

Systemische Strukturaufstellungen

## **SySt® – ÜBUNGSTAGE**

Neue Perspektiven erforschen, Unklares klären, Handlungsmöglichkeiten erweitern



Ob konkrete Fragen oder komplexe Situationen – mit Hilfe von RepräsentantInnen werden die Beziehungen, Struktur und Dynamik der Fragestellung räumlich sichtbar und damit verständlich gemacht. Auf diese Weise kann die eigene Perspektive von aussen betrachtet und neue Lösungsmöglichkeiten entwickelt werden.

*Die Systemische Strukturaufstellungen (SySt®) sind eine von Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd entwickelte Methode, die bei Fragen oder Anliegen aus den verschiedensten Lebensbereichen meist rasch Klärung und neue Sichtweisen bringt.*

**Samstag, 9:00 - 13:00**

**Daten 2026: 7. März / 20. Juni / 29. August / 28. November**

**Ort: Pro Helvetia, Hirschengraben 22, Zürich**

Ab Bhf mit Tram 3 bis Neumarkt oder Kunsthaus oder zu Fuss ca. 20 Minuten

Unkostenbeitrag für Aufstellende: Fr. 50.00

Teilnahme für RepräsentantInnen ist kostenlos

Bitte frühzeitig anmelden, die Platzzahl ist beschränkt

Info/Anmeldung: Ruth Blattner, [kontakt@yogaamsee.ch](mailto:kontakt@yogaamsee.ch), T 071 664 20 90

Das GastgeberInnen-Team\*

Marion Lautner, René Fretz, Ruth Blattner, u.a.

*\*Wir haben im 2024 die SySt®-Weiterbildung am Istituto Ronzani, Basel, abgeschlossen und möchten mit diesen Übungstagen unsere Praxis vertiefen und weitere Erfahrungen sammeln. Während der Übungstage wird uns eine Supervisorin/sein Supervisor im Hintergrund begleiten.*

## Mehr Infos zu den SySt® – Übungstagen

**Systemische Strukturaufstellungen dienen dazu, Beziehungen, Dynamiken und Strukturen innerhalb eines Systems sichtbar und verständlich zu machen** – ob herausfordernde Lebenssituationen, hartnäckige Themen oder Konflikte im persönlichen oder im beruflichen Kontext. Die Methode wurde u.a. von Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd in den 90er-Jahren entwickelt und wird heute in Therapie, Coaching, Organisationsberatung und persönlicher Entwicklung eingesetzt.

\* \* \* \*

### Der Ablauf

Jede Aufstellung beginnt mit einem Vorgespräch mit der Klientin/dem Klienten, von dessen Inhalt die anderen TeilnehmerInnen nichts erfahren. In diesem Gespräch wird erarbeitet, welches die zentralen Elemente (innere Anteile, Personen oder Faktoren) der Aufstellung sein sollen.

Die Klientin/der Klient wählt aus der Gruppe Personen aus, die diese Elemente repräsentieren und positioniert sie entsprechend ihrer Beziehungen zueinander im Raum. Bei dieser Anordnung stehen also Personen als Symbole für die Elemente des Systems, zu dem die aufstellende Person eine Frage hat.

Die RepräsentantInnen geben Auskunft über ihre Körperempfindungen – ihr Körper dient also als «Wahrnehmungsorgan» für Aspekte des abgebildeten Systems. Dadurch wird das Wirken des Systems für die aufstellende Person greif- und erlebbar. Das Ziel ist, durch Interventionen die Anordnung des Systems so zu verändern, dass es sich dem gewünschten Ziel der Klientin/des Klienten nähert.

Auf diese Weise erfährt die aufstellende Person mehr über bisher verdeckte Dynamiken und Beziehungskonstellationen – und kann eine veränderte Sichtweise und/oder neue Lösungsansätze entwickeln.

### Die Rolle der RepräsentantInnen

Repräsentierende spielen beim Aufstellen eine wichtige Rolle – sie erklären sich bereit, in einem «fremden» System mitzuwirken und stellen dabei ihren Körper und ihre Körperempfindungen zur Verfügung. Wer in dieser Rolle bei einer Aufstellung teilnimmt, entwickelt ein vertieftes Verständnis für systemische Zusammenhänge und die hilfreiche Neugestaltung von unüberschaubaren und belastenden Situationen. Dadurch, dass bisher vielleicht unbekannte Beziehungsdynamiken nachempfunden werden, steigt die Fähigkeit zur Empathie und das Verständnis für unterschiedliche Sichtweisen.