

## **Was ist Aufstellungsarbeit?**

Bei der Aufstellungsarbeit handelt es sich um eine Methode, durch die die Beziehungsmuster mittels Stellvertreter aus der Gruppe oder durch Gegenstände bei Einzelaufstellung im Raum bildlich dargestellt werden.

Wir alle stehen in Beziehung zu Personen, Objekten, Tieren, Umwelt, usw..... und vor allem zu uns selber. Somit spiegelt uns das Außen unser Innenleben bzw. wir gehen in Resonanz damit. Meistens liegt ein unbewusster innerer Konflikt in uns vor, der sich in unterschiedlichsten gesundheitlichen, emotionalen und psychischen Problemen oder durch Situationen im Außen zeigt. Nach wissenschaftlichen Erkenntnissen sind dem Menschen nur 5 % bewusst und 95 % liegen im Verborgenen, daher führt das Unterbewusste Regie in unserem Leben.

Mittels Aufstellungsarbeit kann Unsichtbares bzw. Verborgenes sichtbar gemacht werden. Dadurch kann Vermischtes getrennt, Übernommenes geklärt und Fehlendes bzw. Abgespaltenes integriert werden.

**Mein Motto: ERKENNEN - WANDELN – NEUORDNEN**

### **AUFSTELLUNG IN DER GRUPPE:**

Der Aufsteller sucht Stellvertreter für seinen „Anliegen-Satz“ bzw. für jedes Wort + Satzzeichen, oder für nur einzelne Wörter oder Zeichnungen, Bilder, Symbole usw. aus. Es entsteht ein Dialog zwischen dem Aufsteller und den Stellvertretern. Durch das Erkennen/Bewusstwerden und Fühlen wandelt/verändert sich die Anfangssituation und Neues entsteht.

### **EINZELAUFSTELLUNG:**

Bei einer Einzelaufstellung werden Gegenstände wie z.B. Polster, Sessel, Bodenanker, Playmobilfiguren, Schuhe usw. als Stellvertreter der einzelnen Wörter, Bilder, dgl. verwendet.

**Termine für „Aufstellungen in der Gruppe“ finden Sie unter der Rubrik Aufstellungen/Seminare.**

Bei Fragen oder Unklarheiten stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

**Terminvergabe** für „Einzelaufstellung“ und auch „Aufstellungen in der Gruppe“ nach telefonischer Vereinbarung.

**Helga Pumberger**  
**Psychologische Beraterin Supervisorin Kinesiologin**  
**Adresse: 4950 Altheim, Ach-Siedlung 46**  
**Mobil: 0043(0)650/3312066**  
**eMail: [helga.pumberger@gmail.com](mailto:helga.pumberger@gmail.com)**  
**Homepage: <https://pumberger-aufstellungsarbeit.sta.io>**

## Supervision

**Supervision ist eine Form der Beratung die, Einzelne, Teams, Gruppen und Organisationen bei der Reflexion und Verbesserung ihres personalen, beruflichen oder ehrenamtlichen Handelns begleiten.**

**„Gruppensupervision“ oder „Einzelsetting“ bietet im geschützten Rahmen die Gelegenheit berufliche Situationen zu reflektieren und neue Dimensionen und Möglichkeiten zu entdecken. Gleichzeitig dient Supervision als Burnout- und Mobbing-Prophylaxe.**

**Supervision richtet sich an Selbständige, Angestellte, Arbeiter, Auszubildende der Lebens- und Sozialberatung (Psychologische Berater) und auch an Personen, die in helfenden, pflegenden oder ehrenamtlichen Bereichen/Organisationen tätig sind.**

**Termine/Informationen für „Gruppensupervision“ finden Sie unter der Rubrik „Aufstellungen/Seminare“.**

**Termine für Supervision im „Einzelsetting“ nach telefonischer Vereinbarung.**

**Helga Pumberger  
Psychologische Beraterin Supervisorin Kinesiologin  
Adresse: 4950 Altheim, Ach-Siedlung 46  
Mobil: 0043(0)650/3312066  
eMail: [helga.pumberger@gmail.com](mailto:helga.pumberger@gmail.com)  
Homepage: <https://pumberger-aufstellungsarbeit.sta.io>**