

# Selbstbestimmung leben und sich von übernommenen Lasten lösen

auch  
online

mit Mag. Karin Graf (Systemische Aufstellungen)  
und Mag. Marija Mischkulnig (Heilende Körperarbeit)

**Unter dem Motto:  
„Selbstbestimmung  
leben, im Fluss sein  
und sich von über-  
nommenen Lasten  
lösen“ unterstützen  
wir Sie bei Ihrem  
persönlichen  
Thema!**



**O**ft hat man viele Jahre  
damit zugebracht, sich von  
Belastungen und Blockaden zu  
befreien, sich von diesen zu  
lösen. Irgendwo hakt es dann – die  
Frucht ist da, doch die Ernte der  
Bemühungen kann nicht eingebracht  
werden! **Sehr oft kommt es  
gerade an wichtigen heilsamen  
Punkten, bei Erfolgserlebnissen  
zu Symptomverstärkungen und  
psychischen Krisen.** Der erreichte  
friedliche und harmonische Zustand  
kann nicht ganzheitlich erfasst oder

empfundener werden – er rutscht weg,  
lässt sich nicht greifen.  
Die neuen Verknüpfungen, die das  
Heilsame nachhaltig integrieren und  
stabilisieren, sind noch nicht viel gelebt  
worden, sind nicht verinnerlicht –  
„man will“ und greift ins Leere!

Die Anstrengung um das Überleben  
und das Kreieren um das vermisste  
Glück sind stärker verinnerlicht und  
setzen sich immer wieder durch. So  
benötigt es u.a. auch einer gesunden  
Grenze, den bisher gewohnten

destruktiven (inneren und äußeren)  
Mechanismen gegenüber.

Wir unterstützen Sie durch die Stärke  
zweier Zugänge: Ein selbstbestimmtes  
lastenbefreites Leben darf für Sie kon-  
kreter und zugänglicher werden.

**Innerhalb von 60 – 90 Minuten  
begleiten wir Sie gemeinsam  
bei wesentlichen Schritten und  
neuen Verknüpfungen, um das  
Heilsame wirksam integrieren  
und leben zu können.**

## Infos zu uns und Kontaktdaten:



**Mag. Karin Graf**  
Psychologin, Lebens- und Sozialberaterin  
Tel.: +43 699 1023 4000  
info@karingraf.at  
www.karingraf.at



**Mag. Marija Mischkulnig**  
Psychologin, Praktik Heilende Körperarbeit  
Tel.: +43 699 1267 3269  
marija@mischkulnig.info  
www.mischkulnig.info

## KOSTEN:

**Einzelaufstellung  
„Selbstbestimmung leben“**  
mit Mag. Karin Graf und  
Mag. Marija Mischkulnig

**60 Minuten – 160,- €  
90 Minuten – 240,- €**

## ORT:

**Feilplatz 3/10, 1140 Wien**

Weitere **vertiefende Einzelarbeit**  
kann auf Wunsch bzw. nach Bedarf bei  
Karin Graf **oder** Marija Mischkulnig  
fortgesetzt werden.

Informationen zur Online-Aufstellung: <https://www.karingraf.at/#online-aufstellungen>

Informationen zum Zusammenwirken unserer Methoden: <https://www.mischkulnig.info/58/archiv>