



## Verena Cajochen

- **Familiensystemischer Coach (Zertifikat)**  
Ausbildung in Systeme-Stellen nach Bert Hellinger und NLP bei Dr. med. Ilse Kutschera, München, D, und dipl. rer. pol. Helmut Eichenmüller, Nürnberg, D.  
Zusatzfortbildung in Organisationsstellen im Juni 2005.  
Zusatzfortbildung in systemischer Paartherapie im Mai 2006.
- **Traumatherapeutin (Zertifikat)**  
Ausbildung in Social Trauma Therapy (STT) bei Dr. Anngwyn St. Just, Arizona, USA.
- **Personalfachfrau (Diplom)**  
Langjährige Erfahrung als Personalleiterin, Coach und Referentin (v.a. im Bank- und Forschungsumfeld).
- **Weiterbildungen** u.a. im Bereich Coaching, Führung, Projektmanagement, Kommunikation, Konfliktlösung, Selbst- und Prozessmanagement. Zudem Reiki I, II und III. Kimura Shukokai Karate 4. Dan.
- **Regelmässige Supervisionen** auch im Bereich Medialität, Heilarbeit, schamanistischer Arbeit, Traumaheilung, Familienstellen.

### **Information und Anmeldung:**

moviment, systemisches Coaching  
Stationsstrasse 69a, 8623 Wetzikon  
Tel. 043 497 05 01  
Mail: [praxis@moviment-cajochen.ch](mailto:praxis@moviment-cajochen.ch)  
[www.moviment-cajochen.ch](http://www.moviment-cajochen.ch)



## **Traumaheilung Familienstellen systemisches Coaching**

Durch das Hinschauen und Zustimmung was ist  
können Herausforderungen,  
anspruchsvolle Situationen  
und überwältigende Ereignisse  
nachhaltig gemeistert werden.  
So wird die Herkunft  
zu einer kraftvollen Ressource.

## Ziel

Es gibt viele Möglichkeiten, gesund und zufrieden zu werden. Oft wird mit dem Körper und der Psyche gearbeitet, damit die Seele sich entfalten kann. Ein Mensch, der diesen Weg geht, hat sich entschieden, bewusst und im Einklang zu leben.

Aber es gibt Situationen, die zeigen, dass da noch etwas ist. Die Zufriedenheit dauert nur kurz und der Körper reagiert, weil die Balance gestört wird. In diesem Fall macht es Sinn genauer hinzuschauen, damit die Ursache erkannt wird.

Die familiensystemische Arbeit nach B. Hellinger in Kombination mit der Traumaheilung nach Dr. A. St. Just (Social Trauma Therapy) unterstützt die Suche nach dem, was stört. Das, was behindert, kann sichtbar und wahrnehmbar gemacht werden. So wird das Loslassen unterstützt und ein authentisches und eigenverantwortliches Leben wird möglich. Der Weg zur inneren Zufriedenheit und Versöhnung wird frei.

## Familienaufstellung (Organisationsaufstellung)

Beim systemischen Coaching (Einzelsitzung mit Hilfe von Figuren) oder bei der Familienaufstellung (Seminar mit Hilfe von stellvertretenden Personen) handelt es sich um eine Kurzzeittherapieform. Sie geht von der Herkunfts- oder der Gegenwartsfamilie der Rat suchenden Person aus. Schwierigkeiten in Familie, Partnerschaft und/oder Beruf sowie gesundheitliche Probleme und Suchtthemen können auf ungelöste Traumata, negative Lebensmuster oder schwere Schicksale, die aus dem Familiensystem übernommen worden sind, hinweisen. Das Sichtbarmachen dieser Schicksale kann Blockaden lösen und eine nachhaltige Besserung der Situation ermöglichen.

Diese Methode wird auch erfolgreich bei Organisations-, Team- und Symptomaufstellungen eingesetzt. Spannungen in Teams, unerfreuliche Arbeitssituationen oder nicht erklärbare Dynamiken in Unternehmungen werden auf einmal anders wahrgenommen und so sind unerwartete Lösungen möglich.

## Traumaheilung (STT)

Während eines überwältigenden Lebensereignisses (Gewalt, Tod, Trennungen, emotionale Überforderung, Katastrophen, Unfälle etc.) gibt es einen Moment, in dem die Wahrnehmung der Zeit stoppt und ein Teil des Bewusstseins sich abspaltet. Dies ist zwar Teil eines schützenden Dissoziationsvorganges, kann aber dazu führen, dass ein Teil des Bewusstseins in der Vergangenheit feststeht und diese Energie in der Gegenwart nicht zur Verfügung steht. Die Traumaarbeit versucht, diesen Moment "in dem die Zeit stillsteht", zu finden, um die Zeit für das Individuum wieder vorwärts zu bewegen. So wird die in der Vergangenheit gebundene Energie freigesetzt, der Organismus aus der Fixierung herausbewegt, damit der Mensch sich wieder im Energiefluss befinden kann.

Zudem scheint die Spaltung von Denken und Fühlen der Grund zu sein für das persönliche und letztlich das sozial-globale Trauma. Deshalb können mit der Integration von Denken und Fühlen Traumata aufgelöst werden und eine Person kann aus dem endlosen Kreislauf von Schuld und Anklage heraus kommen und das Leben erfolgreich meistern.

## Einzelsitzung (in der Regel mind. 2-3 Stunden)

nach telefonischer Vereinbarung, Barzahlung

Kosten: 1. Sitzung Fr. 250.--  
danach, ab 3 Stunden Fr. 300.--

## Spezielle Seminare, Workshops und Vorträge auf Anfrage

v.a. Organisationsstellen, Vorträge im beruflichen Umfeld, Führungsunterstützung, Schmerz-Sucht-Aufstellungen (*spez. Flyer*), Drachenworkshop (*spez. Flyer*), Spiritualitätsaufstellungen (*spez. Flyer*), Heilrituale, Ablöseprozesse, Jugendarbeit (*spez. Flyer*), etc.

## Seminar in Familienstellen und Traumaheilung

Daten: Details siehe [www.moviment-cajochen.ch](http://www.moviment-cajochen.ch)  
Seminarort: Praxis Stationsstrasse 69a, 8623 Wetzikon  
Kosten: Fr. 300.-- pro Person, mit eigener Aufstellung;  
keine Kosten für StellvertreterInnen

