

SYSTEMISCHES COACHING

Wer sein Umfeld verändern möchte, beginnt bei sich selbst. Das ist der Kern des systemischen Coachings.

Systemisches Coaching betrachtet den Menschen nicht isoliert, sondern als Teil eines grösseren Ganzen – eines Teams, einer Abteilung oder eines Unternehmens. Wie in der Familientherapie, aus der dieser Ansatz stammt, geht es darum, Wechselwirkungen zu erkennen. Unser Verhalten hängt stark vom Kontext ab. Wer die eigene Haltung verändert, verändert die Reaktionen anderer – und damit die Dynamik im System. Voraussetzung ist die Bereitschaft, Verantwortung für die eigene Rolle zu übernehmen.

Doch nicht nur das Umfeld ist ein System – auch wir selbst sind eines. In uns wirken verschiedene innere Stimmen, die oft unterschiedliche Ziele verfolgen. Unsere Entscheidungen sind meist das Ergebnis eines inneren Aushandlungsprozesses. Gelingt es, dieses innere System zu klären, wird auch das Zusammenspiel mit dem äusseren leichter.

Systemisches Coaching begleitet genau diesen Prozess – mit Klarheit, Verantwortung und einem ganzheitlichen Blick.

Artikel zum systemischen Coaching (sämtliche Artikel)

- Wann es Zeit ist, im Beruf weiterzuziehen
- Und immer noch Idioten, soweit das Auge reicht