



integral
systemics

KROConsulting + TRAINing



Achtsamkeits- & Integral-systemische Aufstellungsabende der Inneren Form®

2019

ACHTSAMKEIT – eine Lebenshaltung

ist das absichtslose, nicht unterscheidende, nicht wertende, offene und präsente Gewahrsein der Empfindungen, Gefühle, Gedanken und Handlungen im Hier und Jetzt des Augenblicks. Viele Menschen reagieren nur noch automatisch auf Reize von außen, weil sie die Wahrnehmung für ihr inneres Selbst verloren haben. Die Sehnsucht nach Lebenssinn, guten Beziehungen und generellem Halt wächst in unserer komplexen und schnelllebigen Zeit. Indem der Mensch die Vergänglichkeit von allen Dingen erkennt und sich aus Denkkonstrukten und Erwartungen löst, wird er zunehmend frei für die Wahrnehmung seines Inneren und dem Potential des Augenblicks. An den Achtsamkeitsabenden werden wir Achtsamkeitspraktiken wie Meditation im Gehen, Liegen, Sitzen und Wahrnehmungsübungen durchführen und den Nutzen von Achtsamkeit unmittelbar erfahren.

Aufstellungen im LEHRSYSTEM der INNEREN FORM® - DIE 3 SÄULEN

SYSTEMISCHE AUFSTELLUNG

In einem System (z. B. Familie, Unternehmen, Gesellschaft) wirken verschiedene Kräfte (z. B. Macht, Bindung, Ausgleich), die das Verhalten der einzelnen Systemmitglieder beeinflussen. Will man etwas in einem System verändern, muss man die wirkenden Kräfte zuerst erkennen. Die systemische Aufstellung stellt mit Hilfe von RepräsentantInnen verschiedene Bestandteile des Systems visuell dar und macht durch deren Reaktion ihre Beziehungen und Kräfteverhältnisse erlebbar und ermöglicht neue Lösungsansätze.

INTEGRAL

Neue Wege brauchen neue Modelle (Landkarten der Bewusstseinsentwicklung) und Transformation, um die Welt aus mehreren Perspektiven zu sehen und neue Handlungsoptionen zu schaffen. Wir arbeiten in interdisziplinären Expertenteams, mit wissenschaftlichem Bezug - konkret und praktisch.

INNERE FORM®

Die innere Mitte finden und Kraft aus der Stille für den Alltag schöpfen. Wenn äußere Sicherheiten wegfallen, braucht es die Innere Form, um sich Herausforderungen mutig zu stellen, aus dem Hamsterrad auszusteigen, Klarheit und Achtsamkeit und eine feinere Wahrnehmung zu gewinnen, beherzt für sich selbst und das Unternehmen zu handeln.

Aufstellungsabend 25.4.2019:

Kommunikation im Innen und im Außen

Glaubenssätze, Menschenbilder, Haltungen und Einstellungen im Inneren beeinflussen unsere Körpersprache, Mimik, Gestik und die Performance und Kommunikation im Außen.

Beispielanliegen:

Welche Blockaden verhindern eine erfolgreiche Kommunikation?
Wie reduziere ich meine Redeangst vor Menschen?

Aufstellungsabend 18.6.2019:

Team – Führung Mitarbeiter

Das Team, der Standort und jeder einzelne Mitarbeiter sind maßgebende Erfolgsfaktoren in Unternehmen. Konflikte, Mobbing, fehlender Teamgeist, falsche Mitarbeiterauswahl, unklare Organisationsstrukturen, fehlende Informationen sind Hauptursachen für unternehmerische Misserfolge, welche in Aufstellungen sichtbar gemacht werden können.

Beispielanliegen:

Wie fördern wir die Zusammenarbeit im Team?
Wie verbessern wir den Informationsfluss?
Welcher ist der/die optimale MitarbeiterIn?

Aufstellungsabend 23.9.2019:

Burnout, Resilienz und Achtsamkeit

Burnout und Resilienz sind Erscheinungen der heutigen Zeit. Körper, Geist und Seele sind dabei betroffen – Stress – beruflich, und/oder privat, Familiendynamiken, Sinnsuche, Mobbing können Ursachen für Burnout sein. Durch Achtsamkeit wird die Wahrnehmung frei für das innere Selbst und Erwartungen und Denkkonstrukte können erkannt und aufgelöst werden.

Beispielanliegen:

Wie kann ich Resilienz (Widerstandskraft) aufbauen?
Wie finde ich eine neue Lebens-Balance? Was kostet Kraft?
Was sind Ursachen für Burnout? Wie reduziere ich Stress?

Achtsamkeitsabende – Termine:

Mi 03.04.2019 18:30 – 20:30 Uhr

Wahrnehmung für Körper schärfen

Do 23.05.2019 18:30 – 20:30 Uhr

Liebende Güte entwickeln

Mi 26.06.2019 18:30 – 20:30 Uhr

Schulung des Geistes – konzentrierte

Meditation

Aufstellungsabende – Termine:

Do 25.04.2019 18:00 – 22:00 Uhr

Kommunikation im Innen und im Außen

Di 18.06.2019 18:00 – 22:00 Uhr

Teamführung

Mo 23.09.2019 18:00 – 22:00 Uhr

Resilienz und Achtsamkeit

Ort:

KROConsulting + TRAINing, Karl-Zeller-Weg 9,
8051 Graz

Preis (inkl. 20% MwSt.):

€ 18,-- Achtsamkeitsabend

€ 240,-- mit eigener Aufstellung/UnternehmerInnen (als Betriebsausgabe steuerlich abzugsfähig!)

€ 150,-- mit eigener Aufstellung/Private

€ 20,-- für RepräsentantInnen/Interessierte

Anmeldung und Information:

Mag.^a Eva Maria Kroc

Mobil: +43 676 844 944 200

Email: eva.kroc@integral-systemics-consulting.com

„Es gibt keine Methode, nur reine Achtsamkeit“
(Otto Scharmer)

**Peter Klein**

- Geschäftsführer „Integral Systemics“ Beratung
- MUT-Entwickler: Menschen, Unternehmen, Teams
- Stv. Vorstandsvorsitzender DVNLP
- Führungskräftecoach
- Psychosozialer Berater (Österreich)
- Ausbildungsleiter für das Lehrsystem Innere Form®
- Vorstand infosyon Development & PR
- Arbeitsgruppenleiter WKW für Aufstellungen Expertenliste LSB
- Buchautor



Fachverband WKO
Personenberatung/Betreuung
Expertenliste

**Mag.^a Eva Maria Kroc**

- Steuerberaterin
- Unternehmensberaterin
- Integral Systemischer Coach und Trainerin Innere Form®
- Fachbuchautorin, Vortragende
- Standortleiterin Graz „Verein Integrale LebensArchitekten“
- Trainerin für Mindfulness in Organisationen

Ausbildung Integral Systemischer Coach (Nürnberg, Wien, Bern)

https://integral-systemics.com/wp-content/uploads/2018/12/ISC_Basis-Broschuere_2019-2020.pdf

https://integral-systemics.com/wp-content/uploads/2018/12/ISC_Termine_2019.20.pdf

www.integral-systemics-consulting.com

www.integral-systemics.com

www.integrale-lebensarchitekten.de



Das Aufstellungsbuch. Familienaufstellung, Organisationsaufstellung und neueste Entwicklungen.

Das Standardwerk – Wissenschaft, Pioniere und interdisziplinäre Fallstudien.

[Leseprobe Band 1](#)

[Buchlesung Sigmund Freud Museum](#)



Integrale Aufstellungen. Methoden und Modelle der Inneren Form®.

Das Lehrbuch zur Aufstellung – ca. 300 ausgebildete Integral Systemische Coaches in Wien, Zürich, Nürnberg u.a.

[Leseprobe Band 2](#)



Buddha, Freud und Falco. Szenische Aufstellungen im kollektiven Bewusstseinsfeld. Ein Dialog zwischen Buddha, Freud und Falco, basierend auf szenischen Aufstellungen.

[Leseprobe Band 3](#)



Die Leiden des Westens. Eine Faktion.

Durch therapeutische, systemische Aufstellungsarbeit und kollektive Bewusstseinsaufstellung - eine Aufarbeitung der beiden Weltkriege.

[Leseprobe](#)

[DER STANDARD - Buch Wien - Interview](#)

[S.Freud Uni Lesung - Fr.Habsburg \(Grußwort\)](#)

[Theaterstück Hofburg Wien](#)

Artikel: ["Flamme des Friedens"](#)