

Gott, gebe mir die Gelassenheit,

Dinge hinzunehmen die ich nicht ändern kann,

den Mut, Dinge zu ändern die ich ändern kann,

und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.

Friedrich Christoph Oetinger (1702-1782)

Jeder **Mensch** lebt **in** verschiedenen sozialen **Zusammenhängen** (Familie, Freundeskreis, Arbeitskollegen) Das **System** ist ein zusammengesetztes Ganzes, das mehr ist als die Summe seiner Teile. Die Art und Qualität unserer Beziehung zu anderen entscheidet darüber, ob wir mit uns und unserem Leben zufrieden sind.

Systemische Beratung bzw. [Kurzzeit-Therapie](#) ist für uns eine Ressourcen- und lösungsorientierte Kommunikationsform zwischen zwei oder mehreren Menschen (Organisationen und Teams) die zunächst das anerkennt, **was ist.**

Vor diesem Hintergrund geht es uns darum, neue bzw. alternative **Handlungsmöglichkeiten, hilfreiche Sichtweisen und positive Entwicklungsprozesse anzuregen**

.Sowohl vor Ort als auch

[in eigener Praxis](#)

.