

frei & verbunden

kontakt@systemischdialoge.com
www.systemischdialoge.com

Grundlagen und Herzstück der systemischen Aufstellungen und Verkörperungen nach Siegfried Essen (Modul 1)

Freiheit leben und verbunden sein

Sehnt du dich nach innerer Freiheit, ohne dabei die tiefe Verbindung zu deinen Mitmenschen und dem Leben zu verlieren? Freiheit leben und gleichzeitig tief verbunden sein – das ist kein Widerspruch.

Mit Aufstellungen, Musik und Bewegung, in Übungen und Meditationen erforschen wir unsere Herzenswünsche und lassen sie Wirklichkeit werden.

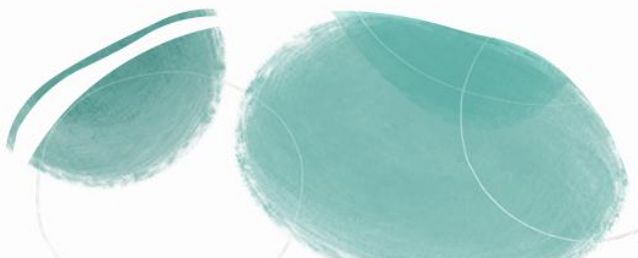
Das erwartet dich im Seminar

Du erlebst und erforscht die Begegnung von zwei wesentlichen Seiten des menschlichen Seins:

Das „Ich“, deine alltägliche, vertraute Seite, die du im Hier und Jetzt wahrnimmst. Das „Selbst“, jene Seite, welche stets mit allen Ressourcen verbunden ist. Wenn diese beiden Seiten einander bewusst begegnen, erlebst du, wie Verbundenheit in Freiheit im eigenen Körper spürbar und im Alltag lebbar ist.

Dieses Modul bildet das Fundament der gesamten Seminarreihe und berechtigt zur Teilnahme an weiteren Modulen. Es sind keine Vorkenntnisse in Aufstellungsarbeit erforderlich.

Datum	14. - 15.11.2026
Seminarzeiten	Samstag, 10:00 - 18:30 Uhr Sonntag, 09:30 - 16:30 Uhr
Ort	Haus ZIEL, Trogenerstrasse 99, CH-9450 Altstätten
Leitung	Monika Herzog Zoller und Julia Amelia Horny
Inhalte	Systemische Tools, die du für dich selbst anwenden kannst Nutzen deiner Körpersignale als wichtiges Hilfsmittel zur Lösungsfindung Arbeit an deinem individuellen Anliegen Dialogrunden, Achtsamkeitspraxis, Musik und Bewegung zur Unterstützung der Prozesse
Kosten	330 CHF/EUR; für Wiederholer:innen 165 CHF/EUR Es können drei Aufstellungsplätze für eigene Anliegen à 100 CHF/EUR zusätzlich gebucht werden. 65 CHF für Mittagessen, Kaffee, Wasser und Pausensnacks



Monika Herzog Zoller
Zertifizierte Systemaufstellerin
Psychologin FSP
Systemische Psychotherapie
Achtsamkeit, Rituale, Supervision

Julia Amelia Horny
Zertifizierte Systemaufstellerin
Systemische Therapeutin (DGSF)
Familientherapie, Beratung
Musikerin, Musikpädagogin