



Genogrammarbeit

Der Coaching-Prozess

- > Erstellung deines Genogramms in 6 Sitzungen (à 90 Minuten)
- > Fragen und Recherche
- > Abschlusssitzung zur Analyse der intergenerationalen Geschichte
- > Grafisch ausgearbeitetes Genogramm & schriftlicher Abschlussbericht

Total € 990 (inkl. MwSt.)

Wie funktioniert das genau?

Erstellung des Genogramms: Gemeinsam erstellen wir ein Genogramm, in dem wir zwei Generationen zurückgehen und alle wichtigen Personen abbilden.

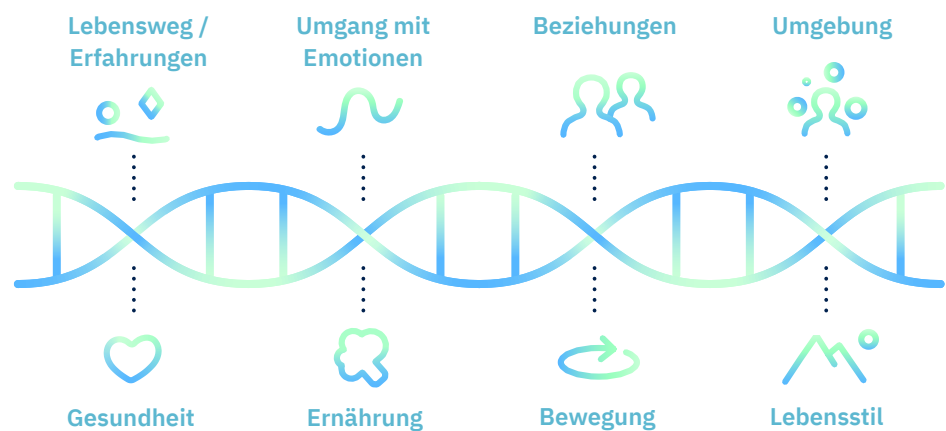
Fragen & Recherche:

Durch gezielte Fragen zu relevanten Einflussbereichen (>siehe Illustration) und Recherche innerhalb der Familie sammeln wir alle wesentlichen Informationen.

Muster identifizieren:

Gemeinsam reflektieren wir über die Einflüsse und wie sie in deinem Leben wirken. Dies gibt dir eine einzigartige Übersicht, um zu erkennen, was zu dir gehört, was besondere Aufmerksamkeit braucht und was du loslassen kannst.

Jeder trägt die Geschichte seiner Familie mit sich – von den schönen Momenten bis zu den Herausforderungen. Die transgenerationale Genogrammarbeit hilft dir, diese Geschichten zu entschlüsseln und zu verstehen, wie sie dein Leben beeinflussen. Es ist eine faszinierende Reise durch deine Familiengeschichte, die dir wertvolle Einblicke gibt über dich selbst und die Entscheidungen die du triffst.



In der Genogrammarbeit lässt du die Geschichte deiner Vorfahren in dir lebendig werden. Dies bietet dir Einsicht und Verständnis für die tieferen Schichten deines Selbst. Es gibt dir wertvolle Kenntnisse mit einer umfassenden Perspektive auf deine Vorfahren.

Für wen ist das geeignet?

Dieses Werkzeug bietet nützliche und essenzielle Einsichten für jeden – unabhängig von Lebensphase oder Alter!

Was bringt es dir?

Bewusstwerden erblicher Einflüsse:

Erhalte Einblicke in die Gesundheitsgeschichte und den Lebensstil deiner Vorfahren. Erkenne, wie Traumata, Überzeugungen oder Verhaltensweisen weitergegeben wurden. Entdecke verborgene Kraftquellen und Widerstandskraft in deiner Familie.

Erkennen von Familienmustern:

Identifiziere wiederkehrende Themen, wie starke Werte, Gewohnheiten oder Überzeu-

gungen. Verstehe, wie familiäre Gewohnheiten (z. B. Kommunikationsformen oder Konfliktvermeidung) dich geprägt haben.
Verbesserung von Beziehungen: Erhalte klare Einsichten in Beziehungen durch das Klären von Mustern und Dynamiken. Arbeite an Vergebung oder stärke die Verbindung zu Familienmitgliedern durch mehr Empathie.
Persönliche Entwicklung: Werde dir bewusst, wie dein Verhalten durch deine Familiengeschichte beeinflusst wird. Triff bewusste Entscheidungen für die Zukunft und durchbrich ungesunde Muster.
Kraft aus deinem Ursprung: Erkenne, wie dich deine Familie geformt hat, und schöpfe Inspiration aus positiven Geschichten oder Werten. Lerne, mit Stolz und Balance auf deine Herkunft zu blicken.



Nimm Kontakt mit mir auf und beginne deine persönliche Reise zu deinem Ursprung!