

Systemisches Aufstellen im Einzelsetting

Zur Entscheidungsfindung oder um sich in einer bestimmten Situation Klarheit zu verschaffen, eignet sich auch eine Einzelaufstellung. Das heisst nichts anderes, als dass Sie jede Rolle selber einnehmen.

Ein kleiner Trick sorgt dafür, dass der gut funktionierende Kopf nicht mitreden kann: wir machen die Aufstellung verdeckt. D.h. dass Sie nicht wissen, auf welchem Platz Sie jeweils stehen.

Zum Ablauf:

Nachdem das Anliegen klar definiert ist, entscheiden wir miteinander, wer und was einen Platz haben muss in der Aufstellung. Ich gebe Ihnen entsprechend viele Blätter, von denen ich weiss, für was oder wen sie Platzhalter sind. Dann stehen Sie auf ein Blatt, spüren, wie es sich anfühlt, nehmen ein nächstes Blatt, spüren neu, bringen die Plätze in gegenseitige Beziehung oder Ablehnung, ohne zu wissen, für was oder wen der Platz ist.

Ich behalte die Übersicht, mache Ihnen Vorschläge zur Veränderung der Plätze (wie beim Aufstellen mit Personen, nur dass Sie immer wieder nachspüren müssen) und werde Sie am Schluss der Aufstellung informieren und mit Ihnen besprechen, was das jetzt für Sie bedeutet und wie Ihre nächsten Schritte aussehen könnten.

Länge der Aufstellung mit Vorbesprechung: ca. 2 – 2 ½ Std.

Kosten: Fr. 130.--. / Std.

Auskunft / Anmeldung:

Bernadette Tischhauser
Brühlgasse 39 / CH - 9000 St.Gallen
Tel 071 222 49 29 / bt@praxis-tischhauser.ch