.00 bis ca. 18.30 Uhr  
SO, 09.00 bis ca. 15.00 Uhr

### 26. – 27. Mai 2018

SA, 09.00 bis ca. 18.30 Uhr  
SO, 09.00 bis ca. 15.00 Uhr

### 15. – 16. September 2018

SA, 09.00 bis ca. 18.30 Uhr  
SO, 09.00 bis ca. 15.00 Uhr

### 01. – 02. Dezember 2018

SA, 09.00 bis ca. 18.30 Uhr  
SO, 09.00 bis ca. 15.00 Uhr

**Ort:** Seminarhaus Bruchmatt,  
Bruchmattstr. 9, 6003 Luzern

**Seminarkosten:**

Fr. 350.– (mit eigener Aufstellung)  
Fr. 150.– (ohne eigene Aufstellung)  
plus ein Mittagessen à Fr. 26.–

>> Ermässigung auf Anfrage möglich!

>> Wer bereits einmal aufgestellt hat bei mir,  
zahlt Fr. 325.– > Teilnahme mit Aufstellung

>> Wer sich anmeldet mit Aufstellung, kann  
eine Person kostenlos mitnehmen!

>> Wer sich während des Seminars spontan für eine  
eigene Aufstellung entscheidet, bezahlt den  
Aufpreis zur Teilnahme samt Aufstellung.

**Info/Anmeldung:** [www.lebensgrund.ch](http://www.lebensgrund.ch)  
Barbara Lehner, Bruchmattstasse 7,  
6003 Luzern, Tel.: 041 310 98 51, 076 574 67 14,  
E-mail: [lehner@lebensgrund.ch](mailto:lehner@lebensgrund.ch)

**Weitere Infos:** [www.e-r-langlotz.de](http://www.e-r-langlotz.de)



## Systemische SELBST-Integration

## In der Klarheit liegt Kraft



Begleitung in Übergängen

lebensgrund GmbH

## Die Grenze

Die Grenze ist das Grundprinzip des Lebens und ermöglicht Abgrenzung zur Umgebung, aber auch Austausch. Es entsteht ein Raum mit einem eigenen «inneren Milieu», das sich von dem der Umgebung unterscheidet. Das ist Voraussetzung für die eigene Identität.

## Grenze und Selbst

Dem Schutz der Grenze dient die Fähigkeit, sich für sich zu wehren, sich abzugrenzen. Dies hält den inneren Raum frei von Fremdem, so daß sich das «Selbst» entwickeln kann: Eine eigene Identität, mit eigener Erinnerung, eigener Wahrnehmung und dem Zugang zu den eigenen Gefühlen, Wünschen und Bedürfnissen. Dadurch wird Orientierung und Autonomie, Wachstum und Entfaltung möglich.

## Verlust der Grenze und Selbstentfremdung

**Durch Verletzungen, durch Gewalt oder Verlust, meist in der Kindheit, wird der Selbst-Schutzreflex beeinträchtigt oder blockiert. Meist entsteht ein verinnerlichtes unbewußtes Abgrenzungsverbot.**

Die Grenze darf oder kann nicht mehr geschützt werden und löst sich auf.

**Dies führt zum Verlust des eigenen inneren Raumes, der von Fremdem überflutet wird. Damit geht die Verbindung zum eigenen Selbst verloren,** die Identität, der Zugang zu den eigenen Gefühlen, Wünschen und Bedürfnissen, damit die Orientierung, die Selbst-Organisation, die Autonomie.

Stattdessen entsteht zunehmend Selbst-Entfremdung, Identitätsverlust, Desorientierung, Verlust der Autonomie.

**Das erzeugt Stress in Beziehungen, führt zu Überidentifikation mit der eigenen Arbeit und Burnout, Depressionen, psycho-somatischen Erkrankungen.**

## Symbiose als Überlebens-Strategie

Um zu überleben, bleibt den Betroffenen nur übrig, sich nach Fremdem zu orientieren, sich symbiotisch an zu passen. Das eigene Selbst, da es diese Anpassung erschwert, wird als bedrohlich abgewehrt, wird ausgegrenzt, abgespalten. Sie tendieren dazu, sich manipulieren zu lassen und selbst zu manipulieren, sich abhängig zu machen und andere abhängig zu machen.

## Systemische Selbst-Integration durch Abgrenzung

Mit Hilfe archaischer Rituale ist es möglich, die symbiotische Verschmelzung zu lösen, die blockierte Abgrenzung wieder zu installieren. Die Befreiung des «Inneren Raumes» und die Annäherung an das Selbst gehen dabei im Prozess Hand in Hand. Durch die Verbindung mit dem eigenen «Selbst», den eigenen Gefühlen und Bedürfnissen ist wieder eine autonome Orientierung und Selbstregulation möglich.

**Dieser Prozess setzt Kraft, Fröhlichkeit und Lebendigkeit frei. Schwere, Lähmung, Handlungsunfähigkeit verlieren sich.**

Die **Systemische Selbst-Integration nach Langlotz®** versteht sich als eine lösungsorientierte Intensivtherapie, welche Elemente von Systemaufstellung, Gestalttherapie und archaische Abgrenzungs- und Ablösungsrituale verbindet, um die Entwicklung von Selbst und Selbstbestimmung des Klienten zu initiieren.

## Zielpublikum

Das Aufstellungsseminar ist für Personen gedacht, die sich aus symbiotischen Verschmelzungen lösen und zu ihrer eigenen Identität, ihren Gefühlen und Bedürfnissen und damit zu sich selbst finden wollen. Sowie für jene, die die Methodik kennenlernen und erfahren möchten.

## Weiterbildungsempfehlung

**Die gesunde Abgrenzungsfähigkeit ist besonders auch für Berufspersonen hilfreich, die in Beratung, Betreuung sowie in therapeutischen oder seelsorgerlichen Zusammenhängen mit der Thematik von Nähe und Distanz konfrontiert sind.**



**Leitung:** Barbara Lehner

Freischaffende Theologin / Seelsorgerin, Trauer – Ritualbegleiterin.

ausgebildete Therapeutin in «SYSTEMISCHER SELBST-INTEGRATION nach Dr. E. R. Langlotz®»

[www.lebensgrund.ch](http://www.lebensgrund.ch)