

STRUKTIES®



Herzlich Willkommen

zum Newsletter No. 8

(April 2023)

Heutiger Schwerpunkt: Weiteres Aufstellungsformat - Zielannäherungsaufstellung

Die Themen im Überblick:

- Zielannäherungsaufstellung
- Beispiel aus meiner Praxis
- Sonderaktion und Organisatorisches

Zielannäherungsaufstellung

Die Zielannäherungsaufstellung wurde von Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer entworfen und später von Helga Mack-Hamprecht weiterentwickelt.

Dieses Aufstellungsformat lässt sich im Einzel- und Gruppensetting einsetzen. Zudem eignet es sich für weitere Beratungsformate wie z.B. Coaching.

Die folgenden Bilder sind einer Fortbildung bei Helga Mack-Hamprecht entnommen. Sie stellen das grundsätzliche, strukturelle Vorgehen dar und sind somit exemplarischer Natur.

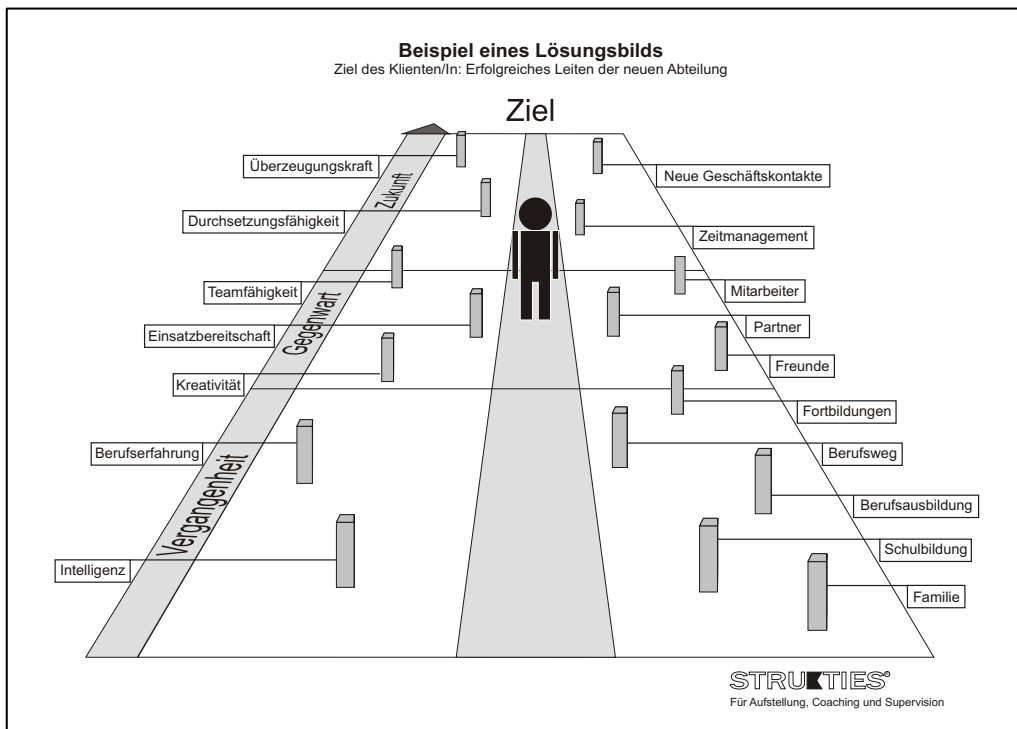


Bild: Beispiel eines Lösungsbilds

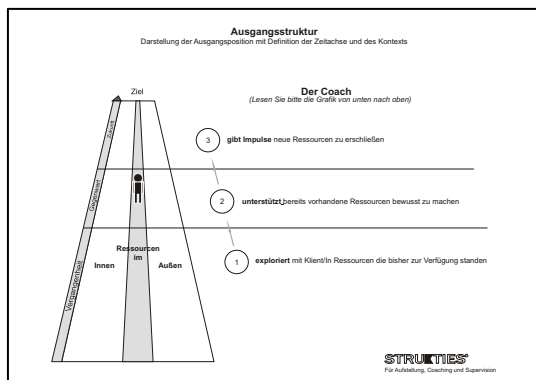


Bild: Ausgangsstruktur

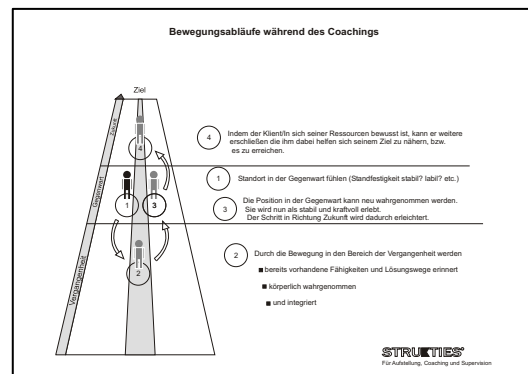


Bild: Bewegungsabläufe während des Coachings

Das konkrete Vorgehen möchte ich – wie auch in den vorherigen Newslettern – anhand eines konkreten Beispiels aus meiner Praxis aufzeigen.

Beispiel aus meiner Praxis

Einer Klientin (R.) stand eine berufliche, aber auch private Reise nach Mittelamerika bevor. Nicht zu wissen, was sie erwartet, die fremde Sprache, neue Menschen und das Übernehmen von Teilen eines Seminars lösten in ihr trotz Vorfreude auf die bevorstehende Reise auch Unbehagen, Unruhe und Ängste aus.

Um sie für ihr Vorhaben zu stärken, entschied ich mich für die Zielannäherungsaufstellung.

Für dieses Format der Aufstellung ist es wichtig, zunächst ein konkretes Ziel zu formulieren, welches man groß oben auf ein weißes Blatt oder Flipchart schreibt. Dieses wird dann senkrecht in zwei Bereiche unterteilt. Hier geht es auf der linken Seite um die inneren und auf der rechten Seite um die äußeren Ressourcen. Zu den inneren Ressourcen zählen z.B. die eigenen

Charaktereigenschaften, eigene Kompetenzen, Stärken, etc.; zu den äußeren Ressourcen gehört das, was einem von der eigenen Familie, PartnerInnen, FreundInnen, MitarbeiterInnen, KollegInnen, der Schulausbildung, der Berufsausbildung und -erfahrung, etc. ins Leben mitgegeben wurde.

Die Klientin formulierte ihr Ziel folgendermaßen: „ICH REISE SICHER UND SELBSTBEWUSST BEI VOLLER LEBENSFREUDE UND ABENTEUERLUST. DER GEIST DER PIONIERS UND MAGIER BEGLEITET MICH.“

Nun sammelten wir gemeinsam ihre Ressourcen, die in die jeweils dafür eingezeichneten Bereiche geschrieben wurden. Die Klientin war überrascht, wie viele zusammenkamen und sich das Blatt füllte. Um sie zusätzlich zu stärken und ihr die bereits vorhandenen Ressourcen bewusst zu machen, setzten wir nun das Aufstellungsformat ein.

Hierzu wurde der Raum in drei Zeitzonen eingeteilt, Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.

Zu Beginn stand die Klientin im Gegenwartsfeld mit Blick in das Vergangenheitsfeld. Sie wurde aufgefordert zu beschreiben, wie sie sich gerade fühlt. Mit Hilfe der STRUKTIES® (alternativ RepräsentantInnen) wurden als nächstes die einzelnen Ressourcen vor ihren Augen aufgestellt. Die Klientin stellte sich nun über die jeweiligen Ressourcen und erspürte ihre Wirkung. So wurde ihr deutlich gemacht, wie sehr diese sie beim Erreichen ihres formulierten Zieles unterstützen können. Es wurden an ihre bereits vorhandenen Fähigkeiten und Lösungswege erinnert, sie konnte sie körperlich wahrnehmen und integrieren.

Zum Schluss wurde die Klientin aufgefordert im Gegenwartsfeld ihre Blickrichtung zu ändern und in die Zukunft zu schauen. Diese Position konnte nun neu wahrgenommen werden. Sie wurde von ihr als spürbar stabiler und kraftvoller erlebt und der Schritt in Richtung Zukunft wurde von ihr deutlich leichter empfunden.

Dieses Aufstellungsformat dient vor allem dazu, sich seiner vielen (meist noch unbewussten/unbekannten) Ressourcen bewusst zu werden, die einen dabei unterstützen, sein formuliertes Ziel zu erreichen.

Die eingesetzten STRUKTIES® verstärken die Wahrnehmung und sind vor allem für KlientInnen geeignet, die nicht so gut ins Fühlen kommen.

Hier einige Feedbacks der Klientin vor und während ihrer Reise:

- *„Die Aufstellung vom vergangenen Mittwoch hilft total gut, ich bin jetzt voller Vorfreude auf meine Reise. Über meinem Bett hängt das Plakat, welches ich an diesem Abend gestaltet habe.“*
 - *„Die Balance zwischen ich freu mich auf die Reise und meine Sorgen stimmt nun. Natürlich gibt es noch Aufregung, aber diese fühlt sich nun gesund und richtig an. Das Abenteuer wartet auf mich und ich steige mit meinem Pioniergeist in den Flieger.“*
 - *„Die erste große Hürde ist geschafft. Ich sitze in Houston am Flughafen und warte auf den nächsten Flieger. In Belize tobt gerade ein Sturm, und ich bin gespannt, wann es hier weitergeht. Ich bin guter Dinge und bin mit den Frauen, die ich treffe, vernetzt. Seit ich mit dir gearbeitet habe, geht es mir soooooo viel besser. Die kleine R. winkt mal zwischendurch, doch die erwachsene reguliert sich sehr gut.“*
-

Sonderaktion

Bei Bestellungen bis zum 15. Mai 2023 erhalten Sie einen **Rabatt von 5%** und bei Bestellungen über 200,00 Euro zudem **kostenfreien Versand**.



Bei dem Kauf eines STRUKTIES® Studio- oder Business-Sets können Sie zusätzlich ein STRUKTIES® Mini-Set für **nur 29,50 Euro** oder ein DO*M-Set für **nur 39,50 Euro** erwerben.



Bestellungen bitte über die Homepage oder per Mail.

Wichtig: **Rabattcode** STRUKTIES-No.8 angeben.

Jetzt Informieren: <https://www.strukties.de>

Organisatorisches

In eigener Praxis biete ich verschiedene Aufstellungsformate im Einzelsetting an. Bei Interesse melden Sie sich bitte per Mail unter barbara.wewerinke@freenet.de oder telefonisch unter 0177.5258941.

Gerne stelle ich Ihnen den Einsatz von STRUKTIES® persönlich oder digital vor. Bei Interesse melden Sie sich bitte per Mail unter struktie@gmail.com oder telefonisch unter 0177.5258941.

Fortbildungstermine sind bei Helga Mack-Hamprecht mittels Mail an helga.mack-hamprecht@t-online.de zu erfragen.

Bis zum nächsten Newsletter grüßt Sie herzlich
Barbara Wewerinke-Reinermann



© Copyright – Kopieren, Weiterleitung und Verwendung einzelner Artikel, Bilder oder Passagen ist nur nach vorheriger schriftlicher Anfrage und der schriftlichen Freigabe meinerseits erlaubt. Ausnahme: Die Weitergabe des kompletten Newsletters ist ohne vorherige Anfrage möglich.

STRUKTIES® | Barbara Wewerinke-Reinermann

Corellistraße 41, 40593 Düsseldorf

Möchten Sie meine E-Mails nicht mehr erhalten? [Hier Abmelden](#)
Wird diese E-Mail nicht richtig angezeigt? [Im Browser anzeigen](#)