

Einführung in das systemische Hexagon und das systemische Expressionscoaching(SystEx) in Köln

Systemisches Hexagon als Systemisches Basismodell

- nimmt eine gesunde Work-Life-Balance in den Fokus
- dient zur Auftragsklärung und schafft Transparenz
- stärkt die eigenen Inneren Coach-Ressourcen
- stärkt die Balance zwischen Sinn-Systemen (eigenes inneres System / inneres Team und auch das System der Organisation, in der der Einzelne arbeitet) und den verschiedenen Sozialen Systemen.

Das Systemische Hexagon wird in seiner Grundstruktur mit Fragestruktur und verschiedenen Arbeitsmethoden kennen gelernt. Diese werden im theoretischen Teil strukturiert vermittelt und in praktischen Übungen eingeübt.

In den grundsätzlichen Ansatz von SystEx - Systemisches Expressionscoaching - wird eingeführt.

Am Dienstag liegt der Fokus mehr auf der Einführung und einem theoretischen Input zum Systemischen Hexagon und Systemischem Expressionscoaching. Am Mittwoch wird die Theorie in praktischen Übungen vertieft und erlebt.

Termin: Dienstag, 26. Oktober 2010, 16.00 – 21.00 Uhr
Mittwoch, 27. Oktober 2010, 9.00 – 16.00 Uhr

Ort: Rubicon, Köln, Rubensstr. 8-10 | 50676 Köln

Trainer: Gerhard Gigler ([Profil](#))

Kursgebühr: Dienstag 90,00 €, Mittwoch 100,00 €
Für GPS-Mitglieder oder Mitglieder aus der ArGe IIGS: Dienstag 50,00 €
Mittwoch 70,00 €
Die Preise verstehen sich zuzüglich MwSt.

Anmeldung: INTAKA Regensburg, info@intaka.de, Bismarckplatz 9, 93047 Regensburg,
Telefon 0941/ 56 76 76 0

Was ist SystEx?

Die neu entwickelte Verfahrensweise der Systemischen Expressionsarbeit, SystEx, findet in verschiedenen Formaten Anwendung – im Coaching genauso wie in den Bereichen Psychotherapie, Supervision und Organisationsberatung. SystEx stellt das Denken und Handeln systemischer Zusammenhänge in den Mittelpunkt. Theoretischer Ansatzpunkt ist das neue Modell des Systemischen Hexagons, das die eigene Balance in vielerlei Hinsicht in den Blick nimmt: die Balance zwischen „Work“ und „Privat“, zwischen „Bewusstheit“ und „Handlung“, zwischen „Kontakt nach innen“ und „Kontakt nach außen“, zwischen „Sinnsystemen“ und „Sozialen Systemen“. Zielrichtung ist die expressive Flexibilität, die in jedem Menschen und in jedem Sozialen System Wachstum ermöglicht. Die expressive Flexibilität wird durch die Techniken und Methoden von SystEx lustvoll-provokativ und dennoch achtsam, tief sinnig intensiv und dennoch humorvoll, spitzfindig-strukturiert und dennoch spielerisch belebt und trägt zum persönlich-beruflichen Wachstum und zur eigener Weiterentwicklung bei. Neue Systemische Arbeitsmethoden, die konstruktivistisch motiviert sind, werden erlernt. Es wird integrativ gearbeitet, diverse Kompetenzen

und Methoden aus Drittverfahren werden werden auf das neue Modell des Systemischen Hexagons bezogen und eingearbeitet.

SystEx vermittelt...

- eine klare Struktur für eine sinnige Vorgehensweise in der Systemischen Beratungstätigkeit.
- eine Systemische Fragestruktur, die Ist-, Ziel-, Lösungs- und Ressourcezustände in systemische Zusammenhänge stellt.
- einen einleuchtenden Gesprächsfaden zur Zustandsanalyse und Auftragsklärung innerhalb systemischer Geflechte.
- den Blick für eine gute Balance zwischen „Work“ und „Privat“, zwischen „Bewusstheit“ und „Handlung“, zwischen „Kontakt nach innen“ und „Kontakt nach außen“, zwischen „Sinnsystemen“ und „Sozialen Systemen“.
- wie Expressionsblockaden abgebaut werden und ein guter Fluss von interner und externer Expression entstehen kann.
- wie alte oder aktuelle hinderliche Aufträge aus den verschiedenen Systemen die eigene Expressionsflexibilität verhindern können, aber auch genutzt werden können um geschmeidige Neuexpressionen in Gang zu bringen.
- ihr Rollenhandeln genauer zu sehen und zu erweitern, um so eingefahrene Kontakte neu zu beleben.
- eine klare Struktur in der Vorgehensweise für systemische Aufstellungsarbeit und szenischem Gestalten – für Organisationen, Strukturen, Familien, Lebensskripten.
- einen zentrierten Blick für ihre eigene Außenwirkung und dessen Bedeutung bei ihren Präsentationen.
- eine klare Trennung unterschiedlicher Systembezüge, um professionell in systemischen Zusammenhängen zu denken und zu agieren, Vermischungen aufzudecken und dem Machtgefälle zwischen Coach und Coachee entgegen zu wirken

Inhalte von SystEx sind u.a.:

Das Arbeiten mit dem Systemischen Hexagon, Lösungsfokussierte Interviewstrukturen zur Auftragsklärung und als Analyseinstrumentarium (Hexagonale Basisinterviews), Work-Privat-Balance als Grundlage für Systemisches Arbeiten, dynamisierte Aufstellungstechniken für Familien, Organisationen, Strukturen und Lebensskripten, Systemische Strukturierungshilfen für den Prozess und die Kontextbedingungen (Bedeutung von Personen, Figuren, Symbolen...), der Umgang mit Kontextverschiebungen, Flexibilität im Wechsel der inhaltlichen und prozessualen Ebenen, Rollentheorie, förderliche Expressionsspiele, die das Aussteigen aus hinderlichen Systemspielen ermöglichen, der Umgang mit Systemischen Slots, das Verwandeln von hinderlichen Alltagstrancen in Lösungsmetaphern, Bezug zur Wunderfrage und den Kooperationsstadien nach Steve de Shazer u.a. Diese neu entwickelte Verfahrensweise ist eine Integration von Anteilen aus dem NLP, des Gestaltansatzes, des Psychodramas und der Systemischen Arbeitsweise. Verknüpft wird dies mit der eigenen Theorie der Expressionsdynamik und des systemischen Hexagons, die eine Essenz von jahrzehntelanger Beratungstätigkeit, interkulturellem Denken und der mythologisch verwurzelten archetypischen Kollektiverfahrung des Menschen ist.

Ein kleines SystEx – Lexikon:

Expression:

Unter Expression verstehen wir einerseits das, was landläufig mit dem Begriff Selbstmitteilung zum Ausdruck gebracht wird – also die Art und Weise und auch die Wirkung der eigenen Ausdrucksstärke im Kontaktgeschehen nach außen. Gleichzeitig beziehen wir das tiefere Verstehen des „Selbst(begriffes)“ mit ein, das die kollektiv-archetypische Verwurzelung mit in den Blick nimmt. Systemische Expressionsarbeit, SystEx: SystEx beschäftigt sich also mit den Wirkungszusammenhängen zwischen „Selbst“ und „System“ und arbeitet definitiv konstruktivistisch. Im Systemischen Hexagon werden die Zusammenhänge aufgezeigt und für die praktische Arbeit nutzbar gemacht. Systeme werden klar aufgetrennt in Sinnsysteme und Soziale Systeme, in die Bereiche „Work“ und „Privat“. Dadurch können die Verbindungslinien klarstrukturiert aufgezeigt und Vermischungen vermieden werden.

Expressive Flexibilität:

Der Begriff der Expressiven Flexibilität deutet den wohlthuenden Fluss zwischen den unterschiedlichen Expressionsfeldern an, der durch alte oder aktuelle Aufträge unterbrochen und dadurch Expressionsblockaden erzeugen kann. Authentizität, natürliches Auftreten und die Energie von echtem Kontakt wird dort spürbar, wo Expressive Flexibilität eine Erweiterung erfahren hat.

Expressionsspiele:

Förderliche Expressionsspiele ermöglichen das Aussteigen aus hinderlichen Systemspielen. Unter Expressionsspielen verstehen wir sowohl hexagonale Fragestrategien als auch unsere Form von dynamisierter Aufstellungsarbeit und deren Verbindung mit szenischem Gestalten. Die Kategorisierung der unterschiedlichen Expressionsspiele hat das Systemische Hexagon zur Basis.

Systemisches Hexagon:

Das Systemische Hexagon unterscheidet Sinnsysteme von Sozialen Systemen, Worksysteme von Privatsystemen und innere Beratersysteme von äußeren Beratersystemen. Dadurch wird einer Vermischung im Systemischen Arbeitskontext ebenso vorgebeugt, wie einem Coach-Coachee Machtgefälle, das Abhängigkeitstendenzen fördert. Die Verbindungslinien der einzelnen Systeme können dadurch ebenso gut in den Blick genommen werden, als auch Kontextverschiebungen und -überlagerungen und Übertragungslinien.