



Familienzerwürfnisse und familiäre Sprachlosigkeit verstehen

Weiterbildung zur transgenerationalen Dimension der Familienkonflikte
Mit Claudia Haarmann

„Ich interessiere meine Eltern nicht, bin nicht gehört, gesehen, wertgeschätzt worden“, oder „meine Eltern wollen zu viel von mir, sie können meine Grenzen nicht respektieren“, zwischen fehlender Nähe oder Überfürsorglichkeit bewegen sich die Klagen, die die erwachsenen Kinder anführen, um in Distanz zu gehen. Dem Konflikt liegt in der Regel ein generationenübergreifender Familien-, ein Bindungsschmerz zu Grunde.

Forscht man mit den betroffenen Eltern über die Hintergründe der Familienproblematik, wird deutlich, auch sie haben ein schwieriges Verhältnis zu den eigenen Eltern gehabt. Sie kennen das Gefühl unbedeutsam zu sein, sind in einer Atmosphäre von Lieblosigkeit und Strenge großgeworden. Die Elterngenerationen haben vieles erduldet, erwachsenen Kinder tolerieren heute den Mangel nicht mehr und finden endlich Worte, während ihre Eltern oftmals in einer Sprachlosigkeit gefangen sind.

Kontaktabbrüche nehmen zu, jede fünfte Familie ist betroffen. Es sind keine singulären Dramen, kein Indiz von persönlicher Schwäche oder gar Schuld. Familienproblematiken stehen im Zusammenhang mit unserer Geschichte und gesellschaftlichen Entwicklung. Trauma, Verdrängung, Abspaltung mit der Folge von Kontaktlosigkeit zu sich selbst und dem anderen, das sind die Bedingungen, die die familiären Beziehungen geprägt haben. Kontakt beginnt, wenn wir Kontakt zu uns selbst finden, uns selbst reflektieren und im nächsten Schritt den anderen wahrnehmen, das scheint der Weg aus dem Familiendilemma zu sein.

Themenfelder:

- Die gesellschaftliche und historische Dimension und ihre Folgen für die familiären Ver-Bindungen.
- Über die Angst und das Schweigen – wie kommt es zu der Sprachlosigkeit.
- Bindungsproblematik, zwei Seiten einer Medaille – wie das gegenteilige Handeln mit den eigenen Kindern dieselbe Problematik kreiert, die man aus der Herkunftsfamilie kennt.
- Über die Bedeutung der unausgesprochenen Grundannahmen und Wünsche seitens der Eltern und seitens der Kinder.
- Was das Herz wirklich bewegt – Vorschläge zu Interventionen.

Das Ziel des Seminars:

Erkennen wir die Folgen eines transgenerationalen Bindungsmangels, werden wir die Konfliktdynamik zwischen den Generationen verstehen. Dabei steht der Satz „Mangel sucht Ausgleich“, im Vordergrund. Entschlüsseln wir die unausgesprochenen Annahmen und Wünsche zwischen Eltern und ihren Kindern, verändern sich versteckte Bedürfnisse und Bedürftigkeit in Klarheit und Kraft. Entfremdung und Zerwürfnisse in Familien bewegen sich zwischen der Wut im Bauch und der scharfen Analyse des „wissenden“ Verstandes – bringen wir die Mitte, das Herz, unser fühlendes und wissendes Herz, in die Problematiken ein, ist eine Veränderung vorbereitet – das gilt in der Arbeit mit Klienten und auch für uns selbst als Tochter und Sohn, als Mutter und Vater.

Schreiambulanz | Elternschule
Körperpsychotherapie | Weiterbildung

Bahnhofstraße 12 | 28195 Bremen

0421- 349 12 36 | kontakt@zeppbremen.de
www.zeppbremen.de



Leitung

Claudia Haarmann, Körper- und Traumatherapeutin, Journalistin und Autorin mit psychotherapeutischer Praxis in Essen. Sie berät sowohl Kinder, die den Kontakt zu ihren Eltern abgebrochen haben, als auch betroffene Eltern.

Termin

20. – 22. April 2026

Zeiten

Tag 1 – 09.30 – 18.30 Uhr

Tag 2 – 09.00 – 18.00 Uhr

Tag 3 – 09.00 – 14.00 Uhr

Kosten

475 € (3 Tage)

(ohne Unterkunft/Verpflegung)

Veranstaltungsort

ZePP, Bremen

Anmeldung nur über die Homepage

www.zeppbremen.de/weiterbildung

Telefonische Auskünfte

Sekretariat ZePP | Telefon: 0421 349 12 36

Sprechzeiten: Di. u. Do. 10:00–12:00 Uhr

Mi 14:00 – 15:00 Uhr