ÜBER MICH

Seit 2007 befasse ich mich intensiv mit Aufstellungsverfahren nach SySt®.

Die Gruppe habe ich im Oktober 2010 gegründet, um mit anderen diese Sprache gemeinsam zu lernen und zu vertiefen.

Es begeistert mich immer wieder auf´s Neue, den Themen auf diese Weise zu begegnen.

Mein Angebot

Systemisch-lösungsfokussierte Beratung/Coaching und Strukturaufstellungen im Einzel- und Gruppensetting für Personen mit privaten und beruflichen Anliegen.

In der Einzelarbeit werden anstelle von Personen Bodenanker (z.B. Kissen) verwendet. Hierbei nimmt der Klient selbst die verschiedenen Positionen/Perspektiven ein.

Darüber hinaus arbeite ich als Ergotherapeutin und systemische Beraterin bei einem Wohlfahrtsverband im sozialen Bereich.

- Sandra Gerhards
- Systemische Beraterin (SySt®) mit Schwerpunkt Strukturaufstellungen
- Absolventin der 4-jährigen Ausbildung am SySt®- Institut München
- Staatlich anerkannte Ergotherapeutin

WANN UND WO

ORT
SPZ-Innenstadt
Lorelystraße 7
50677 Köln

ZEIT
Samstags, 13.30 – 19.00 Uhr
Ankommen ab 13.00 Uhr möglich

TERMINE 2023
21. Januar 2023
18. März 2023
19. August 2023
21. Oktober 2023

KONTAKT
Sandra.Gerhards79@web.de

KOSTENBEITRAG
(inkl. Getränke und Snacks)

30 Euro – als Abo (120 Euro für 4 Termine in 2023)
40 Euro – Sporadische Teilnahme

60 Euro – Vorgespräch zur Aufstellung

Anliegen

Gerne können Sie Ihr Anliegen aufstellen. Sie erhalten pro Teilnahme einen Punkt. Die Reihenfolge der Aufstellungen wird durch die Anzahl der Punkte mitbestimmt.

Sie können beim Vorgespräch wählen zwischen offen oder verdeckt geführtem Interview. Sie bestimmen somit selbst, wie viel Sie von Ihrem Anliegen preisgeben möchten.

Teilnahmebedingungen

Mit Ihrer Anmeldung bzw. Teilnahme erklären Sie sich damit einverstanden, dass andere Teilnehmer möglicherweise persönliche Informationen von Ihnen erfahren.

Zudem erklären Sie sich bereit, Informationen anderer Teilnehmer vertraulich zu behandeln und diese nicht an Dritte weiterzugeben. Die Teilnahme erfolgt in eigener Verantwortung und es können daraus keinerlei Ansprüche geltend gemacht werden.

Eine Terminabsage ist bis zu einer Woche vor dem Termin kostenfrei. Danach wird der komplette Betrag fällig.

Bilder: © vege - fotolia.com | privat

Offene Aufstellungsgruppe nach SySt®

Lösungen Raum geben

“Strukturaufstellungen geben einen Raum,
in dem die Themen wohnen.”
(Matthias Varga von Kibéd)

Aufstellungen beinhalten Bekanntes und Überraschendes. Insbesondere die überraschenden Momente führen zu neuen Möglichkeiten, Sichtweisen, Handlungsoptionen… und Wirklichkeiten.

Die SySt® sind ein von Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd entwickeltes Aufstellungsverfahren, das Lösungsfokussierung und Aufstellungsarbeit in gelungener Weise miteinander verbindet. Lösungen dürfen ohne langwierige Problemanalysen auftauchen.

Was sind Systemische Strukturaufstellungen (SySt®)?

Die SySt® können als eigene Sprache bezeichnet werden, die über das Verbale und Nonverbale hinausgeht. Sie ermöglichen dem Klienten, ein inneres Bild einer für ihn gerade problematischen Situation außen im Raum abzubilden.

Die Abbildung gelingt mithilfe von Gegenständen oder Repräsentanten (Personen). Die Repräsentanten nehmen dabei stellvertretend etwas wahr, was zum aufgestellten System passt (repräsentierende Wahrnehmung).

Nur der Klient selbst kann dabei die Aussagen der Repräsentanten deuten und zuordnen.

Beziehungsstrukturen und Dynamiken zwischen Systemmitgliedern/System-elementen können auf diese Weise veranschaulicht und verändert werden.

Dabei kann es sich um ein Personensystem wie z.B. eine Familie, ein Team oder eine Organisationen handeln. Aber auch Körpersysteme, innere Anteile oder abstrakte Elemente wie Ziele, Ressourcen und Werte können aufgestellt werden.

Ausgeblendete oder vergessene Elemente tauchen auf. Übernommenes (z.B. Last) kann zurück an seinen Platz gegeben werden, Hindernisse wandeln sich zu Ressourcen.

So kann es sein, dass jemand ein Ziel nicht erreicht, aus einer (unbewussten) Loyalität zu einer nahestehenden Person, der dies versagt blieb. Die Aufstellung weist darauf hin und die hinderliche Loyalität kann in eine stärkende Form der Verbindung umgewandelt werden.

Lösungen werden für den Klienten unmittelbar erfahrbar.

“Führen in einer Aufstellung heißt: Ich schütze den Raum und fördere, dass Resonanz stattfindet.”
(Matthias Varga von Kibéd)

DIE GRUPPE ALS MÖGLICHKEITSRAUM

Sie können in wertschätzender Atmosphäre der Gruppe

- Anliegen privater und/oder beruflicher Art in einer Aufstellung betrachten. Sie haben die Möglichkeit zur verdeckten Aufstellung und müssen Ihr Anliegen nicht offenlegen.
- sich beruflich und/oder privat weiterentwickeln.
- mit anderen gemeinsam diese Sprache lernen und vertiefen.
- die repräsentierende Wahrnehmung erforschen und Lösendes auf Ihr eigenes System übertragen.
- Ihre Wahrnehmung verfeinern. Durch Aufstellungen lernt man schneller zu unterscheiden, was zum eigenen System gehört und wann man in fremde Systeme hineingerät.
- die Fähigkeit des Perspektivenwechsels vertiefen.
- theoretische Hintergründe der SySt kennenlernen und vertiefen.
- . . .

Auch “Neulinge” sind herzlich willkommen!

Ich freue mich auf Sie!