

HEINZE Marta Heinze – Okońska

zaprasza na kolejną edycję warsztatów rozwojowych
prowadzonych za pomocą metody ustawień systemowych i technik coachingowych:

**ROZWÓJ, PRACA, FINANSE, KLIENCI, DOBROBYT,
PROCESY TWÓRCZE, MOTYWACJA, RELACJE**

6/7.12 2025

miejsce: ul. Jemiołowa 32/13, Wrocław

I dzień g. 9.30 – 17.30

II dzień g. 9.30 – 16.00

AGENDA ZAJĘĆ

1. w indywidualnych wypowiedziach poznamy swoje postępy i efekty ostatnich ustawień, spróbujemy opisać swoje motywy przewodnie dotyczące udziału w tych warsztatach i do wspólnej pracy w podgrupach
2. tematy ustawień – próba sprecyzowania własnego tematu
3. krótkie wyjaśnienia niezrozumiałych kwestii (szczególnie dla osób, które uczestniczą pierwszy raz)
4. medytacja prowadzona (skan ciała)
5. ćwiczenia, flashe (w zależności od dynamiki procesu grupowego)
6. omówienie samopoczucia po pierwszym dniu

Czym są te warsztaty?

Warsztaty rozwojowe, które proponuję, oparte są na modelu ustawień systemowych. Twórcą tej metody jest Bert Hellinger. Ustawienia umożliwiają diagnozę systemowych **przyczyn zakłóceń i trudności**. Wprowadzają trwałe zmiany w organizacji, firmie lub działalności oraz wspomagają rozwój osobisty, procesy twórcze, relacje społeczne i rodzinne, a także wspierają toczące się procesy terapeutyczne w każdym innym podejściu.

Ustawienia:

- są skutecznym środkiem do diagnozowania problemu
- pozwalają ustalić proces wprowadzania zmian
- umożliwiają testowanie różnych alternatyw (co będzie korzystniejsze w danej sytuacji)

Ustawienia można stosować w każdym obszarze: **osobistym i zawodowym a także zdrowotnym**.

Ich zaletą jest:

- umiejętność **szybkiego i skutecznego** zobaczenia i **wyjaśnienia podłoża** i **ukrytej dynamiki relacji** zachodzących w rodzinach i organizacjach, które są podstawą do zmian i osiągnięcia sukcesu.
- umożliwiają **skuteczniejszą pracę, podejmowanie trafnych decyzji i efektywną współpracę** w zespole a także poprawiają relacje w rodzinach.
- w **bardzo krótkim czasie pozwalają osiągnąć maksymalny przyrost wiedzy** i **wskazać konkretne alternatywy działania**. W porównaniu z innymi metodami ustawienia systemowe oszczędzają czas i pieniądze.

Jak to działa?

Do praktycznej pracy z ustawieniami wystarczą krótkie i precyzyjnie sformułowane życzenia klienta. Następnie przekazujemy tę prośbę osobom, które oddają się do dyspozycji w roli reprezentanta odpowiedzialnego za rolę w danym ustawieniu. Jest to rodzaj symulacji. Proces podobny do psychodramy.

Gdy bez zamiarów – termin fachowy brzmi „fenomenologicznie” - spoglądamy na ustawione osoby, nagle ogarnia je poruszenie, które prowadzi w konsekwencji do zasadniczych zmian w symulacji i prowadzi nas w kierunku rozwiązania. Mogą pojawić się słowa, odczucia, które reprezentanci wypowiadają.

Metoda ustawień systemowych ma charakter praktyczny. Pracujemy w grupie.

W zajęciach można brać udział jako:

- **osoba ustawiająca** - pracująca z własnym tematem (lista przykładowych tematów poniżej)
- **reprezentant w roli** - osoba biorąca udział w ustawieniu innych osób
- **aktywny uczestnik** - mini-ustawień i prac w podgrupach

Zakres tematyczny warsztatów:

Podczas warsztatów będziemy pracować nad tematem, który jest dla Ciebie ważny. Wybierasz temat z jakim trudno Ci jest się uporać

lub żadne inne metody nie działają a problem się powtarza.

Oto kilka przykładów:

1. Diagnozowanie i rozwiązywanie problemów:

w biznesie:

- a. Struktura organizacji i zaburzenia w jej realizacji
- b. Relacje z Klientami, bariery w komunikacji, poszukiwanie przyczyn zakłóceń
- c. Ukierunkowanie rozwoju pracy zawodowej
- d. Nowa droga zawodowa lub brak motywacji (w tym np.: wypalenie zawodowe, pracoholizm)
- e. Nowe pomysły, procesy twórcze
- f. Sprawy majątkowe

w życiu osobistym:

- a. relacje – trudności społeczne, brak akceptacji w środowisku, wykluczenie, poczucie niedopasowania, kwestie rodzinne
- b. brak związku – trudności, rodzaj „niewygody” w relacji, doświadczanie złości, wybuchów, oceny
- c. sprawy zdrowotne – wszelkie bóle niewyjaśnionego pochodzenia, choroby (wszystkie), lęki, blokady
- d. kwestie motywacji i rozwoju
- e. depresja, smutek, przygnębienie, melancholia
- f. różne tęsknoty i brak spełnienia życiowego

Jeśli trudno Państwu określić temat ustawień, zapraszam do kontaktu telefonicznego lub mailowego w celu omówienia.

Dla kogo przeznaczone są warsztaty?

- dla wszystkich osób, dla których **ważny jest rozwój osobisty** w każdym obszarze i wymiarze
- dla których ważne są **sprawy rodowe**
- dla osób chcących **poprawić swoje relacje, samopoczucie, zdrowie psychiczne**
- dla rodzin w kryzysie
- dla wszystkich tych, którzy odczuwają pustkę, smutek i niewystarczającą radość z życia
- dla wszystkich osób **aktywnych zawodowo** niezależnie od pełnionej funkcji, formy zatrudnienia i stażu pracy a także osób **chcących założyć własną działalność** w każdej formie
- a także dla osób, które z różnych powodów **utraciły motywację** i miłość do pracy, np.: z powodu utraconego zmęczenia czy wypalenia zawodowego i/lub niedostatecznego wynagrodzenia za swoją pracę i chciałyby z tym pracować w sesji grupowej

Koszt:

- udział w warsztatach jako osoba ustawiająca własny temat – 750 zł
- udział w warsztatach jako osoba aktywna jako reprezentant – 450 zł

Warunki uczestnictwa i rezerwacji miejsca:

Zgłoszenia uczestnictwa można przesłać:

- mailowo: gabinet@heinze-okonska.pl
- sms'em: 601 95 48 96
- za pośrednictwem strony www.heinze-okonska.pl, zakładka "kontakt"

Warunkiem uczestnictwa jest przesłanie na konto: **95 1160 2202 0000 0001 1161 9516** - wpłaty **w formie zadatku do dnia 10.11.2025 poniższej kwoty**

- osoba ustawiająca własny temat – 350 zł
- osoba uczestnicząca jako reprezentant – 200 zł
- pozostała płatność gotówką na miejscu / można zapłacić całość przelewem

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc (do 8 osób) o udziale decyduje kolejność zgłoszeń.

Osoby, które potrzebują faktur proszone są o podanie danych a w przelewie nr NIP.

Warunki rezygnacji:

Zwrot całej wpłaconej kwoty może nastąpić tylko wtedy, gdy warsztaty się nie odbędą z przyczyn organizatora

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych:

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych w związku z realizacją zgłoszenia. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do przetworzenia zapytania. Zostałem /am poinformowany /a, że przysługuje mi prawo dostępu do swoich danych, możliwości ich poprawiania, żądania zaprzestania ich przetwarzania.

Jeśli chcą Państwo przeczytać więcej na temat ustawień systemowych zapraszam na moją stronę internetową: www.heinze-okonska.pl / zakładka "Zajęcia i warsztaty wyjazdowe"

HEINZE

Marta Heinze – Okońska

zaprasza na kolejną edycję warsztatów rozwojowych prowadzonych za pomocą metody ustawień systemowych i technik coachingowych:

ROZWÓJ, PRACA, FINANSE, KLIENCI, DOBROBYT, PROCESY TWÓRCZE, MOTYWACJA, RELACJE

6/7.09 2025

miejsce: ul. Jemiołowa 32/13, Wrocław

I dzień g. 9.30 – 17.30

II dzień g. 9.30 – 16.00

AGENDA ZAJĘĆ

1. w indywidualnych wypowiedziach poznamy swoje postępy i efekty ostatnich ustawień, spróbujemy opisać swoje motywy przewodnie dotyczące udziału w tych warsztatach i do wspólnej pracy w podgrupach
2. tematy ustawień – próba sprecyzowania własnego tematu
3. krótkie wyjaśnienia niezrozumiałych kwestii (szczególnie dla osób, które uczestniczą pierwszy raz)
4. medytacja prowadzona (skan ciała)
5. ćwiczenia, flashe (w zależności od dynamiki procesu grupowego)
6. omówienie samopoczucia po pierwszym dniu

Czym są te warsztaty?

Warsztaty rozwojowe, które proponuję, oparte są na modelu ustawień systemowych. Twórcą tej metody jest Bert Hellinger. Ustawienia umożliwiają diagnozę systemowych **przyczyn zakłóceń i trudności**. Wprowadzają trwałe zmiany w organizacji, firmie lub działalności oraz wspomagają rozwój osobisty, procesy twórcze, relacje społeczne i rodzinne, a także wspierają toczące się procesy terapeutyczne w każdym innym podejściu.

Ustawienia:

- są skutecznym środkiem do diagnozowania problemu
- pozwalają ustalić proces wprowadzania zmian
- umożliwiają testowanie różnych alternatyw (co będzie korzystniejsze w danej sytuacji)

Ustawienia można stosować w każdym obszarze: **osobistym i zawodowym a także zdrowotnym**.

Ich zaletą jest:

- umiejętność **szybkiego i skutecznego** zobaczenia i **wyjaśnienia podłoża** i **ukrytej dynamiki relacji** zachodzących w rodzinach i organizacjach, które są podstawą do zmian i osiągnięcia sukcesu.
- umożliwiają **skuteczniejszą pracę, podejmowanie trafnych decyzji i efektywną współpracę** w zespole a także poprawiają relacje w rodzinach.
- w **bardzo krótkim czasie pozwalają osiągnąć maksymalny przyrost wiedzy** i **wskazać konkretne alternatywy działania**. W porównaniu z innymi metodami ustawienia systemowe oszczędzają czas i pieniądze.

Jak to działa?

Do praktycznej pracy z ustawieniami wystarczą krótkie i precyzyjnie sformułowane życzenia klienta. Następnie przekazujemy tę prośbę osobom, które oddają się do dyspozycji w roli reprezentanta odpowiedzialnego za rolę w danym ustawieniu. Jest to rodzaj symulacji. Proces podobny do psychodramy.

Gdy bez zamiarów – termin fachowy brzmi „fenomenologicznie” - spoglądamy na ustawione osoby, nagle ogarnia je poruszenie, które prowadzi w konsekwencji do zasadniczych zmian w symulacji i prowadzi nas w kierunku rozwiązania. Mogą pojawić się słowa, odczucia, które reprezentanci wypowiadają.

Metoda ustawień systemowych ma charakter praktyczny. Pracujemy w grupie.

W zajęciach można brać udział jako:

- **osoba ustawiająca** - pracująca z własnym tematem (lista przykładowych tematów poniżej)
- **reprezentant w roli** - osoba biorąca udział w ustawieniu innych osób
- **aktywny uczestnik** - mini-ustawień i prac w podgrupach

Zakres tematyczny warsztatów:

Podczas warsztatów będziemy pracować nad tematem, który jest dla Ciebie ważny. Wybierasz temat z jakim trudno Ci jest się uporać lub żadne inne metody nie działają a problem się powtarza.

Oto kilka przykładów:

1. Diagnozowanie i rozwiązywanie problemów:

w biznesie:

- a. Struktura organizacji i zaburzenia w jej realizacji
- b. Relacje z Klientami, bariery w komunikacji, poszukiwanie przyczyn zakłóceń
- c. Ukierunkowanie rozwoju pracy zawodowej
- d. Nowa droga zawodowa lub brak motywacji (w tym np.: wypalenie zawodowe, pracoholizm)
- e. Nowe pomysły, procesy twórcze
- f. Sprawy majątkowe

w życiu osobistym:

- a. relacje – trudności społeczne, brak akceptacji w środowisku, wykluczenie, poczucie niedopasowania, kwestie rodzinne
- b. brak związku – trudności, rodzaj „niewygody” w relacji, doświadczanie złości, wybuchów, oceny
- c. sprawy zdrowotne – wszelkie bóle niewyjaśnionego pochodzenia, choroby (wszystkie), lęki, blokady
- d. kwestie motywacji i rozwoju
- e. depresja, smutek, przygnębienie, melancholia
- f. różne tęsknoty i brak spełnienia życiowego

Jeśli trudno Państwu określić temat ustawień, zapraszam do kontaktu telefonicznego lub mailowego w celu omówienia.

Dla kogo przeznaczone są warsztaty?

- dla wszystkich osób, dla których **ważny jest rozwój osobisty** w każdym obszarze i wymiarze
- dla których ważne są **sprawy rodowe**
- dla osób chcących **poprawić swoje relacje, samopoczucie, zdrowie psychiczne**
- dla rodzin w kryzysie
- dla wszystkich tych, którzy odczuwają pustkę, smutek i niewystarczającą radość z życia
- dla wszystkich osób **aktywnych zawodowo** niezależnie od pełnionej funkcji, formy zatrudnienia i stażu pracy a także osób **chcących założyć własną działalność** w każdej formie
- a także dla osób, które z różnych powodów **utraciły motywację** i miłość do pracy, np.: z powodu utrwalonego zmęczenia czy wypalenia zawodowego i/lub niedostatecznego wynagrodzenia za swoją pracę i chciałyby z tym pracować w sesji grupowej

Koszt:

- udział w warsztatach jako osoba ustawiająca własny temat – 750 zł
- udział w warsztatach jako osoba aktywna jako reprezentant – 400 zł

Warunki uczestnictwa i rezerwacji miejsca:

Zgłoszenia uczestnictwa można przesłać:

- mailowo: gabinet@heinze-okonska.pl
- sms'em: 601 95 48 96
- za pośrednictwem strony www.heinze-okonska.pl, zakładka "kontakt"

Warunkiem uczestnictwa jest przesłanie na konto: **95 1160 2202 0000 0001 1161 9516** - wpłaty **w formie zadatku do dnia 6.08. 2025 poniższej kwoty**

- osoba ustawiająca własny temat – 350 zł
- osoba uczestnicząca jako reprezentant – 200 zł
- pozostała płatność gotówką na miejscu / można zapłacić całość przelewem

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc (do 8 osób) o udziale decyduje kolejność zgłoszeń.

Osoby, które potrzebują faktur proszone są o podanie danych a w przelewie nr NIP.

Warunki rezygnacji:

Warunki rezygnacji :

Zwrot 100% wpłaconej kwoty - na 20 dni przed datą warsztatu.

Po tym terminie zadatek przepada .

Zwrot całej wpłaconej kwoty może nastąpić tylko wtedy, gdy warsztaty się nie odbędą z przyczyn organizatora

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych:

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych w związku z realizacją zgłoszenia. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do przetworzenia zapytania. Zostałem /am poinformowany /a, że przysługuje mi prawo dostępu do swoich danych, możliwości ich poprawiania, żądania zaprzestania ich przetwarzania.

Jeśli chcą Państwo przeczytać więcej na temat ustawień systemowych zapraszam na moją stronę internetową: www.heinze-okonska.pl / zakładka "Zajęcia i warsztaty wyjazdowe"

HEINZE Marta Heinze – Okońska

zaprasza na kolejną edycję warsztatów rozwojowych
prowadzonych za pomocą metody ustawień systemowych i technik coachingowych:

**ROZWÓJ, PRACA, FINANSE, KLIENCI, DOBROBYT,
PROCESY TWÓRCZE, MOTYWACJA, RELACJE**

15/16.03 2025

miejsce: ul. Jemiołowa 32/13, Wrocław

godziny zajęć:

I dzień 9.30 – 17.30

II dzień 9.30 – 16.30

Czym są te warsztaty?

Warsztaty rozwojowe, które proponuję, oparte są na modelu ustawień systemowych. Twórcą tej metody jest Bert Hellinger. Ustawienia umożliwiają diagnozę systemowych **przyczyn zakłóceń i trudności**. Wprowadzają trwałe zmiany w organizacji, firmie lub działalności oraz wspomagają rozwój osobisty, procesy twórcze, relacje społeczne i rodzinne, a także wspierają toczące się procesy terapeutyczne w każdym innym podejściu.

Ustawienia:

- są skutecznym środkiem do diagnozowania problemu
- pozwalają ustalić proces wprowadzania zmian
- umożliwiają testowanie różnych alternatyw (co będzie korzystniejsze w danej sytuacji)

Ustawienia można stosować w każdym obszarze: **osobistym i zawodowym a także zdrowotnym**.

Ich zaletą jest:

- umiejętność **szybkiego i skutecznego** zobaczenia i **wyjaśnienia podłoża** i **ukrytej dynamiki relacji** zachodzących w rodzinach i organizacjach, które są podstawą do zmian i osiągnięcia sukcesu.
- umożliwiają **skuteczniejszą pracę, podejmowanie trafnych decyzji i efektywną współpracę** w zespole a także poprawiają relacje w rodzinach.
- w **bardzo krótkim czasie pozwalają osiągnąć maksymalny przyrost wiedzy** i **wskazać konkretne alternatywy działania**. W porównaniu z innymi metodami ustawienia systemowe oszczędzają czas i pieniądze.

Jak to działa?

Do praktycznej pracy z ustawieniami wystarczą krótkie i precyzyjnie sformułowane życzenia klienta. Następnie przekazujemy tę prośbę osobom, które oddają się do dyspozycji w roli reprezentanta odpowiedzialnego za rolę w danym ustawieniu. Jest to rodzaj symulacji. Proces podobny do psychodramy.

Gdy bez zamiarów – termin fachowy brzmi „fenomenologicznie” - spoglądamy na ustawione osoby, nagle ogarnia je poruszenie, które prowadzi w konsekwencji do zasadniczych zmian w symulacji i prowadzi nas w kierunku rozwiązania. Mogą pojawić się słowa, odczucia, które reprezentanci wypowiadają.

Metoda ustawień systemowych ma charakter praktyczny. Pracujemy w grupie.

W zajęciach można brać udział jako:

- **osoba ustawiająca** - pracująca z własnym tematem (lista przykładowych tematów poniżej)
- **reprezentant w roli** - osoba biorąca udział w ustawieniu innych osób
- **aktywny uczestnik** - mini-ustawień i prac w podgrupach

Zakres tematyczny warsztatów:

Podczas warsztatów będziemy pracować nad tematem, który jest dla Ciebie ważny. Wybierasz temat z jakim trudno Ci jest się uporać lub żadne inne metody nie działają a problem się powtarza.

Oto kilka przykładów:

1. Diagnozowanie i rozwiązywanie problemów:
 - w biznesie:**
 - a. Struktura organizacji i zaburzenia w jej realizacji
 - b. Relacje z Klientami, bariery w komunikacji, poszukiwanie przyczyn zakłóceń

- c. Ukierunkowanie rozwoju pracy zawodowej
- d. Nowa droga zawodowa lub brak motywacji (w tym np.: wypalenie zawodowe, pracobolizm)
- e. Nowe pomysły, procesy twórcze
- f. Sprawy majątkowe

w życiu osobistym:

- a. relacje – trudności społeczne, brak akceptacji w środowisku, wykluczenie, poczucie niedopasowania, kwestie rodzinne
- b. brak związku – trudności, rodzaj „niewygody” w relacji, doświadczanie złości, wybuchów, oceny
- c. sprawy zdrowotne – wszelkie bóle niewyjaśnionego pochodzenia, choroby (wszystkie), lęki, blokady
- d. kwestie motywacji i rozwoju
- e. depresja, smutek, przygnębienie, melancholia
- f. różne tęsknoty i brak spełnienia życiowego

Jeśli trudno Państwu określić temat ustawień, zapraszam do kontaktu telefonicznego lub mailowego w celu omówienia.

Dla kogo przeznaczone są warsztaty?

- dla wszystkich osób, dla których **ważny jest rozwój osobisty** w każdym obszarze i wymiarze
- dla których ważne są **sprawy rodowe**
- dla osób chcących **poprawić swoje relacje, samopoczucie, zdrowie psychiczne**
- dla rodzin w kryzysie
- dla wszystkich tych, którzy odczuwają pustkę, smutek i niewystarczającą radość z życia
- dla wszystkich osób **aktywnych zawodowo** niezależnie od pełnionej funkcji, formy zatrudnienia i stażu pracy a także osób **chcących założyć własną działalność** w każdej formie
- a także dla osób, które z różnych powodów **utraciły motywację** i miłość do pracy, np.: z powodu utrwalonego zmęczenia czy wypalenia zawodowego i/lub niedostatecznego wynagrodzenia za swoją pracę i chciałyby z tym pracować w sesji grupowej

Koszt:

- udział w warsztatach jako osoba ustawiająca własny temat – [750 zł](#)
- udział w warsztatach jako osoba aktywna jako reprezentant – [400 zł](#)

Warunki uczestnictwa i rezerwacji miejsca:

Zgłoszenia uczestnictwa można przesyłać:

- mailowo: gabinet@heinze-okonska.pl
- sms'em: 601 95 48 96
- za pośrednictwem strony www.heinze-okonska.pl, zakładka "kontakt"

Warunkiem uczestnictwa jest przesłanie na konto: **95 1160 2202 0000 0001 1161 9516** - wpłaty **w formie zadatku do dnia 21. lutego 2025 poniższej kwoty**

- osoba ustawiająca własny temat – 350 zł
- osoba uczestnicząca jako reprezentant – 200 zł
- pozostała płatność gotówką na miejscu / można zapłacić całość przelewem

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc (do 8 osób) o udziale decyduje kolejność zgłoszeń.

Osoby, które potrzebują faktur proszone są o podanie danych a w przelewie nr NIP.

Warunki rezygnacji:

Warunki rezygnacji :

Zwrot 100% wpłaconej kwoty - na 20 dni przed datą warsztatu.

Po tym terminie zadatek przepada .

Zwrot całej wpłaconej kwoty może nastąpić tylko wtedy, gdy warsztaty się nie odbędą z przyczyn organizatora

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych:

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych w związku z realizacją zgłoszenia. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do przetworzenia zapytania. Zostałem /am poinformowany /a, że przysługuje mi prawo dostępu do swoich danych, możliwości ich poprawiania, żądania zaprzestania ich przetwarzania.

Jeśli chcą Państwo przeczytać więcej na temat ustawień systemowych zapraszam na moją stronę internetową: www.heinze-okonska.pl / zakładka "Zajęcia i warsztaty wyjazdowe"

HEINZE

Marta Heinze – Okońska

zaprasza na kolejną edycję warsztatów rozwojowych
 prowadzonych za pomocą metody ustawień systemowych i technik coachingowych:

ROZWOJOWE WARSZTATY WYJAZDOWE

18.10 – 19.10.2025

Brzezi pod Krakowem

Czym są te warsztaty?

Warsztaty rozwojowe, które proponuję, oparte są na modelu ustawień systemowych. Twórcą tej metody jest Bert Hellinger. Ustawienia umożliwiają diagnozę systemowych **przyczyn zaktóżeń i trudności**. Wprowadzają trwałe zmiany w organizacji, firmie lub działalności oraz wspomagają rozwój osobisty, procesy twórcze, relacje społeczne i rodzinne, a także wspierają toczące się procesy terapeutyczne w każdym innym podejściu.

Zajęcia są przeznaczone dla osób zaawansowanych w tej technice pracy rozwojowej i są w stałym kontakcie ze mną.

- Głównym naszym zadaniem podczas tych warsztatów będzie zidentyfikowanie różnicy pomiędzy świadomymi motywacjami a nieświadomą prawdą skrywaną poza racjonalnym myśleniem.
- Będziemy powoli demontować nasze mechanizmy obronne, zasłony i utknięcia, aby otworzyć się na zobaczenie i odkrycie nieświadomej treści.

Czym jest ta metoda:

- jest skutecznym środkiem do diagnozowania problemu i uwikłań
- służy głównie do pracy w Twoim polu Rodu i Przodków
- pozwala ustalić proces wprowadzania zmian
- umożliwia testowanie różnych alternatyw (co będzie korzystniejsze w danej sytuacji) – szczególnie w biznesie

Ustawienia można stosować w każdym obszarze: **osobistym i zawodowym a także zdrowotnym**. Ich zaletą jest:

- umiejętność **szybkiego i skutecznego** zobaczenia i **wyjaśnienia podłoża** i **ukrytej dynamiki relacji** zachodzących w rodzinach i organizacjach, które są podstawą do zmian i osiągnięcia sukcesu.
- umożliwiają **skuteczniejszą pracę, podejmowanie trafnych decyzji i efektywną współpracę** w zespole a także poprawiają relacje w rodzinach.
- w **bardzo krótkim czasie** pozwalają osiągnąć maksymalny przyrost wiedzy i **wskazać konkretne alternatywy działania**.

Jak to działa?

Do praktycznej pracy z ustawieniami wystarczą krótkie i precyzyjnie sformułowane życzenia klienta. Następnie przekazujemy tę prośbę osobom, które oddają się do dyspozycji w roli reprezentanta odpowiedzialnego za rolę w danym ustawieniu. Jest to rodzaj symulacji. Proces podobny do psychodramy.

Gdy bez zamiarów – termin fachowy brzmi „fenomenologicznie” - spoglądamy na ustawione osoby, nagle ogarnia je poruszenie, które prowadzi w konsekwencji do zasadniczych zmian w symulacji i prowadzi nas w kierunku rozwiązania. Mogą pojawić się słowa, odczucia, które reprezentanci wypowiadają.

Metoda ustawień systemowych ma charakter praktyczny. Pracujemy w grupie.

W zajęciach można brać udział jako:

- **osoba ustawiająca** - pracująca z własnym tematem (lista przykładowych tematów poniżej)
- **reprezentant w roli** - osoba biorąca udział w ustawieniu innych osób
- **aktywny uczestnik** - mini-ustawień i prac w podgrupach

Zakres tematyczny warsztatów:

Podczas warsztatów będziemy pracować nad tematem, który jest dla Ciebie ważny. Wybierasz temat z jakim trudno Ci jest się uporać lub żadne inne metody nie działają a problem się powtarza.

Oto kilka przykładów:

1 Diagnozowanie i rozwiązywanie problemów:

w biznesie:

- a Struktura organizacji i zaburzenia w jej realizacji
- b Relacje z Klientami, bariery w komunikacji, poszukiwanie przyczyn zakłóceń
- c. Ukierunkowanie rozwoju pracy zawodowej
- d. Nowa droga zawodowa lub brak motywacji (w tym np.: wypalenie zawodowe, pracoholizm)
- e. Nowe pomysły, procesy twórcze
- f. Sprawy majątkowe
- g. Utknięcia i zatory
- h. Relacja z pieniędzmi

w życiu osobistym:

- a. relacje – trudności społeczne, brak akceptacji w środowisku, wykluczenie, poczucie niedopasowania, kwestie rodzinne
- b. brak związku – trudności, rodzaj „niewygody” w relacji, doświadczanie złości, wybuchów, bliskości
- c. sprawy zdrowotne – wszelkie bóle niewyjaśnionego pochodzenia, choroby (wszystkie), lęki, blokady
- d. kwestie motywacji i rozwoju
- e. depresja, smutek, przygnębienie, melancholia
- f. różne tęsknoty i brak spełnienia życiowego
- g. chroniczne lęki
- h. sprawy karmiczne
- i. sprawy rodowe
- j. tajemnice i uwikłania

(*) Jeśli trudno Państwu określić temat ustawień, zapraszam do kontaktu telefonicznego lub mailowego w celu omówienia.

Dla kogo przeznaczone są warsztaty?

- dla wszystkich osób, dla których **ważny jest rozwój osobisty** w każdym obszarze i wymiarze
- dla osób chcących **poprawić swoje relacje, samopoczucie, zdrowie psychiczne**
- dla rodzin w kryzysie
- dla wszystkich tych, którzy odczuwają pustkę, smutek i niewystarczającą radość z życia
- dla wszystkich osób **aktywnych zawodowo** niezależnie od pełnionej funkcji, formy zatrudnienia i stażu pracy a także osób **chcących założyć własną działalność** w każdej formie
- a także dla osób, które z różnych powodów **utraciły motywację** i miłość do pracy, np.: z powodu utrwalonego zmęczenia czy wypalenia zawodowego i/lub niedostatecznego wynagrodzenia za swoją pracę i chciałyby z tym pracować w sesji grupowej

Koszt:

- **udział w warsztatach 750 zł ustawienie / 450 zł obserwacja i udział w roli**
- **sala i wyżywienie 200 zł**

Warunki uczestnictwa i rezerwacji miejsca:

Zgłoszenia uczestnictwa można przesłać:

- mailowo: izaguz5@gmail.com
- za pośrednictwem strony www.heinze-okonska.pl, zakładka “kontakt”

Warunkiem uczestnictwa jest przesłanie na konto: Millenium Bank: **95 1160 2202 0000 0001 1161 9516 - w formie bezzwrotnego zadatku następującej kwoty :**

- do 18. września za warsztaty: **350 zł**
- **pozostała kwota na miejscu gotówką**

Warsztaty odbędą się w miejscowości Brzegi pod Krakowem

Dokładny adres
Brzegi 193, 32-002 Węgrzce Wielkie

<https://maps.app.goo.gl/hN9ZzSGFUX7qsBMT9>

- zalecany dojazd samochodem – bezpłatny parking
- możliwy dojazd środkami komunikacji miejskiej/ podmiejskiej - w razie potrzeby proszę o kontakt mailowy izaguz5@gmail.com, lub telefoniczny 604 21 24 22

dla osób spoza Krakowa proponuję rezerwacje noclegów w Wieliczce (duża baza noclegowa, odległość od miejsca warsztatów 7 km)

Zaliczkę za salę i wyżywienie proszę wysłać na konto:

ING: 39 1050 1445 10 0000 1201624770 / Nazwa odbiorcy: Guz / Tytuł przelewu: październik 2025..

- do 30.września za salę i wyżywienie (barek kawowy, przekąski, ciepłe danie obiadowe): **200 zł**

UWAGA:

za salę i wyżywienie płaciecie Izie Szewczyk – Guz (nie ma możliwości wystawiania faktur)
za warsztaty płaciecie mnie na moje konto podane powyżej oraz otrzymujecie wszelkie potrzebne Wam dokumenty: paragony, faktury, zaświadczenia uczestnictwa jeśli potrzebne.

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc (do 10 osób) o udziale decyduje kolejność zgłoszeń.
Osoby, które potrzebują faktur proszone są o podanie danych a w przelewie nr NIP.

Warunki rezygnacji:

prosimy o odpowiedzialne i przemyślane decyzje udziału w warsztacie
ze względu na organizację, przygotowania merytoryczne, zakupy żywieniowe i przygotowanie ośrodka zadatki przepadają
wszyscy uczestniczą w całym cyklu ze względu na proces

Zwrot całej wpłaconej kwoty może nastąpić tylko wtedy, gdy warsztaty się nie odbędą z przyczyn organizatora

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych:

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych w związku z realizacją zgłoszenia. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do przetworzenia zapytania. Zostałem /am poinformowany /a, że przysługuje mi prawo dostępu do swoich danych, możliwości ich poprawiania, żądania zaprzestania ich przetwarzania.

HEINZE
Marta Heinze – Okońska

zaprasza na kolejną edycję warsztatów rozwojowych
prowadzonych za pomocą metody ustawień systemowych i technik coachingowych:

ROZWOJOWE WARSZTATY WYJAZDOWE

22.05.2025 – 25.05.2025

Dworek Młyńczyska

Czym są te warsztaty?

Warsztaty rozwojowe, które proponuję, oparte są na modelu ustawień systemowych. Twórcą tej metody jest Bert Hellinger. Ustawienia umożliwiają diagnozę systemowych **przyczyn zakłóceń i trudności**. Wprowadzają trwałe zmiany w organizacji, firmie lub działalności oraz wspomagają rozwój osobisty, procesy twórcze, relacje społeczne i rodzinne, a także wspierają toczące się procesy terapeutyczne w każdym innym podejściu.

Zajęcia są przeznaczone dla osób zaawansowanych w tej technice pracy rozwojowej i są w stałym kontakcie ze mną.

- Głównym naszym zadaniem podczas tych warsztatów będzie zidentyfikowanie różnicy pomiędzy świadomymi motywacjami a nieświadomą prawdą skrywaną poza racjonalnym myśleniem.
- Będziemy powoli demontować nasze mechanizmy obronne, zasłony i utknięcia, aby otworzyć się na zobaczenie i odkrycie nieświadomej treści.

Czym jest ta metoda:

- jest skutecznym środkiem do diagnozowania problemu i uwikłań
- służy głównie do pracy w Twoim polu Rodu i Przodków
- pozwala ustalić proces wprowadzania zmian
- umożliwiają testowanie różnych alternatyw (co będzie korzystniejsze w danej sytuacji) – szczególnie w biznesie

Ustawienia można stosować w każdym obszarze: **osobistym i zawodowym a także zdrowotnym**. Ich zaletą jest:

- umiejętność **szybkiego i skutecznego** zobaczenia i **wyjaśnienia podłoża i ukrytej dynamiki relacji** zachodzących w rodzinach i organizacjach, które są podstawą do zmian i osiągnięcia sukcesu.
- umożliwiają **skuteczniejszą pracę, podejmowanie trafnych decyzji i efektywną współpracę** w zespole a także poprawiają relacje w rodzinach.
- w **bardzo krótkim czasie pozwalają osiągnąć maksymalny przyrost wiedzy i wskazać konkretne alternatywy działania**.

Jak to działa?

Do praktycznej pracy z ustawieniami wystarczą krótkie i precyzyjnie sformułowane życzenia klienta. Następnie przekazujemy tę prośbę osobom, które oddają się do dyspozycji w roli reprezentanta odpowiedzialnego za rolę w danym ustawieniu. Jest to rodzaj symulacji. Proces podobny do psychodramy.

Gdy bez zamiarów – termin fachowy brzmi „fenomenologicznie” - spoglądamy na ustawione osoby, nagle ogarnia je poruszenie, które prowadzi w konsekwencji do zasadniczych zmian w symulacji i prowadzi nas w kierunku rozwiązania. Mogą pojawić się słowa, odczucia, które reprezentanci wypowiadają.

Metoda ustawień systemowych ma charakter praktyczny. Pracujemy w grupie.

W zajęciach można brać udział jako:

- **osoba ustawiająca** - pracująca z własnym tematem (lista przykładowych tematów poniżej)
- **reprezentant w roli** - osoba biorąca udział w ustawieniu innych osób
- **aktywny uczestnik** - mini-ustawień i prac w podgrupach

Zakres tematyczny warsztatów:

Podczas warsztatów będziemy pracować nad tematem, który jest dla Ciebie ważny. Wybierasz temat z jakim trudno Ci jest się uporać lub żadne inne metody nie działają a problem się powtarza.

Oto kilka przykładów:

Diagnozowanie i rozwiązywanie problemów **w biznesie:**

- a. Struktura organizacji lub małej firmy 1-2 osobowej i zaburzenia w jej realizacji
- b. Relacje z Klientami, bariery w komunikacji, poszukiwanie przyczyn zakłóceń
- c. Ukierunkowanie rozwoju pracy zawodowej
- d. Nowa droga zawodowa lub brak motywacji (w tym np.: wypalenie zawodowe, pracoholizm)
- e. Nowe pomysły, procesy twórcze
- f. Sprawy majątkowe
- g. Utknięcia i zatory
- h. Relacja z pieniędzmi

Diagnozowanie i rozwiązywanie problemów **w życiu osobistym:**

- a. relacje – trudności społeczne, brak akceptacji w środowisku, wykluczenie, poczucie niedopasowania, kwestie rodzinne
- b. brak związku – trudności, rodzaj „niewygody” w relacji, doświadczanie złości, wybuchów, bliskości
- c. sprawy zdrowotne – wszelkie bóle niewyjaśnionego pochodzenia, choroby (wszystkie), lęki, blokady
- d. kwestie motywacji i rozwoju
- e. depresja, smutek, przygnębienie, melancholia
- f. różne tęsknoty i brak spełnienia życiowego
- g. chroniczne lęki
- h. sprawy karmiczne
- i. sprawy rodowe
- j. tajemnice i uwikłania

(*) Jeśli trudno Państwu określić temat ustawień, zapraszam do kontaktu telefonicznego lub mailowego w celu omówienia.

(**) Ustawienia nie są psychoterapią natomiast ją wzbogacając o treści rodowe i osobiste uwarunkowania, których nie widać w psychoterapii

Dla kogo przeznaczone są warsztaty?

- dla wszystkich osób, dla których **ważny jest rozwój osobisty** w każdym obszarze i wymiarze
- dla osób chcących **poprawić swoje relacje, samopoczucie, zdrowie psychiczne**
- dla rodzin i osób w kryzysie
- dla wszystkich tych, którzy odczuwają pustkę, smutek i niewystarczającą radość z życia
- dla wszystkich osób **aktywnych zawodowo** niezależnie od pełnionej funkcji, formy zatrudnienia i stażu pracy a także osób **chcących założyć własną działalność** w każdej formie
- a także dla osób, które z różnych powodów **utraciły motywację** i miłość do pracy, np.: z powodu utrwalonego zmęczenia czy wypalenia zawodowego i/lub niedostatecznego wynagrodzenia za swoją pracę i chciałoby z tym pracować w sesji grupowej

Koszty warsztatów, noclegów i wyżywienia:

udział w warsztatach 1 200 zł.

noclegi i wyżywienie 940 zł.

Warunki uczestnictwa w warsztacie i rezerwacji miejsca:

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc (do 12 osób) o udziale decyduje kolejność zgłoszeń.

1. Zgłoszenie uczestnictwa:
 - mailowo: izaguz5@gmail.com
 - sms'em: 604 21 24 22
2. Wpłata zaliczki za warsztaty gwarantująca udział w warsztacie **w formie bezzwrotnego zadatku**
do 15. kwietnia: kwota 600 zł (ZA WARSZTATY)

Nr konta Millenium Bank: 9511602202000000111619516

Nazwa odbiorcy: Marta Heinze Okońska

pozostała kwota płatna na miejscu gotówką

3. Wpłata zaliczki za noclegi i wyżywienie **w formie bezzwrotnego zadatku**
do 6. maja: kwota 300 zł (noclegi i wyżywienie)

Nr konta ING 39105014451000001201624770

Nazwa odbiorcy: Guz

Tytuł przelewu: AGRO + Imię i nazwisko wpłacającego

pozostała kwota płatna na miejscu gotówką (gospodarstwo nie mamy możliwości wystawiania faktur).

UWAGA:

- za pobyt i wyżywienie płacicie Izie nr konta podany powyżej
(nie ma możliwości wystawiania faktur, ponieważ jest to agroturystyka)
 - za warsztaty płacicie Marcie na wyżej podane konto oraz otrzymujecie wszelkie potrzebne Wam dokumenty: paragony, faktury, zaświadczenia uczestnictwa jeśli potrzebne.
- Osoby, które potrzebują faktur proszone są o podanie danych a w przelewie nr NIP, na adres gabinet@heinze-okonska.pl

Warunki rezygnacji:

- prosimy o odpowiedzialne i przemyślane decyzje udziału w warsztacie
- ze względu na organizację, przygotowania merytoryczne, zakupy żywieniowe i przygotowanie ośrodka zadatki przepadają
- wszyscy uczestniczą w całym cyklu 4 dniowym ze względu na proces

Zwrot całej wpłaconej kwoty może nastąpić tylko wtedy, gdy warsztaty się nie odbędą z przyczyn organizatora

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych:

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych w związku z realizacją zgłoszenia. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do przetworzenia zapytania. Zostałem /am poinformowany /a, że przysługuje mi prawo dostępu do swoich danych, możliwości ich poprawiania, żądania zaprzestania ich przetwarzania.

HEINZE Marta Heinze – Okońska

zaprasza na kolejną edycję warsztatów rozwojowych
prowadzonych za pomocą metody ustawień systemowych i technik coachingowych:

ROZWOJOWE WARSZTATY WYJAZDOWE

1.02 – 2.02.2024

Brzegi pod Krakowem

Czym są te warsztaty?

Warsztaty rozwojowe, które proponuję, oparte są na modelu ustawień systemowych. Twórcą tej metody jest Bert Hellinger. Ustawienia umożliwiają diagnozę systemowych **przyczyn zakłóceń i trudności**. Wprowadzają trwałe zmiany w organizacji, firmie lub działalności oraz wspomagają rozwój osobisty, procesy twórcze, relacje społeczne i rodzinne, a także wspierają toczące się procesy terapeutyczne w każdym innym podejściu.

Zajęcia są przeznaczone dla osób zaawansowanych w tej technice pracy rozwojowej i są w stałym kontakcie ze mną.

- Głównym naszym zadaniem podczas tych warsztatów będzie zidentyfikowanie różnicy pomiędzy świadomymi motywacjami a nieświadomą prawdą skrywaną poza racjonalnym myśleniem.
- Będziemy powoli demontować nasze mechanizmy obronne, zasłony i utknięcia, aby otworzyć się na zobaczenie i odkrycie nieświadomej treści.

Czym jest ta metoda:

- jest skutecznym środkiem do diagnozowania problemu i uwikłań
- służy głównie do pracy w Twoim polu Rodu i Przodków
- pozwala ustalić proces wprowadzania zmian
- umożliwiają testowanie różnych alternatyw (co będzie korzystniejsze w danej sytuacji) – szczególnie w biznesie

Ustawienia można stosować w każdym obszarze: **osobistym i zawodowym a także zdrowotnym**. Ich zaletą jest:

- umiejętność **szybkiego i skutecznego** zobaczenia i **wyjaśnienia podłoża** i **ukrytej dynamiki relacji** zachodzących w rodzinach i organizacjach, które są podstawą do zmian i osiągnięcia sukcesu.
- umożliwiają **skuteczniejszą pracę, podejmowanie trafnych decyzji i efektywną współpracę** w zespole a także poprawiają relacje w rodzinach.
- w **bardzo krótkim czasie pozwalają osiągnąć maksymalny przyrost wiedzy** i **wskazać konkretne alternatywy działania**.

Jak to działa?

Do praktycznej pracy z ustawieniami wystarczą krótkie i precyzyjnie sformułowane życzenia klienta. Następnie przekazujemy tę prośbę osobom, które oddają się do dyspozycji w roli reprezentanta odpowiedzialnego za rolę w danym ustawieniu. Jest to rodzaj symulacji. Proces podobny do psychodramy.

Gdy bez zamiarów – termin fachowy brzmi „fenomenologicznie” - spoglądamy na ustawione osoby, nagle ogarnia je poruszenie, które prowadzi w konsekwencji do zasadniczych zmian w symulacji i prowadzi nas w kierunku rozwiązania. Mogą pojawić się słowa, odczucia, które reprezentanci wypowiadają.

Metoda ustawień systemowych ma charakter praktyczny. Pracujemy w grupie.

W zajęciach można brać udział jako:

- **osoba ustawiająca** - pracująca z własnym tematem (lista przykładowych tematów poniżej)
- **reprezentant w roli** - osoba biorąca udział w ustawieniu innych osób
- **aktywny uczestnik** - mini-ustawień i prac w podgrupach

Zakres tematyczny warsztatów:

Podczas warsztatów będziemy pracować nad tematem, który jest dla Ciebie ważny. Wybierasz temat z jakim trudno Ci jest się uporać lub żadne inne metody nie działają a problem się powtarza.

Oto kilka przykładów:

1. Diagnozowanie i rozwiązywanie problemów:
 - w **biznesie**:
 - a. Struktura organizacji i zaburzenia w jej realizacji
 - b. Relacje z Klientami, bariery w komunikacji, poszukiwanie przyczyn zakłóceń

- c. Ukierunkowanie rozwoju pracy zawodowej
- d. Nowa droga zawodowa lub brak motywacji (w tym np.: wypalenie zawodowe, pracoholizm)
- e. Nowe pomysły, procesy twórcze
- f. Sprawy majątkowe
- g. Utknięcia i zatory
- h. Relacja z pieniędzmi

w życiu osobistym:

- a. relacje – trudności społeczne, brak akceptacji w środowisku, wykluczenie, poczucie niedopasowania, kwestie rodzinne
- b. brak związku – trudności, rodzaj „niewygody” w relacji, doświadczanie złości, wybuchów, bliskości
- c. sprawy zdrowotne – wszelkie bóle niewyjaśnionego pochodzenia, choroby (wszystkie), lęki, blokady
- d. kwestie motywacji i rozwoju
- e. depresja, smutek, przygnębienie, melancholia
- f. różne tęsknoty i brak spełnienia życiowego
- g. chroniczne lęki
- h. sprawy karmiczne
- i. sprawy rodowe
- j. tajemnice i uwikłania

(*) Jeśli trudno Państwu określić temat ustawień, zapraszam do kontaktu telefonicznego lub mailowego w celu omówienia.

Dla kogo przeznaczone są warsztaty?

- dla wszystkich osób, dla których **ważny jest rozwój osobisty** w każdym obszarze i wymiarze
- dla osób chcących **poprawić swoje relacje, samopoczucie, zdrowie psychiczne**
- dla rodzin w kryzysie
- dla wszystkich tych, którzy odczuwają pustkę, smutek i niewystarczającą radość z życia
- dla wszystkich osób **aktywnych zawodowo** niezależnie od pełnionej funkcji, formy zatrudnienia i stażu pracy a także osób **chcących założyć własną działalność** w każdej formie
- a także dla osób, które z różnych powodów **utraciły motywację** i miłość do pracy, np.: z powodu utrwalonego zmęczenia czy wypalenia zawodowego i/lub niedostatecznego wynagrodzenia za swoją pracę i chciałyby z tym pracować w sesji grupowej

Koszt:

- **udział w warsztatach 750 zł ustawienie / 450 zł obserwacja i udział w roli**
- **sala i wyżywienie 200 zł**

Warunki uczestnictwa i rezerwacji miejsca:

Zgłoszenia uczestnictwa można przesłać:

- mailowo: izaguz5@gmail.com
- za pośrednictwem strony www.heinze-okonska.pl, zakładka “kontakt”

Warunkiem uczestnictwa jest przesłanie na konto: Millenium Bank: **95 1160 2202 0000 0001 1161 9516 - w formie bezzwrotnego zadatku następującej kwoty :**

- do 5 stycznia za warsztaty: **350 zł**
- **pozostała kwota na miejscu gotówką**

Zaliczkę za pobyt proszę wysłać na konto:

ING: 39 1050 1445 10 0000 1201624770 / Nazwa odbiorcy: Guz / Tytuł przelewu: ...

- do 10 stycznia za noclegi i wyżywienie: **200 zł**

UWAGA:

za pobyt i wyżywienie płacicie Izie Szewczyk – Guz (nie ma możliwości wystawiania faktur)
za warsztaty płacicie mnie na moje konto podane powyżej oraz otrzymujecie wszelkie potrzebne Wam dokumenty: paragony, faktury, zaświadczenia uczestnictwa jeśli potrzebne.

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc (do 12 osób) o udziale decyduje kolejność zgłoszeń.
Osoby, które potrzebują faktur proszone są o podanie danych a w przelewie nr NIP.

Warunki rezygnacji:

prosimy o odpowiedzialne i przemyślane decyzje udziału w warsztacie
ze względu na organizację, przygotowania merytoryczne, zakupy żywieniowe i przygotowanie ośrodka zadatki przepadają wszyscy uczestniczą w całym cyklu ze względu na proces

Zwrot całej wpłaconej kwoty może nastąpić tylko wtedy, gdy warsztaty się nie odbędą z przyczyn organizatora

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych:

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych w związku z realizacją zgłoszenia. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do przetworzenia zapytania. Zostałem /am poinformowany /a, że przysługuje mi prawo dostępu do swoich danych, możliwości ich poprawiania, żądania zaprzestania ich przetwarzania.

HEINZE

Marta Heinze – Okońska (Prowadzenie)
i Beata Łapaj (Organizator)

zapraszają na kolejną edycję warsztatów rozwojowych prowadzonych za pomocą metody ustawień systemowych:

**ROZWÓJ, PRACA, FINANSE, KLIENCI, DOBROBYT,
PROCESY TWÓRCZE, MOTYWACJA, RELACJE**

VII EDYCJA

13.09.25 / godz. 9.30 – 19.00, miejsce : **Goleniów – sala Hani na Basenach**
14.09.25 / godz. 9.30 – 18.30

/ ze względu na dynamikę procesu godziny zakończenia mogą ulec zmianie – poproszę o Waszą elastyczność /

Agenda :

1. Runda – DZIEŃ I

a/. **POZNAJEMY SIĘ** - w indywidualnych wypowiedziach poznamy swoje dotychczasowe postępy i efekty własnych terapii lub warsztatów rozwojowych i spróbujemy opisać swoje motywy przewodnie dotyczące udziału w tych warsztatach oraz do wspólnej pracy w podgrupach

b/. tematy ustawień – próba sprecyzowania własnego tematu

1. Ćwiczenie 1 (praca w trójkach)

- cel / blokada / podmiot

- w zależności od dynamiki procesu grupowego

A. Ustawienia – prace własne (max 5)

PRZERWA ok. g.14 – ok. 45 minut na spacer, zamówienie posiłku, przewietrzenie się, zrelaksowanie

B. Ustawienia – prace własne (max 3)

1. Runda – DZIEŃ II

b/. omówienie samopoczucia po I dniu / refleksje / obserwacje

1. Ćwiczenie 2 (jeśli wystarczy nam czasu zrobimy jedno ćwiczenie z poniższych dla chętnych osób)

- praca na skali czasu (relacja z przeszłością, teraźniejszością i przyszłością)

- praca z duszą, ciałem, umysłem (praca w czwórkach)

- medytacja z obrazem Rodziców: „W poszukiwaniu zasobów”

PRZERWA/y pomiędzy pracami ok. 10 15 minut

A. Ustawienia – ciąg dalszy

OPIS MERYTORYCZNY

Czym są te warsztaty?

- Głównym naszym zadaniem podczas tych warsztatów będzie zidentyfikowanie różnicy pomiędzy świadomymi motywacjami a nieświadomą prawdą skrywaną poza racjonalnym myśleniem.
- Będziemy powoli demontować nasze mechanizmy obronne, zasłony i utknięcia, aby otworzyć się na zobaczenie i odkrycie nieświadomej treści.

Warsztaty rozwojowe, które proponuję, oparte są na modelu ustawień systemowych. Twórcą tej metody jest Bert Hellinger.

Ustawienia umożliwiają diagnozę systemowych **przyczyn zakłóceń i trudności**. Wprowadzają trwałe zmiany w organizacji, firmie lub działalności oraz wspomagają rozwój osobisty, procesy twórcze, relacje społeczne i rodzinne, a także wspierają toczące się procesy terapeutyczne w każdym innym podejściu.

Ustawienia:

- są skutecznym środkiem do diagnozowania problemu
- pozwalają ustalić proces wprowadzania zmian
- umożliwiają testowanie różnych alternatyw (co będzie korzystniejsze w danej sytuacji)

Ustawienia można stosować w każdym obszarze: **osobistym i zawodowym a także zdrowotnym**.

Ich zaletą jest:

- umiejętność **szybkiego i skutecznego** zobaczenia i **wyjaśnienia podłoża i ukrytej dynamiki relacji** zachodzących w rodzinach i organizacjach, które są podstawą do zmian i osiągnięcia sukcesu.
- umożliwiają **skuteczniejszą pracę, podejmowanie trafnych decyzji i efektywną współpracę** w zespole a także poprawiają relacje w rodzinach.
- w **bardzo krótkim czasie pozwalają osiągnąć maksymalny przyrost wiedzy i wskazać** konkretne **alternatywy działania**. W porównaniu z innymi metodami ustawienia systemowe oszczędzają czas i pieniądze.

Jak to działa?

Do praktycznej pracy z ustawieniami wystarczą krótkie i precyzyjnie sformułowane życzenia klienta. Następnie przekazujemy tę prośbę osobom, które oddają się do dyspozycji w roli reprezentanta odpowiedzialnego za rolę w danym ustawieniu. Jest to rodzaj symulacji. Proces podobny do psychodramy.

Gdy bez zamiarów – termin fachowy brzmi „fenomenologicznie” - spoglądamy na ustawione osoby, nagle ogarnia je poruszenie, które prowadzi w konsekwencji do zasadniczych zmian w symulacji i prowadzi nas w kierunku rozwiązania. Mogą pojawić się słowa, odczucia, które reprezentanci wypowiadają.

Metoda ustawień systemowych ma charakter praktyczny. Pracujemy w grupie.

W zajęciach można brać udział jako:

- **osoba ustawiająca** - pracująca z własnym tematem (lista przykładowych tematów poniżej)
- **reprezentant w roli** - osoba biorąca udział w ustawieniu innych osób
- **aktywny uczestnik** - mini-ustawień i prac w podgrupach

Zakres tematyczny warsztatów:

Podczas warsztatów będziemy pracować nad tematem, który jest dla Ciebie ważny. Wybierasz temat z jakim trudno Ci jest się uporać lub żadne inne metody nie działają a problem się powtarza.

Oto kilka przykładów:

1. Diagnozowanie i rozwiązywanie problemów:

w biznesie:

- a. Struktura organizacji i zaburzenia w jej realizacji
- b. Relacje z Klientami, bariery w komunikacji, poszukiwanie przyczyn zakłóceń
- c. Ukierunkowanie rozwoju pracy zawodowej
- d. Nowa droga zawodowa lub brak motywacji (w tym np.: wypalenie zawodowe, pracoholizm)
- e. Nowe pomysły, procesy twórcze
- f. Sprawy majątkowe

w życiu osobistym:

- a. relacje – trudności społeczne, brak akceptacji w środowisku, wykluczenie, poczucie niedopasowania
- b. brak związku – trudności, rodzaj „niewygody” w relacji, doświadczanie złości, wybuchów, oceny
- c. sprawy zdrowotne – wszelkie bóle niewyjaśnionego pochodzenia, choroby , migreny i bezsenność
- d. kwestie motywacji i rozwoju
- e. depresja, smutek, przygnębienie, melancholia

f. różne tęsknoty i brak spełnienia życiowego, lęki, blokady

Jeśli trudno Państwu określić temat ustawień, zapraszam do kontaktu telefonicznego lub mailowego w celu omówienia.

Dla kogo przeznaczone są warsztaty?

dla wszystkich osób, dla których **ważny jest rozwój osobisty** w każdym obszarze i wymiarze

dla wszystkich osób **aktywnych zawodowo** niezależnie od pełnionej funkcji, formy zatrudnienia i stażu pracy a także osób **chcących założyć własną działalność** w każdej formie

a także dla osób, które z różnych powodów **utraciły motywację** i miłość do pracy, np.: z powodu utrwalonego zmęczenia czy wypalenia zawodowego i/lub niedostatecznego wynagrodzenia za swoją pracę i chciałyby z tym pracować w sesji grupowej

Koszt:

- udział w warsztatach jako osoba ustawiająca własny temat – **750 zł**
- udział w warsztatach jako osoba obserwująca (tzw aktywny obserwator, reprezentant w roli) - **450 zł**
- + udział w kosztach sali podzielony pomiędzy Uczestników (płatność bezpośrednio Beacie : **50 zł**)

Warunki uczestnictwa i rezerwacji miejsca:

Zgłoszenia uczestnictwa można przesłać:

- mailowo: gabinet@heinze-okonska.pl
- sms'em: 601 95 48 96
- za pośrednictwem strony www.heinze-okonska.pl, zakładka "kontakt"

Warunkiem uczestnictwa jest przesłanie na konto: **95 1160 2202 0000 0001 1161 9516** - w formie zadatku w ciągu **3 dni od daty swojego oficjalnego zgłoszenia**

- osoba ustawiająca własny temat – **450 zł** / - obserwator – **250 zł**
- pozostała płatność – odpowiednio: **300 / 200 zł** gotówką na miejscu / można także zapłacić pełną kwotę przelewem

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc (do 10 ustawień) o udziale decyduje kolejność zgłoszeń. Osoby, które potrzebują faktur proszone są o podanie danych a w przelewie nr NIP.

Warunki rezygnacji:

Zwrot całej wpłaconej kwoty może nastąpić tylko wtedy, gdy warsztaty się nie odbędą z przyczyn organizatora.

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych:

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych w związku z realizacją zgłoszenia. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do przetworzenia zapytania. Zostałem /am poinformowany /a, że przysługuje mi prawo dostępu do swoich danych, możliwości ich poprawiania, żądania zaprzestania ich przetwarzania.

Jeśli chcą Państwo przeczytać więcej na temat ustawień systemowych zapraszam na moją stronę internetową: www.heinze-okonska.pl / zakładka "Zajęcia i warsztaty wyjazdowe"

HEINZE

Marta Heinze – Okońska (Prowadzenie)
i Beata Łapaj (Organizator)

zaprasza na kolejną edycję warsztatów rozwojowych prowadzonych za pomocą metody ustawień systemowych:

**ROZWÓJ, PRACA, FINANSE, KLIENCI, DOBROBYT,
PROCESY TWÓRCZE, MOTYWACJA, RELACJE**

VI EDYCJA

26.04.25 / godz. 9.30 – 19.00, miejsce : Goleniów – sala Hani na Basenach
27.04.25 / godz. 9.30 – 13.30

/ ze względu na dynamikę procesu godziny zakończenia mogą ulec zmianie – poproszę o Waszą elastyczność /

Czym są te warsztaty?

- Głównym naszym zadaniem podczas tych warsztatów będzie zidentyfikowanie różnicy pomiędzy świadomymi motywacjami a nieświadomą prawdą skrywaną poza racjonalnym myśleniem.
- Będziemy powoli demontować nasze mechanizmy obronne, zasłony i utknięcia, aby otworzyć się na zobaczenie i odkrycie nieświadomej treści.

Warsztaty rozwojowe, które proponuję, oparte są na modelu ustawień systemowych. Twórcą tej metody jest Bert Hellinger.

Ustawienia umożliwiają diagnozę systemowych **przyczyn zakłóceń i trudności**. Wprowadzają trwałe zmiany w organizacji, firmie lub działalności oraz wspomagają rozwój osobisty, procesy twórcze, relacje społeczne i rodzinne, a także wspierają toczące się procesy terapeutyczne w każdym innym podejściu.

Ustawienia:

- są skutecznym środkiem do diagnozowania problemu
- pozwalają ustalić proces wprowadzania zmian
- umożliwiają testowanie różnych alternatyw (co będzie korzystniejsze w danej sytuacji)

Ustawienia można stosować w każdym obszarze: **osobistym i zawodowym a także zdrowotnym**.

Ich zaletą jest:

- umiejętność **szybkiego i skutecznego** zobaczenia i **wyjaśnienia** podłoża i **ukrytej dynamiki relacji** zachodzących w rodzinach i organizacjach, które są podstawą do zmian i osiągnięcia sukcesu.
- umożliwiają **skuteczniejszą pracę, podejmowanie trafnych decyzji i efektywną współpracę** w zespole a także poprawiają relacje w rodzinach.
- w **bardzo krótkim czasie pozwalają osiągnąć maksymalny przyrost wiedzy i wskazać** konkretne **alternatywy działania**. W porównaniu z innymi metodami ustawienia systemowe oszczędzają czas i pieniądze.

Jak to działa?

Do praktycznej pracy z ustawieniami wystarczą krótkie i precyzyjnie sformułowane życzenia klienta. Następnie przekazujemy tę prośbę osobom, które oddają się do dyspozycji w roli reprezentanta odpowiedzialnego za rolę w danym ustawieniu. Jest to rodzaj symulacji. Proces podobny do psychodramy.

Gdy bez zamiarów – termin fachowy brzmi „fenomenologicznie” - spoglądamy na ustawione osoby, nagle ogarnia je poruszenie, które prowadzi w konsekwencji do zasadniczych zmian w symulacji i prowadzi nas w kierunku rozwiązania. Mogą pojawić się słowa, odczucia, które reprezentanci wypowiadają.

Metoda ustawień systemowych ma charakter praktyczny. Pracujemy w grupie.

W zajęciach można brać udział jako:

- **osoba ustawiająca** - pracująca z własnym tematem (lista przykładowych tematów poniżej)
- **reprezentant w roli** - osoba biorąca udział w ustawieniu innych osób
- **aktywny uczestnik** - mini-ustawień i prac w podgrupach

Zakres tematyczny warsztatów:

Podczas warsztatów będziemy pracować nad tematem, który jest dla Ciebie ważny. Wybierasz temat z jakim trudno Ci jest się uporać lub żadne inne metody nie działają a problem się powtarza.

Oto kilka przykładów:

1. Diagnozowanie i rozwiązywanie problemów:

w biznesie:

- a. Struktura organizacji i zaburzenia w jej realizacji
- b. Relacje z Klientami, bariery w komunikacji, poszukiwanie przyczyn zakłóceń
- c. Ukierunkowanie rozwoju pracy zawodowej
- d. Nowa droga zawodowa lub brak motywacji (w tym np.: wypalenie zawodowe, pracoholizm)
- e. Nowe pomysły, procesy twórcze
- f. Sprawy majątkowe

w życiu osobistym:

- a. relacje – trudności społeczne, brak akceptacji w środowisku, wykluczenie, poczucie niedopasowania
- b. brak związku – trudności, rodzaj „niewygody” w relacji, doświadczanie złości, wybuchów, oceny
- c. sprawy zdrowotne – wszelkie bóle niewyjaśnionego pochodzenia, choroby , migreny i bezsenność
- d. kwestie motywacji i rozwoju
- e. depresja, smutek, przygnębienie, melancholia
- f. różne tęsknoty i brak spełnienia życiowego, lęki, blokady

Jeśli trudno Państwu określić temat ustawień, zapraszam do kontaktu telefonicznego lub mailowego w celu omówienia.

Dla kogo przeznaczone są warsztaty?

dla wszystkich osób, dla których **ważny jest rozwój osobisty** w każdym obszarze i wymiarze

dla wszystkich osób **aktywnych zawodowo** niezależnie od pełnionej funkcji, formy zatrudnienia i stażu pracy a także osób **chcących założyć własną działalność** w każdej formie

a także dla osób, które z różnych powodów **utraciły motywację** i miłość do pracy, np.: z powodu utrwalonego zmęczenia czy wypalenia zawodowego i/lub niedostatecznego wynagrodzenia za swoją pracę i chciałyby z tym pracować w sesji grupowej

Koszt:

- udział w warsztatach jako osoba ustawiająca własny temat – **750 zł**
- **udział w warsztatach jako osoba obserwująca (tzw aktywny obserwator, reprezentant w roli) - 450 zł**
- + udział w kosztach sali podzielony pomiędzy Uczestników (płatność bezpośrednio Hani : **50 zł**)

Warunki uczestnictwa i rezerwacji miejsca:

Zgłoszenia uczestnictwa można przesłać:

- mailowo: gabinet@heinze-okonska.pl
- sms'em: 601 95 48 96
- za pośrednictwem strony www.heinze-okonska.pl, zakładka "kontakt"

Warunkiem uczestnictwa jest przesłanie na konto: **95 1160 2202 0000 0001 1161 9516** - w formie zadatku w ciągu **3 dni od daty swojego oficjalnego zgłoszenia**

- osoba ustawiająca własny temat – **450 zł** / - obserwator – **250 zł**
- pozostała płatność – odpowiednio: **300 / 200 zł** gotówką na miejscu / można także zapłacić pełną kwotę przelewem

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc (do 10 ustawień) o udziale decyduje kolejność zgłoszeń.
Osoby, które potrzebują faktur proszone są o podanie danych a w przelewie nr NIP.

Warunki rezygnacji:

Zwrot całej wpłaconej kwoty może nastąpić tylko wtedy, gdy warsztaty się nie odbędą z przyczyn organizatora.

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych:

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych w związku z realizacją zgłoszenia. Podanie danych jest dobrowolne, ale niezbędne do przetworzenia zapytania. Zostałem /am poinformowany /a, że przysługuje mi prawo dostępu do swoich danych, możliwości ich poprawiania, żądania zaprzestania ich przetwarzania.

Jeśli chcą Państwo przeczytać więcej na temat ustawień systemowych zapraszam na moją stronę internetową:
www.heinze-okonska.pl / zakładka "Zajęcia i warsztaty wyjazdowe"

Agenda :

1. Runda – DZIEŃ I

a/. **POZNAJEMY SIĘ** - w indywidualnych wypowiedziach poznamy swoje dotychczasowe postępy i efekty własnych terapii lub warsztatów rozwojowych i spróbujemy opisać swoje motywy przewodnie dotyczące udziału w tych warsztatach oraz do wspólnej pracy w podgrupach

b/. tematy ustawień – próba sprecyzowania własnego tematu

1. Ćwiczenie 1 (praca w trójkach) **jeśli wystarczy nam czasu**
- cel / blokada / podmiot

A. Ustawienia – prace własne (max 5-6)

PRZERWA ok. g.14 – ok. 50 minut na spacer, zamówienie posiłku, przewietrzenie się, zrelaksowanie
ciąg dalszy ustawień

B. Ustawienia – prace własne (max 5)

1. Runda – DZIEŃ II

b/. omówienie samopoczucia po I dniu / refleksje / obserwacje

1. Ćwiczenie 2 (jeśli wystarczy nam czasu zrobimy jedno ćwiczenie z poniższych dla chętnych osób)
- praca na skali czasu (relacja z przeszłością, teraźniejszością i przyszłością)
- praca z duszą, ciałem, umysłem (praca w czwórkach)
- medytacja z obrazem Rodziców: „W poszukiwaniu zasobów”

PRZERWA/y pomiędzy pracami ok. 10 15 minut
ciąg dalszy ustawień lub ćwiczeń

PODSUMOWANIE - zebranie swoich obserwacji, refleksji, wglądów
pożegnanie