

## Automatisches Transkript

Herzlich willkommen bei "Die Liebe Familie", dem Podcast für verdeckte Familienaufstellungen und mehr. In der heutigen Folge mit dem Titel "Lebensmuster und Wiederholungen erkennen" erzählen wir euch einen spannenden Fallbericht aus der Praxis. Unsere Klientin Sieglinde hat den Wunsch, sich von ihrem Mann zu trennen, obwohl ihre Ehe eigentlich gut ist.

Doch als wir tiefer in ihre Familiengeschichte eintauchten, entdeckten wir ein wiederkehrendes Muster von alleinlebenden Frauen. Wie beeinflussen uns unbewusste familiäre Muster in unseren Entscheidungen und Handlungen? Lasst euch von diesem Fall zum Nachdenken anregen und erfahrt, wie Sieglinde durch eine Familienaufstellung einen neuen Blick auf ihr Leben gewinnen konnte.

Entscheidungsfreiheit und familiäre Muster- Die Frage, wie frei wir in unseren Entscheidungen sind, wenn familiäre Muster unsere Gefühle und Handlungen beeinflussen- Sieglinde erkennt das Muster der alleinlebenden Frauen in ihrer Familie und ist verwundert über die mögliche Unfreiheit ihrer Entscheidung- Unsere Entscheidungen sollten gründlich hinterfragt werden, da oft unbewusste familiäre Übertragungen unser Denken, Fühlen und Handeln beeinflussen

Höre rein und erfahre, wie Sieglinde in ihrer Familienaufstellung eine wichtige Erkenntnis darüber gewinnt, wie sie mit den Schicksalen der Frauen in ihrer Familie verbunden ist und wie das ihre Entscheidungen beeinflusst. Doch kann sie sich von diesen unbewussten Mustern befreien und ihre eigenen Wege gehen?

Lass dich von dieser bewegenden Geschichte inspirieren und fordere dich selbst heraus, deine eigenen Entscheidungen und Verhaltensweisen zu hinterfragen. Wer weiß, vielleicht erkennst du auch verborgene Muster in deinem eigenen Leben.

Darüber hinaus laden wir dich ein, unsere Website [www.karinachleitner-meierhofer.at](http://www.karinachleitner-meierhofer.at) zu besuchen, um weitere Informationen zu den Seminaren und Terminen von Dr. Karin Achleitner zu erhalten. Wenn du eine eigene Geschichte oder Idee hast, freut sie sich auch über deine Nachricht!

Wir hoffen, dass dir diese Episode gefällt und du sie mit deinen Freunden teilst.

Denk daran, dass du uns jederzeit unter [dieliebefamilie@deinthema.at](mailto:dieliebefamilie@deinthema.at) erreichen kannst.

Vielen Dank für deine Unterstützung und eine schöne Zeit!

Mit herzlichen Grüßen,

Karin Achleitner

Folge 013 Familiäre Lebensmuster und Wiederholungen erkennen

Der Podcast zum Nachlesen

Automatisches Transkript

Heute möchte ich euch einen Fallbericht aus meiner Praxis mit einer Klientin erzählen. Ich nenne die Klientin Sieglinde. Sie ist 49 Jahre alt und sie kam mit dem intensiven Wunsch, sich von ihrem Mann zu trennen, obwohl, wie sie sagt, in ihrer Ehe alles gut ist. Und sie kann eigentlich keine Gründe nennen. Sie sagt auch, ihr Mann sei ein wunderbarer Partner. Sie haben drei Kinder und viel gemeinsam aufgebaut und eigentlich hätte sie jeden Grund glücklich zu sein und trotzdem will sie endlich einmal alleine leben, alleine sein für sich. Sie haben sich sehr jung kennengelernt und sie konnte nie für sich leben. Ihr Mann war mit ihr beim Beratungsgespräch und er hat ihr sogar angeboten, dass sie eine Wohnung anmieten, in der sie alleine wohnen könnte, diese Erfahrung allein zu leben machen zu können.

Aber das möchte Sieglinde nicht. Sie will die Scheidung und das ist für ihren Mann völlig unverständlich und er wirkte auch sehr verzweifelt, denn er ist natürlich völlig überrascht, denn dieser Wunsch äußert sich etwa seit einem halben Jahr immer wieder. Eigentlich sind die beiden ja zur Paartherapie gekommen und plötzlich sagt Sieglinde ganz fest überzeugt, nein ich will die Scheidung, ich will auch nicht eine Wohnung so als Test, nein ich will die Scheidung. Auf meine Frage, wie sich Sieglinde das Alleinleben vorstellt, meinte sie, wenn ich endlich nur für mich da sein kann und tun und lassen kann, was ich möchte. Auf die weitere Frage, ob sie sich so sehr fremd bestimmt fühlt, erwidert sie, dass sie alle Freiheiten hat, sich aber nicht frei fühlt. Als wir der Frage nachgehen, wer in ihrer Familie noch alleine gelebt hat, antwortet sie spontan, auch ihre Mutter war ab dem 51. Lebensjahr allein, weil sie verwitwet war, und sie lebte dann immer alleine und hat ihr Leben sehr genossen. Im weiteren Gespräch zeigte sich dann folgendes Familienmuster, nämlich, dass auch ihre beiden Großmütter im Alter zwischen 48 und 53 Jahren verwitwet wurden. 00:01:44 - 00:03:06

In Sieglindes Familie scheint es also üblich zu sein, dass die Frauen die 50 alleine leben oder alleine leben wollen wie Sieglinde. Und da ihr Mann sie nicht verlässt, dies weder durch Scheidung und zum Glück auch nicht durch den Tod, will Sieglinde möglicherweise dem Familienskript folgen, in dem sie eine Trennung anstrebt. Jetzt stellt sich die Frage, wie frei sind wir in unseren Entscheidungen, wenn unbewusste familiäre Muster unsere Gefühle und Handlungen derart steuern können. Denn als Sieglinde das Muster der Frauen erkannte, war sie sehr verwundert, ja fast schockiert. 00:03:06 - Und sie meinte, dann ist es ja vielleicht gar nicht meine freie Entscheidung.

Vielleicht regt euch dieser Fall zum Nachdenken an, dass wir oft blind verbunden sind mit den Schicksalen der Familie. Und solange wir familiären Muster nicht durchblicken, sind wir oftmals nicht frei in unseren Entscheidungen. Es lohnt sich also wirklich, unsere Entscheidungen gründlich zu hinterfragen und manchmal findet man dann heraus, dass unbewusste familiäre Übertragungen auf uns wirken, auf unser Denken, auf unser Fühlen und auf unsere Handlungen. Sie, Glinde, konnte in weiterer Folge in der Familienaufstellung feststellen, dass sie tatsächlich mit ihren Großmüttern und mit ihrer Mutter in sehr inniger Nähe stand, und alle Männer standen alleine da. Sie konnte sich von der Übernahme des Schicksals der Frauen distanzieren und sie konnte zumindest vorerst den resoluten Wunsch nach Scheidung loslassen und einfach mal den Versuch starten, eine eigene kleine Wohnung zu haben und nach Bedarf für sich allein zu leben. Ich habe dann viel viel später erfahren, dass Sieglinde wieder sehr gerne in ihre Familie zurückkehrte und ihre eigene Wohnung kaum benutzt hat. Sie konnte sich also von diesem unbewussten Nachahmungszwang lösen und wieder

ganz frei für ihr Leben entscheiden. Danke für deine Aufmerksamkeit.

Ich freue mich auch, wenn du mir schreibst. Vielleicht hast du ein eigenes Thema oder eine Idee.

Dann schreib mir einfach eine E-Mail [dieliebefamilie@deintheama.at](mailto:dieliebefamilie@deintheama.at).