

6. Der Ökologie-Check

Zusammenhänge der äußeren und inneren Natur anschaulich machen

Ökologie ist ein Teilgebiet der Biologie.

Das Wort „Ökologie“ ist von den griechischen Wörtern "oikos" (Haushalt) und "logos" (Lehre) abgeleitet.

Es ist die Wissenschaft, die sich mit den Wechselbeziehungen zwischen Lebewesen und ihrer natürlichen Umwelt bzw. ihrem Ökosystem beschäftigt.

Die Bezeichnung „ökologisch“ bedeutet oft: Respektierung des natürlichen Gleichgewichts.

Die Bedeutung von „Ökologie“ im NLP:

Das Überblicken der Konsequenzen von vorgenommenen Lebenszielen oder bestimmten vorgenommenen Änderungen.

Bei der Überprüfung einer neuen Wahl, erwünschten Änderung oder eines neuen Ziels werden solche Fragen gestellt, welche die Auswirkungen bzw. die Konsequenzen einer Wahl so klar wie möglich darstellen. Das Ziel ist es, Einsichten zu gewinnen, so dass die vorgenommene Änderung oder Ergänzung keine neuen, unerwünschten Probleme hervorruft.

Mit anderen Worten: Wichtig ist es herauszufinden, ob jede Änderung oder jedes Ziel mit Ihnen *harmonisiert*; mit Ihrem Weltmodell(G1) bzw. Ihrer persönlichen Wahrheit, Ihrer Sinngebung und Ihren Lebenswerten und was die Auswirkungen für andere wären, sowohl auf der Mikro- als auch auf der Makro-Ebene.



Hilfreiche Fragen, die Sie sich stellen können:

In Bezug auf **SICH SELBST**:

- Welche (Langzeit)Wirkung hat es auf mein Leben, wenn ich mein Ziel erreicht habe oder wenn ich mich für eine bestimmte Änderung entschieden habe?
- Wie verändert sich dann mein Leben, wenn ich mein Ziel erreicht habe oder diese Änderung durchgeführt habe?
- Welche Nachteile oder Nebenwirkungen könnte das für mich haben?
- Möchte ich das? Akzeptiere ich diese Nachteile und Nebenwirkungen?
- Kann ich eventuelle nachteilige Wirkungen vermeiden oder vermindern, indem ich sie weniger nachteilig, neutraler oder positiv(er) gestalte?

In Bezug auf **andere MENSCHEN bzw. LEBEWESEN:**

- Welche (Langzeit)Wirkung hat das auf andere, wenn ich mein Ziel erreicht habe oder wenn ich mich für eine bestimmte Änderung entschieden habe?
- Wie verändert sich dann das Leben der Anderen, wenn ich mein Ziel erreicht habe oder diese Änderung durchgeführt habe?
- Welche Nachteile oder Nebenwirkungen könnte das für sie haben?
- Möchte ich das? Akzeptiere ich diese Nachteile und Nebenwirkungen?
Kann ich eventuelle nachteilige Wirkungen vermeiden oder vermindern, indem ich sie weniger nachteilig, neutraler oder positiv(er) gestalte?

In Bezug auf **die WELT bzw. das KLIMA:**

- Welche (Langzeit)Wirkung hat das auf die Umwelt, wenn ich mein Ziel erreicht habe oder wenn ich mich für eine bestimmte Änderung entschieden habe?
- Was passiert dann mit der Umwelt bzw. dem Ökosystem, wenn ich mein Ziel erreicht habe oder diese Änderung durchgeführt habe?
- Welche Nachteile oder Nebenwirkungen könnte das haben?
- Möchte ich das? Sind diese Nachteile und Nebenwirkungen verantwortbar?
Kann ich eventuelle nachteilige Wirkungen vermeiden oder vermindern, indem ich sie weniger nachteilig, neutraler oder positiv(er) gestalte?



Foto: Geert Leeuwis

Wenn das Bild so klar wie möglich geworden ist, treffen Sie dann Ihre Wahl und führen Sie die Änderung(en) durch.

Zusätzliche Informationen finden Sie in der Inhaltsangabe auf Seite 2 oder 3:

Kapitel: 4. Wahrnehmungspositionen 11. Die positive Intention einer Erfahrung