

Was heißt Systemisch?

- Hab ich ein System?
- Bin ich ein System?
- Wenn ja, weiß ich wie es aussieht, wie komplex es ist, welche Dynamik es hat?
- Wie stabil ist es?
- Spielen andere Systeme eine Rolle und wenn ja welche?
- Kann es sich selbst regulieren?
- Kann es lernen und sich verändern?

Fragen Sie sich also zuerst:

- Wer bin ich?
- Wer gehört zu mir, wo stehe ich? Sowohl privat als auch beruflich.
- Was schränkt mich ein?
- Wo möchte ich hin?
- Was oder wer hindert mich daran?
- Was bremst mich in meinem Inneren?
- Welche Kompetenzen habe ich?