

## Begegnung und Identifikation im System

Reflexionsübung  
„Wappentier“

### Wie begegne ich meiner Organisation? Wie begegnet sie mir?

Nach ein einleitenden Entspannungsübung die Augen schließen und sich in der inneren Vorstellung der gewählten Organisation annähern.

**Welche Stimmung entsteht in Dir?**

**Welche Atmosphäre spürst Du?**

**Welche Gefühle steigen in Dir auf?**

**Welche Gedanken kommen Dir in den Sinn?**

**Welches Bild bzw. welches Tier kommt Dir vor die Augen?**

Nun wieder zurückkommen ins Hier und Jetzt.

### Ausdrucks- und Reflexionsphase

#### Ausdruck:

1. Welche Eindrücke hattest Du?
2. Wähle nun ein Tier aus, dass diese Eindrücke ausdrückt!
3. Es entsteht ein Wappentier der Begegnung mit Deiner Organisation.

#### Reflexion:

1. Wessen Wappentier ist das? Das der Organisation Dir gegenüber oder umgekehrt?!
2. Was hat sich aus Deinem Kontakt zur Organisation in diesem Wappentier verdichtet?
3. Welche Vorsätze ergeben sich für Dich?
4. Was willst Du beenden, was fortsetzen, was anfangen?