

# Systemischer Fragebogen



*Angelika Gahmann*

Bitte beantworten **Sie sich** bis zum Aufstellungstermin folgende Frage :

Angenommen, diese Arbeit verläuft erfolgreich,

**„Was wäre das Schönste, das für mich dabei herauskommen soll ?**

( Bitte ganz unbescheiden formulieren ! )

Was soll sich für mich verändern, verbessern, optimieren ?“

Es ist sehr hilfreich für Ihre Aufstellung das Ziel **positiv** zu formulieren !

## Fragen zu Ihrem Familiensystem :

- Ist jemand aus Ihrem Familiensystem  
ausgeschlossen  
totgeschwiegen  
nicht gewürdigt  
schweres Unrecht zugefügt worden ?
- Ist jemand früh verstorben oder tot geboren ?
- Gab es Priester, Nonnen, Suchtkranke o. Verbrecher in der Familie ?
- Waren die Eltern oder Großeltern vor der Ehe oder der aktuellen Partnerschaft in fester Bindung ?
- Gibt es Tabuthemen in der Familie ?
- Gab es traumatische Erlebnisse ( z.B. Kriegereignisse, Flucht/Vertreibung, Gewalt ) ?
- Ist etwas oder jemand vergessen oder ausgeschlossen ?
- Gibt es etwas Besonderes , besondere Ereignisse in Ihrer Familie ?

## Wichtig sind nur Ereignisse, Daten, Fakten, keine Charakterbeschreibungen !

Ereignisse können, je nach Schwere, bis zu vier Generationen ( nach neuesten Forschungs-ergebnissen sogar noch weiter ) im System wirken. Es ist daher wichtig, so viele Daten und Fakten wie möglich zu kennen. Für die Arbeit ist es sehr hilfreich, wenn Sie einen Stammbaum aufzeichnen ( ganz einfach ).

Wenn Sie Fragen dazu haben, rufen Sie mich bitte an oder mailen.

Sie können vor der Aufstellung gern einen Einzeltermin mit mir vereinbaren.

beratung@angelika-gahmann.de • www.angelika-gahmann.de

Dorfstraße 11 • 59872 Meschede-Wennemen • Fon 02903-85 08 82

Steuer-Nr.: 334/5026/1207 • Bankverbindung: Volksbank Sauerland Kto.Nr.: 350 002 5400 BLZ: 466 600 22