

Systems-Centered® Training

Workshop 28-29 januari 2027 i Stockholm

Att skapa systemcentrerade relationer

En tvådagars workshop i liten grupp (max 12 deltagare)
med upplevelsebaserad träning, teori och metod.

***För alla som arbetar med utveckling av grupper och individer
eller vill bidra till utveckling i egna samarbetsrelationer.***

Systems-Centered Training (SCT) erbjuder teori och metoder för att bygga tillit, hantera konflikter och stärka såväl emotionell intelligens som sunt förnuft i levande mänskliga system. Träningen pekar mot ett nytt sätt att uppleva och kommunicera, där utgångspunkten är den gemensamma helheten i stället för gamla mönster där vi lätt triggas att ta saker allt för personligt. Genom att skapa systemcentrerade relationer kan vi forma sammanhang som vi själva vill vara en del av, där vi får tillgång till oss själva och där olikheter i synsätt och upplevelser används som resurser istället för att bli störningsmoment - sammanhang som når sina mål lättare och med mindre mänskligt slitage.

Deltagarna får träna tillsammans och utforska:

- ***Functional Subgrouping*** – hjärtat i SCT, en metod för integrerande kommunikation och konflikthantering, där det som uttrycks blir en röst för gruppen samtidigt som det är personligt.
- Vägvalet mellan att förklara sina reaktioner och att utforska dem.
- Utmaningen i att skifta från Person till Medlem; hur korsar gränsen från "jag" till "vi" med bibehållen autenticitet och motivation?
- Skillnaden mellan stereotypa roller, överlevnadsroller och funktionella roller, och vad den innebär för individen och gruppen.
- Sätt att modifiera "brus" i kommunikationen och minska de motkrafter som försvårar samspel och utveckling i olika faser.

Workshoppen leds av Erika Ekedal
leg. psykolog och licensierad SCT Practitioner

Pris: 5.500 + moms t.o.m. 15/11. Därefter 6.000 + moms.
Sista anmälningsdag: 27/12 2026. Workshopspråk: Svenska.
Endast 12 platser, så först till kvarn!

Anmälan och frågor: e.ekedal@gmail.com

Video om Systemcentrerad träning och tillämpning: www.systemscentered.com/Training/
Läs mer om SCT på www.systemscentered.com