

Systemischer Aufstellungstag

*„Um klar zu sehen, genügt oft ein Wechsel der Blickrichtung.“
Antoine de Saint-Exupéry*

Systemische Aufstellungen sind vor allem durch die Familienaufstellungen von Bert Hellinger bekannt geworden. Es gibt, größtenteils davon abgeleitet, verschiedene Aufstellungen und Varianten wie z.B.

- Familien-, Partner-, Beziehungsprobleme
- Organisations- und Strukturaufstellungen
- Aufstellungen für den Arbeitsplatz
- Körper- bzw. Organaufstellungen
- Problemaufstellungen, blockierende Glaubenssätze
- Aufstellen von schwierige Situationen, Glaubenssätzen, Gefühlen, abstrakten Dingen wie Wohnungsaufstellungen
- Entscheidungsfindung, Neuorientierung

Während Aufstellungen können die Verbindungen, die Spannungen, Konflikte oder auch Verstrickungen innerhalb eines oder verschiedener Systeme sichtbar gemacht werden. Oft ergeben sich durch den veränderten Blickwinkel überraschende Erkenntnisse und Lösungswege. Durch Aufstellungen können Sie mehr Klarheit und ein ganz anderes Erleben der Situation und der Zusammenhänge zur Lösungsfindung und Weiterentwicklung erhalten.

Die Gruppe bietet die Möglichkeit als Stellvertreter den Themen anderen zur Verfügung zu stehen und umgekehrt stehen auch alle Teilnehmer bereit, an der Aufstellung des eigenen Themas mitzuwirken. Es entsteht sehr schnell eine Atmosphäre, die von Vertrauen und Wertschätzung geprägt ist. Das Gesagte, Erlebte und Gesehene bleibt bei der Person, die das Thema aufgestellt hat – jeder nimmt nur „seine Geschichte“ mit nachhause.

Ablauf:

Der Aufstellungstag beginnt mit einer kurzen Einführung in das Thema Systemische Aufstellungen. Diese Zeit dient auch, um Fragen zu stellen und „anzukommen“. Anschließend werden die Themen der Teilnehmer aufgestellt. Sie können diese in der Rolle als Stellvertreter oder als Zuschauer erleben, oder ein eigenes Thema für Sie aufstellen lassen

Wenn ein Teilnehmer ein Thema mitbringt, welches er sich genauer anschauen möchte, kann er aus den zur Verfügung stehenden Stellvertretern auswählen und die Personen an die jeweilig stimmigen Plätze führen. Durch die stellvertretende Wahrnehmung kommen neue oftmals bisher unbekannte Informationen ans Licht, die in das innere Bild auf das Thema verändern können. Die Plätze der Stellvertreter können je nach deren Befindlichkeit verändert werden und die Wirkung auf die anderen Stellvertreter beobachtet werden. Durch die neue Wahrnehmung werden Veränderungen möglich.

Leitung: Karin Strittmatter (systemischer Coach)

Teilnehmeranzahl: 4 – 10 Teilnehmer, maximal 4 eigene Aufstellungen

Termine auf Anfrage.

Es werden auch systemische Aufstellungen in Einzelterminen angeboten.