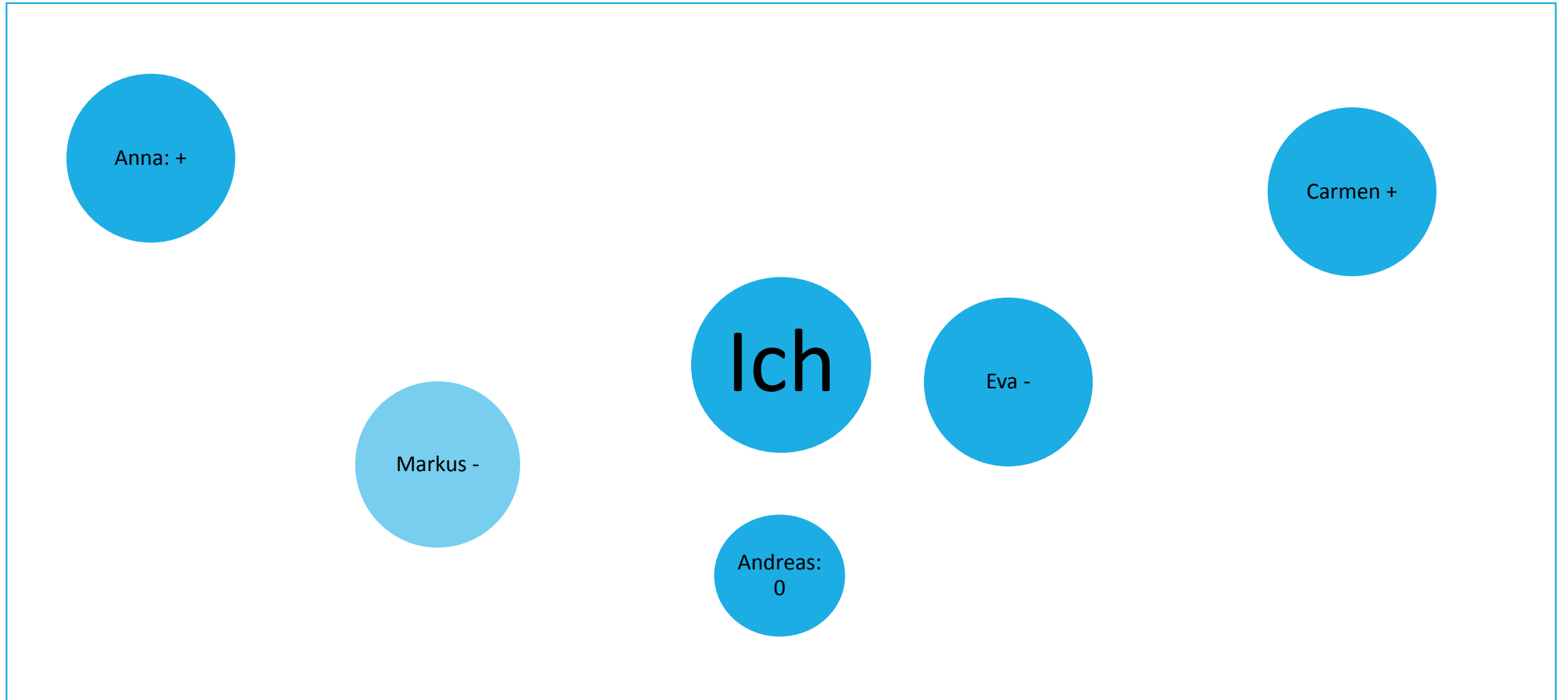


Netzwerk der Veränderung

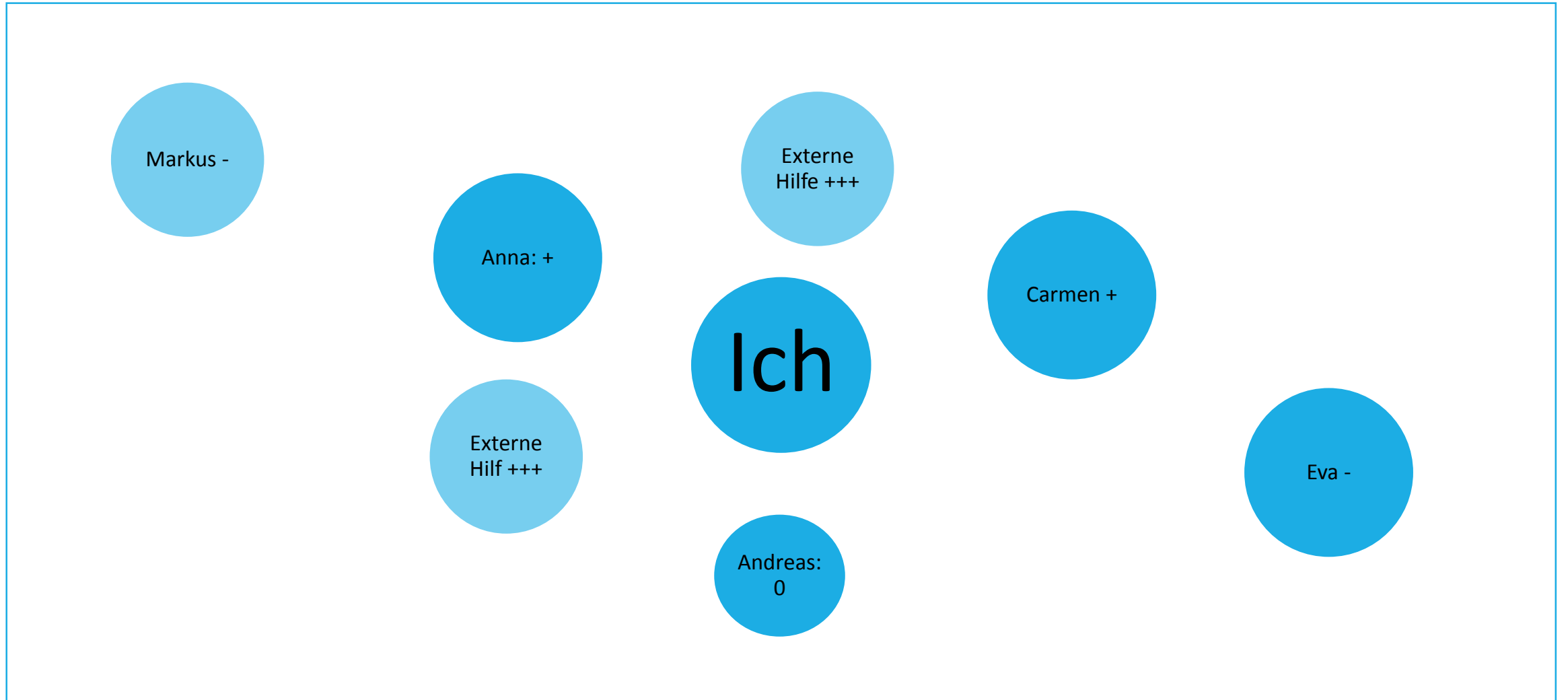
Netzwerkanalyse

- Pflege ich hilfreiche Kontakte zu Menschen für meine Veränderung?
- Welche Kontakte schaden mir oder sind neutral?
- Setze für jeden Menschen eine Kreis
 - Energiequelle: +
 - Energieneutral: 0
 - Energieräuber: -
- Wie intensiv sind die Kontakte?
 - Näher oder weiter weg

Ist-Situation - Beispiel



Soll-Situation - Beispiel



- Welchen Kontakten sollte ich mehr Zeit widmen?
- Welche Kontakte sollte ich nicht fördern?
- Welchen Kontakten sollte ich weniger oder gar keine Zeit widmen?

Übung Netzwerk Ist-Situation



Übung Netzwerk Soll-Situation

