

Folge 004 Elisabeth hat ein Geheimnis wie die familiäre Vergangenheit die Zukunft beeinflusst

Automatisches Transkript

In dieser Podcast-Episode geht es um das Thema Vermeidung von Kindern aufgrund von generationsübergreifenden Verstrickungen innerhalb einer Familie.

Die Protagonistin Elisabeth hat aufgrund der Erfahrungen ihrer Mutter und Großmutter Angst, Kinder zu bekommen und leidet unter Depressionen und Suizidgedanken, die Zusammenhänge mit der Familie sind ihr nicht bewusst, sie meinte, die Depressionen seien eine genetische Disposition.

Sie erkennt nur, dass sie keinesfalls Kinder möchte. In einer verdeckten Familienaufstellung mit Dr. Karin Achleitner wird die Ursache für diese Ängste beleuchtet und Elisabeth kann ihre Angst vor Kindern überwinden.

In dieser Episode werden auch die Erfahrungen ihrer Urgroßmutter beleuchtet, die eine Schuld auf sich geladen hat und dadurch ein Kind ums Leben kam.

Die Episode gibt einen Einblick in die Bedeutung von Prägungen in der Familie und wie diese sich auf die Einstellung zu Kindern auswirken können.

Ein 4 Generationen Familienschicksal und wie es die Enkelin beeinflusst

Warum Elisabeth kein Kind will: Eine Reise in die Vergangenheit ihrer Familie.

Inhalte des Podcast:

Wie wirken sich vergangene Generationen auf das heutige Leben von Menschen aus?

Wie können verdeckte Familienaufstellungen Menschen dabei helfen, Probleme zu lösen?

Wie beeinflussen Erlebnisse und Prägungen aus vergangenen Generationen die Entscheidungen der heutigen Generation in Bezug auf Familienplanung? Warum ist es wichtig, sich mit der Vergangenheit der eigenen Familie auseinanderzusetzen?

Was sind die Auswirkungen von familiärer Schuld auf eine Person oder eine Familie? Welche Rolle spielt Epigenetik bei Generationen-bedingten Verhaltens- und Gesundheitsproblemen?

Wie können erfolgreiche Familienaufstellungen die Beziehung zu den Eltern verbessern?

Wie kann man sich von alten Mustern, die von Generation zu Generation weitergegeben wurden, befreien?

Welche Verantwortung haben Familienmitglieder, wenn es um vererbte Verhaltensmuster und Probleme geht?

Wie kann man in Familienkonfliktsituationen oder bei Verhaltensproblemen Hilfe und Unterstützung finden?

Wie die Vergangenheit die Zukunft beeinflusst.

Die Last der Familie: Wie Suizidabsichten übertragen werden können.

Die Last der Vergangenheit: Wie eine Schuld die Familie prägt.

Die Macht des Familiengedächtnis: Wie die Erfahrungen der Urgroßmutter bis heute wirken. Suizidabsichten und Familienerbe:

Wie Elisabeths Vergangenheit ihr Leben beeinflusst.

Wie Ängste und Traumata vererbt werden können.

Die Geschichte hinter Elisabeths Ängste:

Wie ihre Vorfahren sie unbewusst geprägt haben.

Liebe Hörerinnen und Hörer: In meiner neuesten Folge 004, geht es um ein sehr emotionales Thema:

Die generationsübergreifende Übertragung von Suizid-Absichten innerhalb einer Familie. Unsere Klientin Elisabeth hat große Angst davor, Kinder zu haben,

weil sie befürchtet, dass mit Kindern das Leben vorbei ist und dass sie keine gute Mutter sein wird.

Wir haben uns tief in die Familiengeschichte eingearbeitet und festgestellt, dass es eine generationsübergreifende Verstrickung gibt, die auf ein Ereignis zurückzuführen ist, das in der vierten Generation immer noch schwere Auswirkungen auf die Familie hat. Die Schuld und das Leid hat sich über die Jahre angesammelt und beeinflusst noch immer die Gedanken, Gefühle und Haltungen der Familienmitglieder wie Elisabeth.

In der Folge wird untersucht, wie weit die Erfahrungen in der Familie zurückreichen und wie sie das Leben und die Einstellung zu Kindern beeinflussen.

Nächste Woche werden wir noch tiefer in das Thema der bewussten Entscheidung für oder gegen Kinder und die unbewusste Vermeidung eintauchen. Verpassen Sie also nicht Folge 005 von "Die liebe Familie".

Abonnieren Sie jetzt den Podcast und lassen Sie uns weiter über unsere Familien und das Leben sprechen.

Hier sind drei der wichtigsten Fakten, die Sie von dieser Folge mitnehmen können:-

Probleme und Ängste können aus generationsübergreifenden Verstrickungen entstehen.-

Depressionen können sowohl erblich bedingt sein als auch durch ähnliche Lebensbedingungen verursacht werden.-

Systemische Familienaufstellungen können dabei helfen, unbewusste Verhaltensmuster aufzudecken und zu bearbeiten.

Am besten Sie hören in den Podcast rein, um mehr zu erfahren und bleiben Sie auf dem Laufenden über das Thema bewusster Kinderwunsch und unbewusste Vermeidung. Bitte empfehlen Sie diese Episode auch gerne weiter!

Podcast automatisch transkribiert

Elisabeth ist ca. 34 Jahre alt, eine sehr attraktive Frau und sie hat ein Geheimnis. Sie verheimlicht ihren Partner, dass sie keine Kinder möchte. Dieses Gehei

mnis belastet sie mittlerweile so sehr, dass sie an starken Depressionen leidet und sogar oft daran denkt, ihrem Leben ein Ende zu setzen. Und nun, was

steckt wirklich hinter dieser Abneigung oder Angst, Kinder zu haben? Elisabeth erzählt von ihrem schlechten Gewissen. Seit ungefähr fünf Jahren lebt sie mit ihrem Partner zusammen und er wünscht sich Kinder und sie verheimlicht ihm, dass sie verhütet. Die Partnerschaft ist sehr schön, erzählt sie. Sie sind glücklich. Elisabeth liebt ihren Partner und versteht ihre Abnäherung eine Familie zu gründen selbst nicht. Ihr Partner will unbedingt Kinder und er träumt schon davon, wie es sein wird, wenn sie Kinder haben. Sie hat aber große Angst, Kindern das Leben zu schenken. Sie fühlt sich dieser Aufgabe einfach nicht gewachsen, sagt sie. Auf meine Frage, vor was sie eigentlich die größte Angst hat, sagt sie, ich habe Angst, dass ich keine gute Mutter sein kann und dann mein Leben vorbei ist und auch die Liebe. Elisabeth hat Angst durch Kinder ihr eigenes Leben zu verlieren. Das ist die Begründung von ihr. Wir recherchieren gemeinsam, was jetzt eigentlich wirklich in der Familie passiert ist. Was hat sie gesehen, was hat sie erlebt und Elisabeth erzählt, dass ihre Mutter bereits sehr früh gesagt hat, dass sie und ihre Geschwister eine Last sind, dass sie das immer wieder gehört hat und dass sie nur wegen der Schwangerschaft mit Elisabeth heiraten musste. Elisabeth ist die Erstgeborene von vier Geschwistern. Die Mutter meint, dass sie mit dieser Schwangerschaft, also mit Elisabeth, ihr Leben vertan hat, denn eigentlich wollte sie ja ganz anders leben, frei sein und reisen und vor allem nicht zu früh heiraten. Mit Kindern ist das Leben vorbei, sagte sie. Mach ja nicht den gleichen Fehler wie ich, krieg keine Kinder und das hörte Elisabeth sehr oft. Die Mutter wurde auch schwer depressiv und hat mehrere Suizidversuche überlebt. Diese Erfahrungen waren für Elisabeth natürlich schlimm und prägend. Die Glaubenssätze und das Leben der Mutter haben natürlich eine Wirkung auf Elisabeth. Wir gehen der Frage nach, was sonst noch alles passiert, ist in der Familie und wie weit diese Erfahrungen, dass Kinder so eine große Belastung sind, zurückgehen.

also zur Mutter der Mutter, Denn da hat ja auch die Mutter ihre Prägungen bekommen und wir wissen noch nicht, was die Mutter so alles gehört hat. Die Großmutter hatte sechs Kinder und sie wollte bereits nach dem dritten Kind ihrem Leben ein Ende setzen. Der Mann war tyrannisch, er hat getrunken und sie wusste gar nicht mehr, wie sie die Kinder alleine durchbringen soll. Auch sie jammerte oft und sagte, ohne Kinder wäre mein Leben so leicht und wenn ich noch mal zur Welt komme, dann würde ich nie wieder heiraten und nie Kinder bekommen. Wir können uns nun vorstellen, was die Mutter von Elisabeth erlebt hat, wie es ihr ergangen ist.

#Elisabeth erinnert sich, dass sie in ständiger Angst lebte, ihre Mutter zu verlieren. Sie hat einige Male gesehen, dass sie in den Wald ging und gedroht hat, nicht wieder nach Hause zu kommen. Aber auch die Großmutter hat einen schweren Suizidversuch noch glimpflich überlebt. Sie war damals mehrmals in der Psychiatrie Und so sieht man, dass die Ursachen, dass Kinder ein Problem sind, schon sehr weit zurückgehen.

Die Angst, Kindern das Leben zu geben, gehört schon zur Mutter und zur Großmutter. Zu dieser Zeit war es natürlich auch für Frauen viel schwerer mit einer großen Familie und wenig sozialer Unterstützung. Und wenn dann der Mann nicht verlässlich war, dann waren die Frauen natürlich wirklich völlig alleingelassen und überfordert. Ich mache Elisabeth auf die Zusammenhänge aufmerksam und sie meint, so habe ich das noch nie gesehen. Ich dachte mir, die Depressionen sind bei uns erblich beziehungsweise genetisch bedingt. Wir sprechen auch über das Thema Gene und Epigenetik und ich informiere Elisabeth darüber, dass Gene dann aktiv werden, wenn es bestimmte Umweltbedingungen und ähnliche Lebensmodelle gibt, also ähnliche Krankheiten, ähnliche Ängste oder Depressionen als Bedingungen und Einflüsse der Umwelt aktiv werden. Epigenetik erklärt auch, warum zum Beispiel eineiige Zwillinge, die dieselben Erbanlagen haben für Erkrankungen, nicht dieselben Krankheiten bekommen müssen. Elisabeth erzählt auch, dass die Mutter und die Großmutter beide noch blutjung waren, als sie die Kinder bekommen haben. Beide leben noch immer und deshalb empfehle ich auch Elisabeth mit der Großmutter zu sprechen und sie mal zu fragen, wie es ihre

Mutter gegangen ist in der Kindheit und im späteren Leben, in der Partnerschaft und so weiter. Denn damit würde ja Elisabeth auch etwas mehr von ihrer Urgroßmutter erfahren. Circa zwei Wochen später kam Elisabeth wieder und sie berichtete. Die Großmutter war wie versteinert, als die Sprache auf ihre Mutter kam. Sie wollte vorerst gar nichts reden und sie hat nur gemeint, die ist für mich gestorben, wieso willst du das wissen? Das interessiert mich nicht mehr. Die Großmutter war sehr abweisend. Erst nach einer Zeit begann sie doch ein bisschen zu erzählen und sie sagte, die hat nur Schande über uns gebracht. Elisabeth ließ nicht locker und erfuhr dann doch, dass die Urgroßmutter straffällig wurde. Es ging um ein Kind, das fahrlässig gestorben ist, durch die Schuld der Urgroßmutter. Sie kam ins Gefängnis und Die ganze Familie wurde im Ort ausgegrenzt und verachtet.

Die Urgroßmutter wollte sich bereits im Gefängnis das Leben nehmen und hat aber überlebt. Die Schuld und Schamgefühle tragen jedoch die Kinder, sie haben sie übernommen, unter anderem auch die Großmutter.

An dieser Geschichte sieht man, dass sich eine offene Schuld und der Wunsch dafür zu sühnen mit dem eigenen Leben auch generationsübergreifend überträgt. Ich möchte das jetzt ein bisschen zusammenfassen.

Die Urgroßmutter von Elisabeth hat eine Schuld auf sich geladen und ein Kind ist dadurch gestorben. Ihre Tochter, die Großmutter, wollte sich ebenfalls das Leben nehmen und auch die Mutter von Elisabeth. Und nun hat auch Elisabeth selbst sehr oft Suizidgedanken. Es übertragen sich bereits in der vierten Generation die Absichten für ein verstorbenes

Kind die Schuld zu sühnen. Das ist aber völlig unbewusst. Nun wird auch verständlich, warum Elisabeth große Angst hat, ein Kind in die Welt zu setzen. Die Frauen in der Familie, Die Urgroßmutter, Großmutter und die Mutter sowie Elisabeth tragen hier ein gemeinsames schweres Schicksal, ausgelöst durch den fahrlässigen Tod eines Kindes. Die Absicht, diese Schuld zu sühnen, begann bei der Urgroßmutter. Sie wollte sich schon im Gefängnis das Leben nehmen. Und diese Absicht übertrug sich auf die nächsten Generationen. Aber auch die Angst oder Abnähung, Kinder in die Welt zu setzen. Kinder haben bedeutet in der Familie seine Freiheit verlieren. Aber wenn wir uns fragen, wer hat die Freiheit verloren? Das war die Urgroßmutter. Sie verlor ihre Freiheit im Gefängnis und kam anschließend mit ihrem Leben nicht mehr zurecht. Alle Frauen hatten auch das Gefühl, heiraten zu müssen, weil sie schwanger wurden. Dieses Familienskript spürt Elisabeth. Bis jetzt hat die Geschichte zwar Elisabeth völlig unbewusst im Fühlen und Denken beeinflusst, denn sie wusste ja vor kurzem von dem ganzen Geschehen kaum etwas. Als sie die Geschichte der Urgroßmutter erfahren hat, wurden ihr aber schlagartig die Zusammenhänge bewusst. Bei der verdeckten Familienaufstellung wurden alle Frauen, auch das verstorbene Kind von damals, aufgestellt durch Stellvertreter. Auch Elisabeth war vorerst durch eine Stellvertreterin verdeckt aufgestellt. Niemand wusste also wer wer ist. Interessant war dann die Haltung von Elisabeth. Sie hat sich ganz dominant in die Mitte des Raumes gestellt, also die Stellvertreterin von Elisabeth. Sie hat die Hände in die Hüften gestimmt und wirkte sehr stark und hat zu allen anderen Personen gesagt, macht euch keine Sorgen, ich mache das schon. Ich habe danach gefragt, was sie denn da machen möchte und sie meinte, ich weiß es nicht, ich habe keine Ahnung, das ist einfach so gekommen Und ich habe sie gebeten, den Satz zu ändern. Sie soll den Frauen sagen, ich mache das nicht.

Ich mache das nicht für euch, denn es gehört nicht in mein Leben. Und ich lasse dafür die Verantwortung bei euch.

bei dir, Urgroßmutter. Da gehört es nämlich hin und zu sonst niemand. Sie konnte das nach ein paar Anläufen doch sagen, anfänglich war das sehr zögerlich und dann hat sie gespürt, dass das richtig ist, was sie sagt. Auch Elisabeth selbst war ja dann am Schluss in der Aufstellung. Wir sehen, dass manche Probleme nicht nur im eigenen Leben zu finden sind und diese Riesenangst vor Kindern, die Elisabeth gespürt hat, ganz andere Hintergründe hatte. Sie hat natürlich noch immer Angst, dem Partner die Wahrheit zu sagen, aber wenn er sie liebt, wird er das

Verstehen. Und Elisabeth hat jetzt zumindest die Chance, mit diesem neuen Bewusstsein, was hier passiert ist, ihre eigenen Entscheidungen neu zu überdenken. Möglicherweise konnte sie sich ja bereits davon lösen und spürt eine neue Freiheit für ihr Leben. Frei von den generationsübergreifenden Verstrickungen. Es ist noch alles möglich und mit diesen Worten haben wir uns damals vor vielen Jahren verabschiedet. Und auch wenn ich jetzt keine Happy End Geschichte machen möchte, will ich es euch doch nicht vorenthalten, weil es einfach so ein schöner Schluss ist. Elisabeth kam zwei Jahre nach der Aufstellung bei mir vorbei auf einem kurzen Besuch und sie überraschte mich mit einem Kinderwagen. Ja, Elisabeth hat es geschafft, diese Ängste zu überwinden und sie hat mir dann erzählt, dass sie eigentlich sofort offen mit ihrem Partner über die ganze Geschichte gesprochen hat. Er war verständnisvoll, liebevoll Und sie meinte, es war für mich dann eigentlich fast selbstverständlich, dass wir jetzt ein Kind möchten. Die Angst war wie entzaubert und sie sagt, wir sind sehr glücklich. Ja, manche Familienschicksale sind durch Bewusstmachung tatsächlich wie entzaubert Und das ist dann immer wieder erstaunlich, wie plötzlich sich manchmal die Dinge verändern. Ich danke dir für deine Aufmerksamkeit und weil wir gerade bei dem Thema Kinderwunsch sind und immer öfter dieses Thema zu mir in die Praxis kommt, dass es eben nicht so leicht klappt mit dem Kinderwunsch, Möchte ich nächste Folge, also nächste Woche, auf das Thema bewusster Kinderwunsch und unbewusste Vermeidung eingehen? Und vielleicht hast du Bekannte, die sich auch Kinder wünschen und es nicht so leicht klappt. Vielleicht möchtest du darauf aufmerksam machen, dass ich genau nächste Woche in dieser Folge auf dieses Thema schaue. Danke euch, alles Liebe, bis bald.

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 EMail dieliebefamilie@deinthema.at.

Ich freue mich über deine Zuschriften und ich wünsche Dir eine schöne Zeit.