



info@lebensberater.at

PSYCHE

ERNÄHRUNG

BEWEGUNG

Nr. 56 Juni 2016



© e.zörner

Selbstachtung und Selbstliebe (Beratungsimpulse)... Seite 08

Zwischenmenschliches interdisziplinär betrachtet
(Salutogenese-Impulse)... Seite 12



ImpulsPro





Vorwort: Bundeseinheitlicher Werbeauftritt	3
Benefizerlös „15 Jahre ÖGL“ fördert 3 Jugendprojekte	4
Gratulation für 20 Jahre SteiGLS (STMK)	5
Glückwünsche an KommR Susanne Rauch (VBG)	6
Nachruf für die Grande Dame des NLP: Helga Obermair (OÖ)	7
Fachartikel: Gottfried Huemer – Selbstachtung und Selbstliebe	8
Salutogenese (Gast): Zwischenmenschliches interdisziplinär betrachtet	12
Methodentool: Fishbowl	20
Impressum	21
WB: Schloßberg Institut – Demenz & Casemanagement (W)	22
WB: ISYS – Sexual-/Paarberatung / Jugend-/Familienberatung (KTN)	24
EPU-Beratungsimpuls: Donau – LSB-Versicherungsschutz (Ö)	25
Literaturimpulse: Spardinger/Preston – Das Gute nehme ich mit	27
Literaturimpulse: Geene/Höppner/Lehmann – Kinder stark machen	28
Literaturimpulse: Petzold/Bahrs – Chronisch krank und doch gesund	29



Bundeseinheitlicher Werbeauftritt

Liebe Kolleginnen und Kollegen!



Wie ich gerade Anfang Juni vom OÖ Berufsgruppensprecher Mag. Franz Landerl erfahren habe, sind die neuen bundeseinheitlichen Folder fertig und die einzelnen WK-LSB-Landesstellen nehmen von aktiven LSBs bereits Vorbestellungen an – die Auslieferung erfolgt ab August. Mir gefällt der neue einheitliche Auftritt (inklusive des Updates von www.lebensberater.at) sehr gut; ein Dankeschön an die Bundesvertretung – ich weiß ja wie viel Arbeit dahinter steckt! Am besten bilden Sie sich Ihre eigene Meinung: Hier finden Sie die neuen Branchenfolder zur Ansicht:

- [Lebens- und Sozialberatung allgemein](#)
- [Ernährungsberatung](#)
- [Psychologische Beratung](#)
- [Sportwissenschaftliche Beratung](#)

Elfriede Zörner
Vize-Präsidentin der ÖGL

Foto © Atelier Mozart

Im März fanden aus Anlass „15 Jahre ÖGL“ in Linz und Bregenz Benefizkonzerte statt, es konnten dadurch insgesamt € 2.600,- für Jugendförderung überreicht werden; eine kurze Nachlese finden Sie auf der nächsten Seite! Außerdem berichten wir vom 20Jahre Jubiläum der SteiGLS, die auf eine recht erfolgreiche Ausbildungs- und Servicezeit zurückblickt.

Ein anderes renommiertes Ausbildungsinstitut, das ebenfalls seit über 20 Jahren besteht und weitergeführt wird, hat uns eine schmerzvolle Mitteilung gemacht: sehr betrübt bringe ich einen Nachruf auf die Gründerin Helga Obermair.

Unser Beratungsimpuls befasst sich diesmal mit dem Thema „Selbstwert“; darauf stoßen wir in unseren Beratungsgesprächen sehr häufig – manchmal vordergründig, manchmal erst etwas verdeckt. Salutogenes über den Umgang zwischen den Menschen, habe ich Ihnen vom heurigen Symposium an der Uni Göttingen mitgebracht.

Für Ihre Arbeit mit Gruppen stellen wir Ihnen als Methodentool nun „Fish Bowl“ vor. Bei den Weiterbildungsimpulsen finden Sie Interessantes zum Thema Paar und Familie, Coaching und Supervision, aber auch Casemangement für Demente und Angehörige. Aus den Literatur-Impulsen wollen wir „Gutes mitnehmen“...

Und last but not least lege ich Ihnen als EPU das Versicherungspaket für LSB sehr nahe, denn eine gewisse Absicherung ist sehr sinnvoll!



Viel Vergnügen beim Lesen und eine erholsame Sommer- und Urlaubszeit!

Elfriede Zörner

Vize-Präsidentin der ÖGL
Österr. Gesellschaft für Lebensberatung



Nachlese BENEFIZKONZERTE „15 Jahre ÖGL“

Unser ÖGL-Jubiläum feierten wir mit zwei Benefizkonzerten mit Star-Tenor Volker Bengl und musikalisch begabten Kindern am 04. März in der Herz Jesu Kirche Bregenz sowie am 11. März im Linzer Mariendom.

Weil Musik nicht nur verbindet und einen direkten Zugang zu unseren Gefühlen erstellt, sondern auch unsere Sprachkompetenz und die Persönlichkeitsentwicklung fördert, feierten wir das 15jährige Bestehen der ÖGL mit einem weiteren [Benefizkonzert](#) zu Gunsten der musikalischen Förderung von Kindern. Neben Star-Tenor [Volker Bengl](#) sangen mit Begeisterung Kinder der [Musikvolksschule Bregenz](#), begleitet wurde der Tenor an der Orgel von [Andreas Lübke](#). Elfriede Zörner las besinnliche Texte. Die Besucher waren von diesem Abend in der Bregenzer Herz Jesu Kirche begeistert und ließen ihn bei der anschließenden Agape, für die Pfarrer Arnold Feurle sogar die Abendandacht nach hinten verschob, nett ausklingen. Für das Bregenzer Projekt konnten €1.200 übergeben werden!



*Schon, daß wir an diesem Abend
Gemeinsam gesungen haben.
Alles Gute
Dein Volker Bengl*
HERZ JESU KIRCHE, 04.03.2016



Im **Linzer Mariendom**, dem größten Sakralbau Österreichs, feierten wir ein zweites Mal das ÖGL-Jubiläum mit einem weiteren [Benefizkonzert](#). Star-Tenor [Volker Bengl](#) brillierte im Neuen Dom, der auf Grund seiner Größe für jeden Sänger eine akustische Herausforderung darstellt; er bezauberte das Publikum mit seinem berührenden Liederabend und dem warmen Timbre seiner Stimme. An der Orgel zeigte der Tübinger Stiftsmusik-Direktor [Frank Oidtmann](#) sein Können. Zauberhaft auch die Darbietungen der jungen Künstler wie [Jakob Lasinger](#), Gitarre und [Hanna Veit](#), Violine. Abgerundet wurde das Programm wieder mit besinnlichen Texten von Elfriede Zörner, die bei der Agape im Hotel am Domplatz noch anschließend ihren 60er feierte. Zu später Stunde stellte sich auch noch Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer als Gratulant ein. Für die beiden oberösterreichischen Benefizprojekte (Kinderchor Dompfarre Linz und Kinderchor St. Marien) konnten insgesamt €1.400 überreicht werden! Hier: [LT1-TV Bericht](#) & [weitere Fotos zur Veranstaltung](#)



(Fotos: © ÖGL)



Wir gratulieren: 20 Jahre SteiGLS



Vor 20 Jahren hat der Pionier der Lebens- und Sozialberatung in der Steiermark, Dr. Günther Bitzer-Gavornik, mit Dr. Heinz-Paul Binder MSc die SteiGLS – Steirische Gesellschaft für Lebens- und Sozialberatung|Psychosoziale Beratung – gegründet. Diese hatte auch gleich eine gute Anzahl von Mitgliedern. Von den zur Zeit 540 SteiGLS-Mitgliedern sind 46 KollegInnen noch aus dem Gründungsjahr mit dabei!

Die SteiGLS-Akademie führte in den 20 Jahren 40 Lehrgänge für Lebens- und Sozialberatung durch und hat damit rund 550 Diplom-LebensberaterInnen ausgebildet ! Zusätzlich machten rund 350 Personen aus angrenzenden Berufsgruppen die Aufschulungen für die LSB-Gewerbeberechtigung.

Qualitätssicherung war an der Akademie immer wichtig. Vor 10 Jahren wurde im Rahmen einer Dissertation von Dr.in Helena Friedl die Akademie einer umfassenden Evaluierung unterzogen. Vor 5 Jahren und jetzt haben sie daran angelehnte Evaluierungen vorgenommen. Wichtige Ergebnisse sind dabei ziemlich gleich geblieben, z.B.:

- Rund $\frac{3}{4}$ der Evaluierten haben das Gewerbe für LSB aktiv gemeldet, rund 40 % beziehen zu über 50% ihres Einkommens aus dieser selbstständigen Tätigkeit.
- Über 90 % würden die SteiGLS-Akademie sicher weiter empfehlen J.

Neben der Akademie ist die SteiGLS eine gut funktionierende Servicestelle für ihre Mitglieder geblieben, was auch erfreulich durch die aktuelle Evaluierung bestätigt wurde. Dr. Günther Bitzer-Gavornik bedankte sich daher ganz besonders bei Barbara Baumann, die die SteiGLS als Büroleiterin in hervorragender Weise mitgetragen hat.

In seiner Festrede bedankte sich Dr. Günther Bitzer-Gavornik auch besonders bei seinem Kollegen und Freund Dr. Heinz-Paul Binder MSc. Seit der gemeinsamen Gründung vor 20 Jahren ist Dr. Binder nach wie vor Ausbilder an der Akademie und stellvertretender Vorsitzender der SteiGLS.

Dr. Bitzer-Gavornik betonte, dass viele Menschen die SteiGLS zu einem Erfolgsprojekt haben werden lassen. Er bedankte sich für die zahlreichen Begegnungen und guten Beziehungen, die entstanden sind und würdigte die Vorstandsmitglieder und AusbilderInnen aus den 20 Jahren namentlich.

Wertschätzende Grußworte von Univ.Prof. Dr. Andreas Schnider, stellvertretender Fachgruppenobmann der LSB in der Wirtschaftskammer Stmk. und von Dr.in Maria Moik, Ehrenmitglied der SteiGLS und ehemalige Geschäftsführerin in der WK Steiermark sowie von SteiGLS-Mitbegründer Dr. Heinz-Paul Binder ergänzten die Festrede von Dr. Bitzer-Gavornik.

Der Festvortrag von Univ.DoZ.in DDr.in Barbara Friehs rundete den Festakt ab. Dozentin Friehs ist auch die wissenschaftliche Leiterin des Masterupgrades für Psychosoziale Beratung an der Uni for Life in Graz, das in Kooperation mit der SteiGLS-Akademie erstmalig und erfolgreich durchgeführt wird. Für ihren Einsatz und ihre Tätigkeit überreichte ihr Dr. Bitzer-Gavornik eine Ehrenurkunde der SteiGLS.

Die derzeitige Bundesvorsitzende der LSB in der WK Österreich Irene Mitterbacher konnte bei dem Jubiläum leider nicht dabei sein. Zum Abschluss ihre Grußworte:





6 **Qualität braucht Beständigkeit**

Für eine Berufsgruppe, die sich im Wettbewerb behaupten muss, ist neben den persönlichen Alleinstellungsmerkmalen die Qualität der Ausbildung ein wichtiger Erfolgsfaktor. Nur so kann sich die Lebensberatung in Österreich von anderen Gruppen abheben und eine kompetente Anlaufstelle für Menschen sein, die auf ihrem Lebensweg Hilfe suchen.

Mit der Steirischen Gesellschaft für Lebens- und Sozialberatung ist seit nunmehr 20 Jahren eine Akademie in der Ausbildung tätig, die wesentlich zu dem guten Ruf unserer Berufsgruppe in Österreich beigetragen hat. Mit der konsequenten Ausrichtung auf Qualität konnten viele Lebensberaterinnen und Lebensberater ausgebildet werden, die jetzt auf eine erfolgreiche Karriere zurückblicken können. Und ich weiß, wovon ich spreche – ich bin eine von den AbsolventInnen.

Als Bundesausschussvorsitzende kann ich im Namen der WK-Österreich nur „Danke“ sagen und weiß, dass ich auch weiterhin in der STEIGLS kompetente Mitstreiter habe, wenn es um unsere Berufsgruppe geht.



Fotos © SteiGLS (von links nach rechts):

Dr. Bitzer-Gavornik freut sich mit dem neuen SteiGLS-Ehrenmitglied Univ.Doz.ⁱⁿ DDr.ⁱⁿ Barbara Friehs

Dr. Bitzer-Gavornik mit SteiGLS-Mitbegründer Dr. Heinz-Paul Binder MSc

SteiGLS-Büroleiterin Barbara Baumann wurde oft als „der gute Geist“ der SteiGLS bezeichnet.

Grußworte der SteiGLS-Ehrenmitglieder und aus der Politik – sowie noch einiges anderes zum Jubiläum – findet man auf der SteiGLS-Homepage www.steigls.org



Fachgruppenobfrau Personenberatung

Personenbetreuung der WKV

Komm-R Susanne Rauch-Zehetner

flittert mit ihrem Guntram laut

Facebook in Venedig!

Der gesamte ÖGL-Vorstand gratuliert den beiden recht herzlich zur Vermählung!!!





Nachruf für die Grande Dame des NLP: Helga Obermair

Von Elfriede Zörner



„Mein Lebensauftrag war es immer, mit Herz und Verstand den Menschen zu helfen, sich zu entwickeln, sich zu befähigen und sie höher schwingen zu lassen. Es war für mich immer ein großes Glück, dass ich diesen Auftrag mit so viel Liebe und Freude erfüllen durfte.“

Das erfüllte Leben von Helga Obermair ist am 28. Mai 2016 zu Ende gegangen, so plötzlich und doch vorhersehbar. Schwer ist die Tatsache dennoch; viele haben sie in den letzten 20 Jahren als hervorragende Therapeutin und NLP-Trainerin schätzen gelernt. Der Lebensberatung galt ihr besonderes Augenmerk.

Auch mir wird sie als überaus herzlicher Mensch in dankbarer Erinnerung bleiben. Seit vielen Jahren hatten wir sehr guten beruflichen Kontakt, bei dem ich spüren konnte, wie sehr ihr in der Beratung und in der Ausbildung Qualitätsstandards ein Anliegen waren. Als vor 9 Jahren meine Freundin und Kollegin Valerie an Krebs gestorben ist, sprach mich Helga nach dem Begräbnis an: "Elfriede, das Leben ist so kurz, lass uns ab und zu Zeit finden, uns privat zu treffen!" Darüber habe ich mich sehr gefreut, und wir haben uns seither jedes Jahr zumindest zweimal - meist am Domplatz zu einem gemeinsamen Mittagsimbiss - für einen ausgiebigen, freundschaftlichen Austausch Zeit genommen. Noch im März wollte sie das Linzer ÖGL Benefizkonzert besuchen, hat mir jedoch am Telefon erklärt, dass sie nicht sicher ist, ob sie das nach der am gleichen Tag stattfindenden Untersuchung schafft. Dies war unser letztes - zum Glück - längeres Gespräch. Bald darauf habe ich von ihrer schweren Erkrankung erfahren und dass sie ihre letzten Tage nur mit ihrer Familie verbringen möchte, weil Besuche für sie bereits zu anstrengend waren.

Danke, liebe Helga für die wertvollen Begegnungen mit Dir!

Helga Obermair war Psychotherapeutin, NLP-Lehrtrainerin und Auszubildende für Lebens- und SozialberaterInnen. Das Unternehmen Helga Obermair e.U. wird interimsmäßig von ihrem Sohn Stefan Obermair geleitet. Sämtliche laufende Ausbildungen werden fortgeführt. Die Organisation und der Lehrbetrieb werden von den bestehenden MitarbeiterInnen, LehrtrainerInnen und TrainerInnen übernommen. Informationen zu den Ausbildungen erhalten Sie unter info@helga-obermair.at oder 0732/995467. Die Übernahme des Betriebes wird zur Zeit vorbereitet. Sie werden darüber in einer Aussendung und auf der Homepage www.helga-obermair.at informiert.



Selbstwert als Basis für

Selbstachtung und Selbstliebe

Von Gottfried Huemer

Selbstwertgefühl ist jenes Gefühl, das uns anerzogen wurde! Das heißt, man kann dieses Gefühl ändern. Für einen hohen Selbstwert spricht, wenn jemand sagt: „Ich mag mich, egal, ob es mir gut oder nicht gut geht, egal, ob ich im Moment erfolgreich oder weniger erfolgreich bin“.

Je höher der Selbstwert eines Menschen, desto mehr mag er sich selber und desto mehr kann er andere annehmen, so wie sie sind. Wirklich tolerant kann jemand nur sein, wenn er einen hohen Selbstwert hat. Je mehr man sich mit seinen Licht- und Schattenseiten selber annimmt, desto mehr toleriert man andere. Einen hohen Selbstwert erkennt man auch daran, wenn man gerne etwas gibt oder jemanden unterstützt, ohne Erwartung, dass man von dieser Person etwas zurückbekommt oder mit Dankbarkeit belohnt wird. Besonders wichtig ist das, wenn man den Weg der Versöhnung geht, auch wenn der Andere oft nicht bereit ist, mitzugehen. Somit kann wirkliche Versöhnung nur gelingen, wenn man dies als inneren Prozess schafft, ohne Erwartung, dass der Andere einem auch verzeihen muss. Besonders in Paarbeziehungen ist dies sehr wichtig.

Man hat einen mangelnden Selbstwert, wenn alles gut läuft und man es sich nicht richtig vergönnt. Natürlich verzweifelt man dann vollkommen, wenn es einem dann wirklich schlecht geht. Ein deutliches Anzeichen für einen geringen Selbstwert ist auch, wenn man sich für andere aufopfert oder jemandem etwas gibt und dann ablehnend reagiert, wenn diese nicht mit Dankbarkeit reagieren. Sehr häufig kommt mangelnder Selbstwert aus dem Familiensystem. Speziell dann, wenn die Eltern zuwenig Wissen oder Kraft hatten, den Selbstwert bei den Kindern gut zu „nähren“. Eine gute Frage dazu kann sein: „Wie war das bei meinen Eltern – wie habe ich als Kind Lob, Anerkennung und Liebe erlebt?“ Wenn da aus der Erinnerung Mängel auftauchen, dann kann es eine Antwort für einen niedrigen Selbstwert sein.

Wenn in einem Familiensystem auch schon die Eltern einen Mangel an Selbstwert hatten, dann konnten sie diesen natürlich nicht weitergeben, da sie selber im „bedürftigen Kindheitsverhalten“ gefangen blieben. Selbstfürsorge und Selbstliebe für sich zu übernehmen, funktioniert also nur dann, wenn man sich von den Eltern lösen kann und dadurch die Basis bekommt, den eigenen bedürftigen Kindheitsanteil zu stärken. Dies gelingt allerdings auch nur dann, wenn man sich selber immer wieder die Frage stellt: „Wie kann ich als erwachsene Person meine „Erwachsenenkraft“ nützen, um meinen „bedürftigen inneren Kindheitsanteil“ Schutz und Geborgenheit zu geben, wenn dieser kindliche Erinnerungsanteil sich fürchtet.“

Viele „erfolgreiche“ Menschen holen sich ihren mangelnden Selbstwert über ihren Lohn, Titel oder beruflichen Erfolg. Das bedeutet, dass Leute mit geringem Selbstwert häufig sehr hohe Funktionen haben, viel Geld verdienen und in der Öffentlichkeit sehr angesehen sind. Wenn



9

man das weiß, dann kann es helfen, diese bewusst zu würdigen, da sie es dringend brauchen. Solche Personen haben häufig große Angst, sich mit sich selber auseinanderzusetzen und arbeiten deshalb sehr viel. Wenn sie ihren Beruf verlieren oder in die Pension gehen und keine Aufgabe mehr haben, geraten sie oft in eine tiefe Depression.

Den wichtigsten Menschen sieht man im Spiegel

Wenn Menschen Schwierigkeiten haben, ihre eigene „Vater- und Mutterkraft“ (Erwachsenenkraft) bei sich zu entdecken, dann sind sie gut beraten, sich regelmäßig vor den Spiegel zu stellen und jener Person, die herauschaut zu sagen:

„Hier siehst Du den wichtigsten Menschen, der für Dein Leben verantwortlich ist!“

Erst dann begreifen viele, dass sie das ja selber sind, dass nur sie die Aufgabe haben, ihren bedürftigen inneren Anteil zu trösten und sonst niemand. Nur wenn es einem selbst gut geht, kann man darauf achten, dass es auch den anderen gut geht. Das bedeutet, dass es eine bestimmte Reihenfolge bei der „Liebe“ geben sollte

1. Jeder Mensch steht selber an erster Stelle!
2. Der Partner steht an zweiter Stelle
3. Die Kinder stehen an dritter Stelle
4. Soziales usw. an vierter Stelle
5. Der Beruf steht an fünfter Stelle

Eigentlich ist diese Reihung ja logisch, da man nur mit sich selber bis zum letzten Lebenstag verbunden ist und schon gar nicht mit der Arbeitsstelle. Der Partner sollte deshalb an zweiter Stelle stehen, da in der Regel die Kinder gehen und auch die Arbeitszeit mit dem Pensionsantritt wegfällt, aber die Partnerschaft nicht. Viele Menschen drehen diese „logische Reihenfolge“ aber vollkommen um und stellen die Freunde, Familie, Kinder, Vereinsaktivitäten oder die Arbeit ganz nach vorne und sich an die letzte Stelle. Das bedeutet aber nicht, dass man im Job nur „Dienst nach Vorschrift“ macht, wichtig ist nur, dass man den Stellenwert der anderen Bereiche nie aus den Augen verliert.

Einige wichtige Fragen zum eigenen Selbstwert:

Der wichtigste Schritt zur Gesundheit ist es, die eigenen Bedürfnisse zu leben! Folgende Fragen können dazu dienen:

- Wo wird bei mir sichtbar, dass ich mich an erste Stelle stehe?
- Welche Zeit in der Woche reserviere ich speziell für mich?
- Wie kann ich mir bewusste Auszeiten gestalten?
- Wie gut kann ich meine Talente im Beruf einsetzen oder ist mein Gehalt am Monatsende nur eine Art „Schmerzengeld“?

Selbstwert und Partnerschaft

Die Beziehung zu einem selber ist am wichtigsten, dann folgt aber sofort die Beziehung in der Partnerschaft. Wird diese nicht gepflegt, so „versandet“ sie. Viele wundern sich bei Vernachlässigung der Beziehung, wenn diese dann als „Ruine“ dasteht. Das bedeutet aber nicht, dass man der Beziehung wegen auf die eigenen Bedürfnisse vergisst, da ja die „Selbstliebe“ vor der „Fremdliebe“ steht. Also hat jeder Partner die Verpflichtung bei



10

Wünschen des Partners auch einmal Nein zu sagen, wenn es die eigenen Grenzen verletzt. Authentisch ist jener, der gelernt hat, mit dem Partner Kompromisse zu schließen! Dafür muss er natürlich verhandeln.

Selbstwert und Beruf (Arbeit)

Arbeit ist für viele das „ganze Leben“. Allerdings übersehen viele, dass dies oft nur eine Flucht dahin ist, weil die Anerkennung zu sich selber, zu den Eltern oder zum Partner gestört ist. Dann meint man, dass der berufliche Erfolg diesen Mangel ausgleichen kann. Dies ist aber sehr trügerisch und führt oft ins Burnout, da die „nährende Kraft“ von sich selber und der Partnerschaft fehlt. Viele Menschen nehmen deshalb auch noch Arbeit mit nach Hause oder arbeiten auch im Urlaub und finden dann wieder keine Entspannung. Um gut abzuschalten, ist es also wichtig beim Verlassen der Firma oder beim Ankommen Zuhause ein „Abschiedsritual“ zu finden. Dies kann sein, dass man sich zuhause umzieht, vor dem Essen noch einen kurzen Abendspaziergang macht, beim Nachhausefahren eine entspannende CD in den Autoradio einlegt, das Handy in der Firma lässt oder ähnliches.

Selbstliebe als Basis für Freiheit, Selbstbestimmung und Mitgefühl

Wenn wir mit uns selber nicht gut umgehen, können wir langfristig auch mit anderen nicht gut umgehen. Wir merken das, wenn wir über andere schimpfen, uns beklagen und uns ausgenutzt und missverstanden fühlen. Wir sollten also für andere Menschen nur dann da sein, wenn es uns gut geht und unser „Liebestopf“ so voll ist, dass die „überschüssige“ Energie für sie zur Verfügung steht. Wenn wir uns überfordert oder leer fühlen, dann sollten wir uns solange schonen, bis der „Topf“ wieder voll ist. Gestärkt aus dieser Kraft heraus, können wir andere Menschen wesentlich besser und wertfreier unterstützen, als wenn unser Liebestopf selber leer ist.

Wenn wir unseren eigenen Liebestopf gut gefüllt halten, dann merken wir es daran, dass wir andere gut so lassen können wie sie sind und halten es auch aus, wenn es ihnen nicht gut geht. Wir drängen uns dann nicht auf, leiden nicht daran, wenn sie etwas nicht zu ihrem Positiven verändern und geben uns die Freiheit trotzdem selber das Leben in Fülle zu leben. Das bedeutet natürlich nicht, dass wir unsere Talente, andere zu unterstützen, nicht nützen sollen. Es macht aber einen großen Unterschied aus, ob ich jemanden ohne Erwartungshaltung helfe oder nicht.

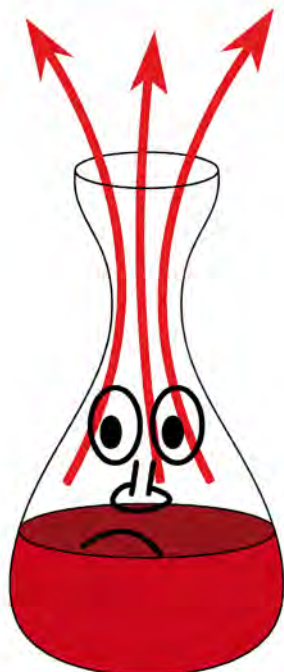
Fremdwert hat eine andere Farbe als Selbstwert

Wenn Menschen sehr viel für andere tun, dann bekommen sie natürlich Anerkennung und Lob. Trotzdem fühlen sich viele nicht wirklich befriedigt, da sie unbewusst merken, dass der Wert als „fremde Farbe“ in den Topf kommt. Es bleibt also der Selbstwertmangel bestehen. Nur wer es schafft, den „Liebestopf“ oder „Selbstwerttopf“ immer wieder mit „eigener Farbe“ zu füllen, kann dann die „überfließende Liebe“ frei an andere abgeben und bleibt trotzdem in seiner ganzen Kraft. Er hat ja nur das hergegeben, was er selber nicht mehr braucht.



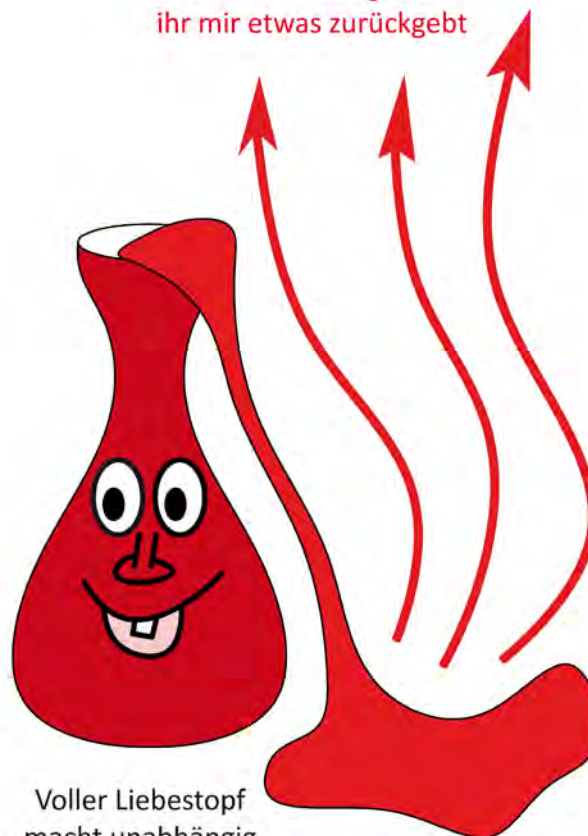
Leerer Liebestopf - Voller Liebestopf

Ich gebe euch allen
viel Liebe, möchte aber
mehr zurück



Leerer Liebestopf
macht abhängig
und unfrei

Ich gebe euch viel Liebe
und mir ist es egal, ob
ihr mir etwas zurückgebt



Voller Liebestopf
macht unabhängig
und frei

Autor:

Gottfried Huemer leitet in Laakirchen/Oberösterreich ein Stresspräventionszentrum und Erwachsenenbildungsinstitut (www.instituthuemer.at). Neben seiner Tätigkeit als Führungskräftecoach und Lehrtrainer begleitet er seit 15 Jahren Menschen bei Lebensveränderungskrisen und stressbedingten Überlastungssymptomen.

Fotos: © Institut Huemer



Zwischenmenschliches interdisziplinär betrachtet

Bericht über das Salutogenese-Symposium 2016

Von Lisa Kristina Adam

Von 06. - 08. Mai 2016 veranstaltete der Dachverband für Salutogenese zum Thema „Gesundheit zwischen den Menschen“ gemeinsam mit dem Institut für Medizinische Psychologie und Medizinische Soziologie der Universitätsmedizin Göttingen (UMG) das heurige Symposium

Es ist nicht leicht Eindrücke in Textform wiederzugeben, die man an so intensiven Wochenenden wie diesem sammelt. Wie soll man jeder Person, der man begegnen durfte, in einer allgemeinen Beschreibung gerecht werden? Wie vermittelt man das Gefühl, von Dingen begeistert, durch Diskussionen zu neuen Gedanken angeregt, durch Selbsterfahrungsangebote beruhigt zu werden? Umso unmöglicher erscheint dieses Vorhaben, wenn die Veranstaltung so vielseitig war wie diese. Wenn die Erfahrungen, die man machte, so verschieden waren, die Formate zahlreich und so viel vermeintlich „am Rande“ zwischen den Menschen geschah.



Zwischen den Menschen – dem kam bei diesem dritten Salutogenese-Symposium mit dem Titel „Gesundheit Zwischen Menschen“ ganz besondere Beachtung zu.

Die Menschen, die beim Symposium zusammenfanden – Teilnehmende, Referierende wie auch die Veranstaltenden dieses Wochenendes – kamen aus ganz unterschiedlichen Feldern. Menschen, die im therapeutischen Feld wirken, wie Ärztinnen und Ärzte, Beraterinnen und Berater, Therapeutinnen und Therapeuten,

trafen auf Menschen, die sich vornehmlich wissenschaftlich mit Gesundheit beschäftigen. Es trafen Lehrende aus Schulen oder Universitäten auf Studierende. Menschen, die Gesundheit zwischen Menschen erlebbar machen, trafen auf Menschen, die selbige verstehbar machen. Und für alle ging es auch um ihr ganz persönliches Gesundsein.

So weit gestreut wie die Herangehensweisen an das Thema des Symposiums waren die Formate, in denen man zusammenkam. Die Tage begannen mit Morgenangeboten. Atemtherapie oder Meditation stimmten auf den Tag ein, schafften einen ruhigen Raum für die ersten Begegnungen.

Die Vortragsthemen widmeten sich zum Beispiel der Ressourcenorientierung in Gesundheitsförderung und Prävention, vorgetragen vom **Kindheitswissenschaftler Professor Dr. Raimund Geene**. **Professor Dr. Kazuma Matoba**, Professor für interkulturelle Bildung, entwickelte im Gespräch mit der **Gesundheitspädagogin**



13

Marianne Klus-Ketels seine Gedanken über japanische und europäische Kultur im Vergleich. **Dr. Gerd B. Achenbach, Philosoph, und Dr. Eckhard Rau**, Hausarzt, machten in ihrem sokratischen Dialog am Beispiel hausärztlicher Handlungssituationen normative Aspekte der Versorgung zum Thema. Diese und mehr interessanten Vorträge wurden durch anschließende Fragen und Kommentare bereichert.

Es gab **parallele Workshops**, die man nach Interesse oder Bauchgefühl auswählen konnte. Hier konnte man z.B. Zwischenräume spielerisch erkunden, am Tonfeld arbeiten, mehr über Yoga erfahren, sich vertiefend mit dem Konzept der Salutogenese auseinandersetzen und sich mit gesundheitsförderlichen Vorgehensweisen in der Pflege befassen. Gruppendynamik wurden ebenso zum Thema wie die Gestaltung sozialer Beziehungen und familienmedizinische Aspekte der hausärztlichen Arbeit.

Im **kommunikativen Gruppenprozess**, zu dem sich Kleingruppen an jedem Tag für eine kontinuierliche und themenbezogene Arbeit trafen, entstand ein weiterer, ganz neuer Begegnungsraum. Was in diesen Gruppen bedeutsam wurde, konnte danach stets im sogenannten Fishbowl, also einem gemeinsamen Treffen, zusammengetragen werden. Für diese Arbeit miteinander und den gegenseitigen Austausch war bei diesem Symposium viel Raum reserviert, um, so die Organisatoren, einen Diskussionszusammenhang zu initiieren, der über die Veranstaltung hinaus wirksam bleibt.



Bei diesem Symposium ging es also nicht nur darum sich inhaltlich mit „Gesundheit zwischen den Menschen“ zu beschäftigen – je nach Rahmung konnten sich die Teilnehmenden auf verschiedene Weisen auch darin ausprobieren Prozesse gesunder Entwicklung zu gestalten und Gesundheit zwischen einander entstehen zu lassen. Spürbar wurde dies an der wohlthuenden Atmosphäre, die viele in ihren Abschlussstatement ausdrücklich hervorhoben.

Es bleibt spannend, was aus diesem Symposium an Ideen, Projekten oder Kooperationen hervorgehen wird. Die lebendigen Gruppengespräche zeigten, dass ein großer Wunsch nach Austausch bestand, für den sich viele noch mehr Zeit gewünscht hätten. Auf jeden Fall kann man sich schon jetzt auf das **nächste Symposium** freuen: **Anfang Mai 2017** wieder in Bad Gandersheim.

Autorin:

Lisa Kristina Adam ist Doktorandin bei Univ.Prof. Dr. disc. pol. Ottomar Bahrs am UMG Göttingen. Möglichkeit zur Kontaktaufnahme: info@salutogenese-dachverband.de

Fotos: .© e.zörner // Grafik: Täter-Opfer-Dreieck © th.d.petzold



Ergänzend seien hier noch einige Teilveranstaltungen durch ihre Abstracts hervorgehoben:

Legende: WS = Workshop / V = Vortrag

Prof. Dr. Raimund Geene, Hochschule Magdeburg-Stendal

V: Soziale Beziehungen im Spiegel von Defizit- bzw. Ressourcenorientierung in der Gesundheitsförderung

Abstrakt von Prof. Dr. Raimund Geene:

Die Weltgesundheitsorganisation WHO hat sich mit der Ottawa-Charta abgewendet von der Fixierung auf Krankheit und die Förderung der positiven Potenziale für Gesundheit herausgestellt. Zwar unterstützt die Fachwelt die Neuorientierung einmütig - in der Praxis ist es jedoch kaum angekommen. Weiterhin dominieren negative Anreizsysteme - finanziert werden Maßnahmen gegen Krankheiten, Störungen und Probleme.

Wie kann es nun aussehen, eine Hinwendung zu Ressourcen, Resilienz und Respekt, um Kinder stark zu machen? Dieses Dilemma zwischen Gesundheitsförderung und Krankheitsbekämpfung wird am Beispiel der kindheitsbezogenen Wissenschaften dargestellt und diskutiert. Raimund Geene, Professor für Kindergesundheit an der Hochschule Magdeburg-Stendal, verweist hier u.a. auf den Betreuungsbogen rund um Geburt, in dem Schwangerenberatung und Pädiatrie, Geburtsmedizin und Frühe Hilfen, Psychologie und Frühpädagogik vor ähnlichen Problemen stehen, und voneinander lernen können.

Durch das Präventionsgesetz sind die Krankenkassen seit 2016 betraut mit der Gestaltungsaufgabe "Gesundheitsförderung in Lebenswelten". Kann dieser Auftrag einen Paradigmenwechsel einleiten?

*Prof. Dr. rer.pol. Raimund Geene MPH, Politik- und Gesundheitswissenschaftler, geb. 1963 in Partnerschaft mit sieben (Pflege-)Kindern im Alter 2 bis 23 Jahren. Nach langjähriger Tätigkeit als **Geschäftsführer von Gesundheit Berlin**, Landesarbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung, seit 2005 Professor für die Lehrgebiete "Kindergesundheit" und "Sozialpolitik" an der Hochschule Magdeburg-Stendal. Hier hat er u.a. den Studiengang "**Angewandte Kindheitswissenschaften**" und das An-Institut **KinderStärken e.V.** mit aufgebaut. Als Lehrbeauftragter ist er u.a. tätig am Reformstudiengang Medizin der Charité, am Otto-Suhr-Institut und am Institut für psychosoziale Prävention und Gesundheitsförderung der Freien Universität Berlin, an der Alice-Salomon-Hochschule Berlin, an der Fachhochschule Potsdam und der Akademie für Öffentliches Gesundheitswesen Düsseldorf, sowie für die Friedrich Ebert-Stiftung Bonn, Berlin und Magdeburg, die Heinrich Böll-Stiftung Berlin und die Hans Böckler-Stiftung Düsseldorf.*

Arbeitsschwerpunkte:

Kindergesundheit - Selbsthilfe, Patienteninformation und Patientenberatung.

Gesundheitsförderung und Prävention, insb. Sozillagenbezogene Gesundheitsförderung, AIDS-Prävention, **Setting-Ansatz** insb. in Kitas sowie Setting Familie, **Frühe Hilfen**, insb. **Gesundes Aufwachsen/ Kommunale Netzwerke, Sozialpolitik, insb. Sozial-, Gesundheits-, Familien- und Kinderpolitik.**



Prof. Dr. Kazuma Matoba: Institut for Global Integral Competence

V/WS: Achtsamkeitsbasierende Kommunikation - ein neuer Weg

Abstrakt von Prof. Dr. Kazuma Matoba

Herausforderungen im Klientengespräch leichter meistern.

Ärzte, Therapeuten und Logopäden sind Dialogbegleiter des Klienten in seiner Selbstregulation und sollten mit ihm so in Resonanz sein, dass sie die kommunikativ konstruierte neue Situation als stimmig empfinden. In dieser dialogischen Situation findet eine heilsame Kommunikation statt und es können neue Werte geschöpft werden.

Bei achtsamkeitsbasierender Kommunikation handelt es sich um einen neuen Weg intra-, inter- und transpersonale Kommunikation für eine bessere Verbundenheit zu sich und dem Klienten nutzen zu machen und dadurch auch herausfordernde Situationen im Klientengespräch gewinnbringend für beide Seiten zu gestalten. Wir gehen davon aus, dass jeder Verlust des Kontakts zu sich selber auch die Verbindungsqualität zum Klienten beeinflusst und umgekehrt. Mit gezielter Achtsamkeit gelingt es so einen heilsamen Raum zu kreieren, der einen möglichst authentischen Kontakt ermöglicht.

In diesem Seminar konnten die Teilnehmer durch verschiedene praktische Übungen diese Resonanzfähigkeit entwickeln.

Folgenden Themen werden im Seminar behandelt und in zahlreichen Übungseinheiten in Dyaden, Triaden und der Gesamtgruppe vertieft werden:

- das 4 Perspektiven Modell der integralen Theorie;
- Zusammenhänge von Intra-, inter- und transpersonaler Kommunikation;
- Ich (mein Innenleben) - Wir (die Beziehung Klient-Therapeut) - Es (der Inhalt, die Sachlage)
- Feedback zu konkreten Beispielen aus der Praxis der Teilnehmenden

Prof. Dr. Kazuma Matoba, Universität der Bundeswehr München, Fakultät für Humanwissenschaften, Professur für Interkulturelle Bildung

Dr. med. Theodor D. Petzold, Bad Gandersheim

V: Salutogenese zwischen den Menschen - Intentionalität und Kohärenz

Abstrakt von Dr.med. Theodor D. Petzold

Vom Lächeldialog zur Kooperation

Die Forschungen von Tomasello legen die Annahme nahe, dass Menschen von Natur aus besonders sensibel in der Lage sind, auf die Intentionalität eines anderen Menschen zu reagieren - bei bedrohlicher Absicht mit Abwendung, bei freundlicher Intention mit positiver kooperativer Resonanz. Die Intentionalität scheint der maßgebliche und grundlegende Faktor für die Qualität der Verbindung zu sein. Er bestimmt sozusagen die Kohärenz eines kooperativen Systems, wie z.B. einer Arzt/Therapeut-Patient-Beratung. Häufiges Erleben von Stimmigkeit in der Begegnung - vom Lächeldialog bis zur Kooperation in Netzwerken - kann somit zu einem erhöhten Kohärenzgefühl führen. In den direkten Beziehungen wie in der Familie ist es eine freundliche Gesinnung der Bezugspersonen, in professionellen Beratungen ist es eine salutogenetische Orientierung der Dialogpartner, die eine "heilsame Erfahrung in der Beratung" leichter machen. Eine positive Intentionalität ist ansteckend.

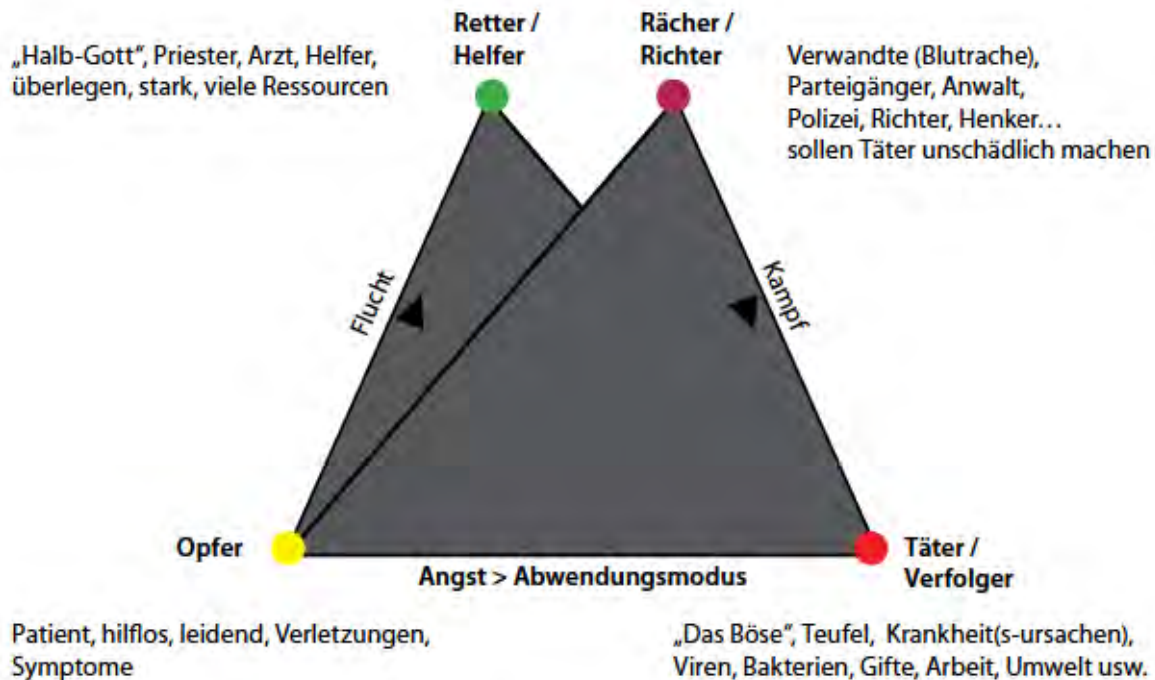


16

WS: Beziehungsmuster in Umwandlung: Das Opferdreieck auflösen zugunsten einer kreativen Kooperation

Abstrakt von Dr.med. Theodor D. Petzold

Zwischenmenschliche Beziehungen zeigen immer wieder bestimmte Charakteristika auf - auch in ihren Dynamiken. In diesem WS wird der Versuch unternommen, häufig wiederkehrende Kommunikations- oder Beziehungsmuster in bestimmten Kategorien zu ordnen. Sehr grundlegende Beziehungsmuster sind Kooperation und das Opferdreieck. Im Zusammenhang gesunder Entwicklung spielt der Übergang von einer Opferdreiecks-Beziehung in eine kreative Kooperation eine große Rolle. Sowohl einfache Kommunikationsänderungen als auch psychotherapeutische Interventionen wie z.B. in der Traumatherapie werden zur Diskussion gestellt.



Theodor Dierk Petzold, ist Allgemeinarzt, seit 1979 in eigenen Praxen; Lehrbeauftragter an der MHH zu Kommunikation und Stresserkrankungen, Autor/Hrsg. zahlreicher Bücher u.a. Veröffentlichungen, Mitherausgeber DER MENSCH - Zeitschrift für Salutogenese und Sprecher vom Dachverband Salutogenese. Und leitet seit 2004 das Zentrum für Salutogenese, hat die Salutogene Kommunikation SalKom® entwickelt, bildet darin aus, gibt Supervision für Therapeuten und Teams, Seminare und Vorträge.

Fotos: .© e.zörner // Grafik: Täter-Opfer-Dreieck © th.d.petzold



Dr. med. Michael Deppeler, Bern

V: dialog-gesundheit: vom Empowerment des Einzelnen zur kommunalen Gesundheitskompetenz

Abstrakt von Dr. med. Michael Deppeler:

Seit 2004 findet in Zollikofen (Bern) alle 2 Monate das Forum dialog-gesundheit statt, moderiert von einem Hausarzt. Wir diskutieren gemeinsam Fragen, welche die Bevölkerung interessiert. Sie, die Forumsteilnehmer bestimmen auch die Themen (nicht der Arzt!). es sind andere Themen als die Gesundheitsförderung propagiert wie "Rauchstopp" oder "gesunde Ernährung". Im Mittelpunkt sind Themen wie "Gewalt, die uns alle betrifft", "das Fremde in und um uns" oder das Erarbeiten des Ratgebers "WIE? SO! - Alltagsbuch für ein besseres Leben". Gesundheit entsteht dort, wo wir arbeiten, spielen, leben und lieben (Ottawa Charta). Diese sozialen Determinanten machen 50% der Gesundheit aus. In einem einzigartigen bottom up Prozess des gemeinsamen Verstehens sind sowohl individuelle Ressourcen gewachsen wie ein neuartiges Netzwerk (als eigene Ressource). Es dient der besseren Vernetzung und Integration von "Bildung zur Gesundheit" Dazu gehört auch dem "Wort: Empowerment" Taten folgen zu lassen, welche zu Selbstverantwortung und sozialen Veränderungen führen könn(t)en. Grundlage des NEUEN Denkens sind Systemtheorie und Salutogenese mit den Sinnfragen und der Suche nach den Werten im Leben. Dies gilt nicht nur für die Patienten sondern besonders auch für die hausärztliche Grundversorgung. Der Vortrag skizziert einzelne Entwicklungsschritte von dialog-gesundheit und leitet daraus weitere mögliche Visionen ab.

Dr. med. Michael Deppeler, Medizinstudium in Bern mit Weiterbildung zum Hausarzt; FMH Allgemeine Medizin. Seit 1995 in eigener Praxis in Zollikofen tätig und immer schon interessiert, die Rolle des klassischen, vom Aussterben bedrohten Hausarztes und Einzelkämpfers zu hinterfragen und im Dialog neue Rollen und Praxismodelle/formen zu finden. Ziel ist eine echt integrierte Medizin in einer erweiterten kommunalen Grundversorgung. Engagement seit 2004 für die "vergessenen Patienten" (dialog-gesundheit) damit der Patientin im dichter werdenden Dschungel des Gesundheitswesens nicht verloren geht und seine Gesundheitskompetenz optimieren kann. Die (Mit)Verantwortlichkeit für die Gesundheit der Allgemeinheit (public health, WONCA Definition) ist eine wichtige (haus)ärztliche Tätigkeit.

Dr. med. Eckhard Schiffer, Quakenbrück

V: Die hellen und die dunklen Seiten des Eigen-Sinns für soziale Kohärenz.

Abstrakt von Dr. med. Eckhard Schiffer

Chancen für Eigen-Sinn und mentalisierende Kooperativität in Intermediärräumen. Der Vermittlung zeitgenössischer Identitätswerte wie Selbstbestimmung und Selbstentfaltung ist oftmals ein introjekthafter Erfolgszwang im Kontext postmoderner Wettbewerbsideologien beigemischt. Hinzu kommt ein ebenso wenig reflektierbares Normalitätsverständnis. Dieses bewirkt z. B., dass dessen politisch angestrebte Erweiterung durch den Inklusionsgedanken daran zu scheitern droht, dass Inklusion auf "normalem Wege", nämlich administrativ,



18

verwirklicht werden soll. Ein mentalisierendes Verstehen aller an der Inklusion Beteiligten erfolgt dadurch kaum. "Gesundheit zwischen den Menschen" ist aber darauf angewiesen, dass via Mentalisieren auch implizite innere Barrieren gesehen und verändert werden. Auf diese Weise könnten dann auch salutogene Momente im Hinblick z. B auf soziale Randgruppen, Mobbing, Fremdenfeindlichkeit und Entwertung alter Menschen wirksam werden.

Anhand von Beispielen werden in dem Referat ansatzweise Möglichkeiten aufgezeigt, wie "Gesundheit zwischen den Menschen" als mentalisierungsbasierte soziale Kohärenz sich in Intermediärräumen entfalten kann.

Ein literarisches Beispiel hierfür: Die Wandlung des Geizhalses Scrooge in Charles Dickens *Weihnachtsmärchen*, dem drei Geister vergessene eigene und anderer Menschen Intermediärräume wieder erschließen helfen ...

Dr. med. Eckhard Schiffer, Studium der Medizin und Philosophie (Schwerpunkt Ästhetik), Facharzt für Nervenheilkunde, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie.

Bis 2009 über 30 Jahre Aufbau und Leitung der Abteilung für Psychosomatische Medizin mit Familientherapeutischem Zentrum am Christlichen Krankenhaus Quakenbrück, einem Allgemeinkrankenhaus mit Schwerpunktversorgung.

Petra Keiten, Magdeburg - Elfriede Zörner, Linz

WS: "Gesunde Zwischenräume - spielerisch, achtsam wahrnehmen"

Abstrakt von Elfriede Zörner:

Verbundenheitsgefühl, bestätigt die Salutogenese-Forschung, ist ein wesentlicher Faktor für die Entstehung und Förderung von Gesundheit. Doch nicht jede Gemeinschaft, nicht jedes Zusammenleben stärkt das Verbundenheitsgefühl, manchmal entsteht genau das Gegenteil. Abgesehen von der Qualität der Gemeinschaft - inwieweit beispielsweise ein wertschätzender Umgang miteinander gepflegt wird - wird unser Wohlfühl auch davon geprägt, ob wir gerade mehr Nähe oder mehr Distanz benötigen und das Nötige auch erhalten.

In diesem kreativen Workshop machen wir uns auf die Suche nach unseren unterschiedlichen Wünschen von Nähe und Distanz und erspüren wir wie wir diese Zwischenräume wahrnehmen...

Mittels Achtsamkeitsübungen machen wir uns Grenzen bewusst - unsere eigenen und die anderer. Spielerisch erfahren wir Grenzen und setzen Grenzen.

Resonanz - Polarität - Rhythmus: welche Gesetze gelten in und um uns, wie beeinflussen sie unsere Gesundheit und welche Möglichkeiten haben wir sie zu steuern?

Wir tasten uns an Antworten heran, suchen nach Gesetzmäßigkeiten, durchwandern Zwischenräume und entdecken ... manches.

Ein 90 min. Workshop für alle, die sich gerne auf spielerische Erfahrungen einlassen, ohne sich selbst zu verlassen - - und die gerne lachen.

Petra Keiten, arbeitet seit 1981 als Diplom-Psychologin im Bereich Wirtschaftspsychologie.

Als Coach, Seminarleiterin und Moderatorin ist sie seit 1992 freiberuflich tätig und verfügt über 35 Jahre Berufspraxis in der Entwicklung und Umsetzung psychologischer Konzepte



und Programme (z.B. zur Betrieblichen Gesundheitsförderung). Sie ist Autonomietrainerin, Gedächtnistrainerin und Karriereberaterin.

Elfriede Zörner, ist Diplom-Lebensberaterin und Salutovisitorin®, Vorstandsmitglied der ÖGL Österreichischen Gesellschaft für Lebensberatung. Sie forscht über Urvertrauen und Salutogenese, hält Vorträge, Workshops über Salutogenese und Lebensberatung, Autorin von verschiedenen Fachartikeln und arbeitet seit 1993 in einer selbständigen Beratungspraxis in Linz und am Bodensee mit besonderer Ausrichtung auf Coaching und Supervision unter dem Aspekt der Salutogenese.

Philosoph Dr. Gerd B. Achenbach im Dialog mit Dr. Eckhard Rau

V: Thema: Sokrates Streetworker der Frage: was ist gut für den Menschen? Ein sokratischer Dialog mit einem Hausarzt von heute

Abstrakt von Dr. Eckhard Rau

Sokrates ist einer der wichtigsten Philosophen des Abendlandes. Er wurde vor allem bekannt durch seine Philosophie des Fragens und Prüfens. "Ich weiß, dass ich nichts weiß" zeigt seine Haltung, sich vollends mit dialogisch erworbenem Wissen seines Gegenübers anzufüllen. Er nennt diese Methode Mäeutik, d.h. Hebammenkunst - er will zum Denken und Weisheit Hervorbringen behilflich sein. In einem sokratischen Dialog mit einem heutigen Hausarzt wird ein konkreter "Fall" vorgestellt und mit sokratischen Fragen bearbeitet.



Durch diesen Dialog kommen zwanglos Probleme der modernen Medizin zur Sprache:

- Lebensverlängerung durch Medikation
- Entstehung neuer Krankheiten durch Lebensverlängerung
- Schutz des Patienten vor moderner Medizin wenn er sterben möchte
- Versagen der "reinen Wissenschaft" - Notwendigkeit weiser und guter Entscheidungen
- zunehmende Aufgabe des Hausarztes als Geburtshelfer guter Entscheidungen welche Art von medizinischer Wissenschaft für diesen Patienten in dieser konkreten Situation sinnvoll sei - damit Einbindung soziologischer Elemente in die Hausarztztätigkeit

Ausblick: durch seine einfache, respektvolle, kluge und empathische Art zu fragen und zu prüfen kann der sokratische Dialog behilflich sein, uns von ängstlichen rachsüchtigen Affen die töten und ihre Umwelt zerstören zu gerechten, maßvollen, tapferen und weisen Menschen zu machen. Freude und Erfolg bei der Umsetzung!

Dr. Gerd B. Achenbach - geboren 1947 in Hameln, verheiratet, acht Kinder, Promotion bei Odo Marquard - ist der Gründer der Philosophischen Praxis, die von 1981 bis heute zu einer weltweiten Wirklichkeit wurde.

Doktor Eckhard Rau, seit 31 Jahren als Hausarzt in Leverkusen tätig. Kurz vor dem Abitur Preisträger der UNESCO zum Thema "Wir und die Dritte Welt" Studium der Theologie bis zur Zwischenprüfung Hochschule Bethel, Studium von Philosophie, Pädagogik und Psychologie an den Unis Bielefeld und Heidelberg. Studium der Medizin in Heidelberg. Promotion (cum laude) bei Prof. Schettler.



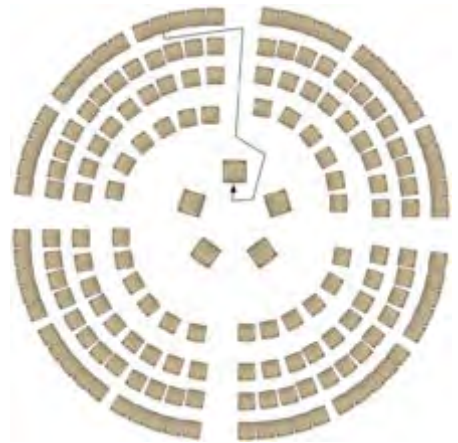
Fishbowl

(Diskussionsmethode)*

Die Methode

Fishbowl ist eine Methode der Diskussionsführung in großen Gruppen. Die Methode hat ihren Namen nach der Sitzordnung: sie gleicht einem Goldfischglas, um das die Teilnehmer im Kreis herumsitzen.

Bei der Fishbowl-Methode (auch Innen-/Außenkreis-Methode) diskutiert eine kleine Gruppe von Teilnehmern im Innenkreis (im „Goldfisch-Glas“) das Thema, während die übrigen Teilnehmer in einem Außenkreis die Diskussion beobachten.



Möchte ein Teilnehmer aus dem Außenkreis zur Diskussion beitragen, gibt es verschiedene Formen:

Bei der Methode mit dem „Gast-Stuhl“ steht im Innenkreis ein freier Stuhl. Ein Teilnehmer aus dem Außenkreis kann darauf Platz nehmen und mitdiskutieren, bis er alles gesagt hat oder ein weiterer Teilnehmer aus dem Außenkreis auf dem Gast-Stuhl Platz nehmen will. Oder ein Teilnehmer aus dem Innenkreis kann seinen Platz freimachen, um einem Teilnehmer aus dem Außenkreis die Mitarbeit im Innenkreis zu ermöglichen.

In einer anderen Form der Methode dürfen Teilnehmer aus dem Außenkreis ein Mitglied des Innenkreises „abklopfen“. Dieses darf dann noch seinen Satz fertig sprechen und macht dann seinen Platz für den Teilnehmer aus dem Außenkreis frei. Diese Form erfordert eine hohe Achtsamkeit und soziale Kompetenz der Teilnehmer, weil alle gleichermaßen den Ablauf steuern müssen.

Oft wird der Ablauf durch einen Moderator unterstützt. Die Arbeit des Innenkreises kann am Ende mit der gesamten Gruppe besprochen werden.

Die Regeln

- Der freie Stuhl im Diskussionskreis darf von jedem Teilnehmer solange besetzt werden, bis er seinen Beitrag geleistet hat oder ein anderer Teilnehmer einen Beitrag leisten möchte.
- Teilnehmer im inneren Kreis dürfen diesen jederzeit verlassen.
- Seitengespräche sind zu vermeiden.



Vorteile gegenüber der Plenumsmethode

Wie bei der Podiumsdiskussion ist die Diskussionsrunde überschaubar, da immer nur eine kleine Anzahl von Teilnehmern gleichzeitig diskutieren kann. Themen werden dadurch fokussiert und verdichtet.

Vorteil der Fishbowl-Methode ist es, dass Mitglieder, die sonst in einer großen Gruppe nicht zu Wort kommen, jederzeit in den Innenkreis wechseln und ihre Meinung äußern und aktiv mitdiskutieren können. Dadurch und durch die Sitzordnung im Kreis entsteht eine hohe Identifikation aller Teilnehmer mit der Arbeit am Thema. Ein Teilnehmer, der keine Lust mehr hat, aktiv mitzudiskutieren, kann einfach aussteigen und von außen zuhören. Dadurch bleibt die Diskussion aktiv und verliert sich weniger in Sackgassen.

Die Methode bietet unterschiedlich starken Teilnehmern ausgeglichene Chancen, ihre Erfahrungen und Ideen einzubringen. Förderliche und hinderliche Dominanzverhältnisse werden durch den Ablauf der Platzwechsel sichtbar.

Im inneren Kreis ist auch eine gruppendynamische Spiegelwirkung beobachtbar: Themen im Außenkreis werden sozusagen „intuitiv“ im Innenkreis behandelt – auch dann, wenn kein Vertreter des Außenkreises in den Innenkreis wechselt.

Gutes Gelingen!

**Quelle inkl. Grafik: Wikipedia 05/2016*

Impressum

Kontakt, Redaktion und Verteilerliste: *Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 20. August 2016!!*
office@oegl-lebensberater.at

Unkostenbeitrag von
EUR 25,-/Jahr + Spenden erbeten an:
 ÖGL KtoNr. 721-0590.87, BLZ15000
 BIC: OBKLAT2L – IBAN: AT34 1500 0007 2105 9087
 unter „LSB-Zeitung“

Impressum:
 ÖGL Österr. Gesellschaft für Lebensberatung,
 Hafnerstraße 16, 4020 Linz
Zustelladresse:
 ÖGL, c/o Elfriede Zörner, Seeschanze 1/6, 6900 Bregenz
 Für den Inhalt verantwortlich: zoemer@life-support.at

Bitte überweisen Sie uns einen jährlichen Unkostenbeitrag von mind. €25 auf ÖGL-Konto IBAN: AT34 1500 0007 2105 9087 - DANKE!!!





DEMENZ: Case Management und Angehörigenbegleitung

Eine Angehörige erinnert sich: "Mein eigener Mann war mir auf einmal unendlich fremd. Und was am Schlimmsten war: Eigentlich konnte ich diese fremde Person nicht leiden!"

Zu diesem Zeitpunkt wusste ich noch nicht, dass ich meinen Mann nie wiedersehen würde."



Demenz: Angehörige brauchen Hilfe

85 % der Demenzkranken werden zu Hause von ihren Angehörigen gepflegt. Doch körperliche und seelische Belastungen, Schlafmangel und soziale Isolation sind oft mehr, als sie tragen können.

Sie brauchen dringend Hilfe, um nicht selbst krank zu werden! Oft fehlt es an praktischer Hilfe wie z.B. das richtige Heben des Kranken oder das Geltendmachen von Urlaubsansprüchen und die Organisation von Pflegediensten. Und oft geht es um psychologische Hilfe bei Fragen wie „Wie kann ich die Wesensveränderung meines Mannes verkraften?“, „Wie kann ich mit den Aggressionen und Anschuldigungen meiner Mutter umgehen?“ oder „Welche Ressourcen stehen mir zur Verfügung, um meine Kraft wieder aufzufüllen?“

Für pflegende Angehörige verändern sich die gewohnte Welt und das bisherige Leben radikal, oft heißt es Abschied nehmen von einer gemeinsam geplanten Zukunft. Den eigenen Gefühlen ist man hilflos ausgeliefert. Fehlendes Wissen über die Demenz erschwert den Umgang mit dem Erkrankten. Ohne Hilfe und Unterstützung geraten die Betreuenden dadurch schnell an die Grenzen ihrer Leistungsfähigkeit - es kommt zum gefürchteten Angehörigen-Burnout bzw. zu einem höheren allgemeinen Krankheitsrisiko.

Hilfe für Angehörige: Weitreichende Bedeutung für die Gesellschaft

4 gute Gründe, warum die Qualifikation als Experte/in für Case Management und Angehörigenbegleitung demenzerkrankter Personen von großer gesellschaftlicher und gesundheitspolitischer Bedeutung ist:

1. Die Gesundheit der Pflegenden muss geschützt und erhalten werden.
2. Nur so kann auch ein frühzeitiger Heimaufenthalt der Erkrankten vermieden werden.



23

3. Bei der erwarteten Zunahme der Erkrankung ist das auch ein Kostenfaktor. Bis 2050 wird jede/r Zwölfte über 60 von Demenz betroffen sein.
4. Die Leistung der Angehörigen stellt schon heute einen beträchtlichen Vermögenswert für die Gesellschaft dar: Mehr als 100.000 Österreicher/innen leisten unbezahlte Betreuungsarbeit, die es zu erhalten gilt!

Experten/innenlehrgang

Nehmen Sie teil am 1. Experten/innenlehrgang Case Management und Angehörigenbegleitung, der in Österreich zum Schwerpunkt Demenz angeboten wird! Mit dieser Qualifikation können Sie jetzt und in der Zukunft einen bedeutenden sozialen Beitrag leisten. Sie spezialisieren sich auf einen Fachbereich, in dem die Nachfrage (leider) beträchtlich sein wird.

In 10 kompakten Ausbildungstagen werden Sie zum/r Experten/in! Der Lehrgang wurde aus der Praxis für die Praxis entwickelt, folgt einem ganzheitlichen Ansatz und wird von einem Experten/innen-Team unterrichtet.

Wählen Sie zwischen dem berufsbegleitenden Wochenendlehrgang und dem Sommer-Intensivlehrgang:

Termin:	Ort:	Studiengebühr:
Sommer-Intensivlehrgang: 22. August - 02. September 2016	Vienna Group, 1060 Wien, Gfrornergasse 1	€ 234.- / Monat (7 Monate)
berufsbegleitender Lehrgang: 29. Oktober - 05. Februar 2017	Vienna Group, 1060 Wien, Gfrornergasse 1	€ 234.- / Monat (7 Monate)

Fordern Sie jetzt gleich - unverbindlich und kostenlos - ausführliche Unterlagen zur Ausbildung an:

[Info anfordern](#)



Veranstalter: Schlossberginstitut GmbH

Wiener Schule für Gesundheitsförderung

Fachliche Leitung: Hanna Fiedler

Unterrichtsform: Direktunterricht

Kursort: Wien

Infos: +43 (0) 650 / 68889 11

service@schlossberginstitut.at

www.schlossberginstitut.at



Weiterbildungsangebote 2016/2017

für LebensberaterInnen, PsychologInnen, PsychotherapeutInnen, MediatorInnen,
SupervisorInnen, PädagogInnen und MitarbeiterInnen in anderen psychosozialen Bereichen

Einführung in die Sexualberatung

Referent/in: Martha Weisböck/Ulrich Hagg MA MBA

Anhand von theoretischen Inputs und Fallbeispielen werden die Spezifika weiblicher und männlicher Sexualität und die damit verbundenen Herausforderungen von Sexualberatung mit Frauen/Männern/Paaren sichtbar gemacht und anwendungsbezogen aufbereitet. (16 UE)

16.-17. September 2016

Fr. 16:30-20:30, Sa. 09:00-19:00

Einzel- und Teamcoaching

Referent: Ulrich P. Hagg M.A. MBA

Einführung, Besonderheiten sowie Techniken der Supervision und des Coachings in verschiedenen Settings (16 UE)

4.-5. November 2016

Fr. 16:30-20:30, Sa. 09:00-19:00

Einführung in die Kinder- und Jugendlichenberatung

Referent: Mag. Stefan Geyerhofer

Grundlagen der Entwicklungspsychologie; Spezielle Beratungsmethoden und Interventionsformen für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen (16 UE)

7.-8. Oktober 2016

Fr. 16:30-20:30, Sa. 09:00-19:00

Teamsupervision

Referent: Dr. Harald Pühl

Teamkommunikation, Teamdynamik, Konfliktfelder im Profit- und Non-Profitbereich, Mediatives Arbeiten, Strukturierte Fallarbeit (16 UE)

25.-26. November 2016

Fr. 16:30-20:30, Sa. 09:00-19:00

Einführung in die Familienberatung

Referent: Helmut De Waal

Methoden der systemischen Familienberatung; Helfer-Netzwerke; Familienmodelle; Lebenszyklus von Familien; Familiäre Normen, Werte, Rituale (16 UE)

24.-25. Februar 2017

Fr. 16:30-20:30, Sa. 09:00-19:00

Einführung in die Paarberatung

Referent: Dr. Konrad Grossmann

Partnerschaft und Liebesbeziehung, Methoden der systemischen Paarberatung bei Untreue, Paarkrisen und Konflikten; Familienplanung, Partnerschaft im Alter (16 UE)

9.-10. Februar 2017

Fr. 16:30-20:30, Sa. 09:00-19:00

Zu jedem Modul findet eine ergänzende Methodisch-praktische Vertiefung statt (5 EH)
Kosten pro Modul mit 16 UE: € 220,- Methodisch praktische Vertiefung (einzeln buchbar) 5 UE: € 60,-
10% Nachlass bei Buchung von 2 oder mehr Modulen Inkludiert sind Skripten, Fotoprotokolle, Bestätigungen
Ermäßigung für Studierende und AbsolventInnen der ISYS Akademie

FRAGEN SIE NACH UNSEREN GRUPPEN- UND FALLSUPERVISIONSTERMINEN
office@isysakademie.at

ISYS Akademie & Beratung GmbH | A-9300 St. Veit an der Glan, Hauptplatz 16/2 |
+43 (0)4212 / 30202 | office@ISYS.or.at www.isysakademie.at



Ihr Berater:

www.versicherungsmann.at



Christian Mayer

Obersekretär
Tel: 050 330 71514
Mobil: 0664 86 21 0 21

c.mayer@donauversicherung.at

EXKLUSIVVERSICHERUNGSPAKET der Lebens- u. Sozialberatung

Versichert gelten Mitglieder der Wirtschaftskammer welche der Rahmenvereinbarung beitreten.

Versicherte Sparten/Prämien:

Versicherer: Donau Versicherung AG,

1. Berufshaftpflichtversicherung

mit Pauschalversicherungssumme € 1.500.000,-

Inkl. z.B Mietsachschäden und Nachhaftung
Pärmie

NEU! zusätzlich wählbar Haftpflichtversicherung für Mediatoren!

Monatsprämie

€5,-

+€7,50

2. Rechtsschutz-Versicherung

Versicherungssumme: € 124.000,-
Grunddeckung Berufs- und Privatbereich:

Zusätzlicher Baustein: Kfz-Rechtsschutz

Allgemeiner Vertragsrechtsschutz (Bis € 1.000 sind Honorarstreitigkeiten versichert!)
(RS für Vertragsstreitigkeiten)

Monatsprämie

€4,71

€3,77 Für ein KFZ
€7,07 Für alle KFZ

€3,77

3. Praxisversicherung

Versicherungssumme für die Praxis €20.000,-

Monatsprämie

€ 4,67

4. Unfallversicherung mit verbesserter Gliedertaxe!!!

€ 100.000 Dauernde Invalidität
€ 10.000 für Todesfall
€ 5.000 für Unfallkosten

Monatsprämie

€15,00

Alle Rechte an dieser Ausarbeitung sind vorbehalten. Das Werk einschließlich seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Die darin enthaltenen Informationen sind vertraulich. Die Ausarbeitung und Ihre Inhalte dürfen ohne Zustimmung von Christian Mayer nicht verwendet, übersetzt, verbreitet, vervielfältigt und in elektronischen Systemen verarbeitet werden.



Ihr Berater:

www.versicherungsmann.at



Christian Mayer

Obersekretär

Tel: 050 330 71514

Mobil: 0664 86 21 0 21

c.mayer@donauversicherung.at

5. Betriebsunterbrechung nach Krankheit, Unfall oder Quarantäne

Inkl. Entfall der Karenz bei Beginn der Unterbrechung mit mind. 48-stündiger Krankenhausaufenthalt
Haftungszeit 12 Monate, weiters **Kündigungsverzicht** bei schwerer Krankheit!

Versicherungssumme: € 12.000

Leistung € 33,33 als Tagespauschale, maximal 360 Tage

Monatsprämie

Alter	5 Tage Karenz	10 Tage Karenz	20 Tage Karenz
Bis 40 Jahre	€13,56	€12,53	€9,77
Bis 50 Jahre	€16,29	€15,04	€11,73
Ab 55 Jahre	€20,79	€19,20	€14,97

Versicherungssumme: € 36.000

Leistung: € 100,00 als Tagespauschale, maxi. 360 Tage

Monatsprämie

Alter	5 Tage Karenz	10 Tage Karenz	20 Tage Karenz
Bis 40 Jahre	€40,69	€37,58	€29,32
Bis 50 Jahre	€48,87	€45,12	€35,18
Ab 55 Jahre	€62,37	€57,59	€44,90

Versicherungssumme: € 50.000

Leistung € 138,88 als Tagespauschale, maximal 360 Tage

Monatsprämie

Alter	5 Tage Karenz	10 Tage Karenz	20 Tage Karenz
Bis 40 Jahre	€56,51	€52,20	€40,73
Bis 50 Jahre	€67,88	€62,66	€48,86
Ab 55 Jahre	€86,63	€79,99	€62,36

Alle Rechte an dieser Ausarbeitung sind vorbehalten. Das Werk einschließlich seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Die darin enthaltenen Informationen sind vertraulich. Die Ausarbeitung und Ihre Inhalte dürfen ohne Zustimmung von Christian Mayer nicht verwendet, übersetzt, verbreitet, vervielfältigt und in elektronischen Systemen verarbeitet werden.



Eva Spadinger & Angelika Preston

Eva Spadinger & Angelika Preston

... und das Gute nehme ich mit!

Eine glückliche, zufriedene und sinnerfüllte Zukunft durch die Balance zwischen seelischem und körperlichem Sein

Balance zwischen körperlichem und seelischem Sein - das ist die Voraussetzung zum Glücklichen und zu einem sinnerfüllten Leben. In unserer schnelllebigen Zeit scheint Glück nur eine Frage von Minuten zu sein.

Kaum halten wir es in der Hand, verflüchtigt es sich auch schon wieder. Doch die Autorinnen Eva Spadinger und Angelika Preston zeigen, dass es auch anders geht - mit der ASOS©-Methode nach dem Open-System-Modell®, das uns nach dem New-Age-Therapiewahn durch ein anderes Bewusstsein unserem

wahren Selbst näher bringt: in der Ehe, in der Familie, im Umgang mit Kollegen.

Ein großes Dilemma der Jetztzeit ist fraglos der Verlust der Gottesbeziehung, der unweigerlich mit Auflösungstendenzen einhergeht: Chaos, instabile Partnerschaften, hungernde Seelen.

Wer kennt sie nicht – die Herausforderungen des Lebens! Sich immer wiederholende Muster, oft über Generationen hinweg. Die Schwierigkeit, den eigenen Platz zu finden, scheiternde Partnerschaften, sich wiederholende Schicksalsschläge, Mangel an Erfolg trotz bester Ausbildung, blockiertes

Glücksgefühl....

Jeder von uns ist geprägt von der eigenen Vergangenheit und dem Leben der Generationen vor uns. Wie gravierend uns unser Familiensystem prägt ist uns vermutlich gar nicht bewusst. Und schon gar nicht wie sehr sich unsere Familienmuster im beruflichen Kontext wiederfinden. Dass das Problem mit dem Chef eigentlich das Vaterthema widerspiegelt, der berufliche Misserfolg ein Ausdruck der unbewussten Loyalität zu einem Familienmitglied sein kann, und jemand seinen Platz im Unternehmen nicht findet, weil im Familiensystem jemand seinen Platz nicht bekommen hat, ist weitgehend unbekannt.

Jedes System, sei es die Partnerschaft, die Familie, das Unternehmen oder die Menschheit ist nur als Ganzes in der Wechselwirkung seiner Teile zu verstehen, Jeder dieser Teile hat eine ganz bestimmte Aufgabe und ist gleich wichtig für das Funktionieren des Ganzen - vergleichbar mit dem Körper und all seinen Organen, dem Nerven- und Blutssystem, Knochen und Muskeln, welche nur als Ganzes wirksam sind und ganz bestimmten Gesetzen folgen. Ist ein Teil verletzt oder krank reagiert der gesamte Körper empfindlich.

In jedem sozialen System herrschen dieselben Prinzipien, die das Gleichgewicht in einem System erhalten. Diese Systemprinzipien – Zugehörigkeit, Achtsamkeit und Ordnung - sind Voraussetzung für ein glückliches, zufriedenes und sinnerfülltes Leben.

So stellt das Prinzip der Zugehörigkeit, das auf dem emotionalen Grundbedürfnis eines Menschen basiert sicher, dass niemand in der Familie oder im Unternehmen übersehen wird alle das gleichwertige Recht haben dazuzugehören.

Das Prinzip der Achtsamkeit steht für das Grundbedürfnis eines Systems nach Entwicklung, Wachstum, Wissen und Lernen.

Das Prinzip der Ordnung entspricht der Achtung der Reihenfolge sowie dem Ausgleich von Geben und Nehmen.



Werden diese Prinzipien – ähnlich den Naturgesetzen – verletzt, entwickeln sich Symptome die darauf hinweisen. Um die Ursache zu erkennen, erfordert es einen systemischen Blick und das Verstehen von Systemdynamiken. Unser gewohntes, Ursache-Wirkungs- Denken ist dafür gänzlich ungeeignet. Mit dieser Denkweise sind wir nicht in der Lage nachhaltige Lösungen für unsere Probleme zu entwickeln und finden uns immer wieder in den gleichen Mustern verstrickt.

Hinschauen und anerkennen was ist, wie Bert Hellinger es beschreibt, ist in jedem Fall ein guter erster Schritt und ermöglicht Lernen und Veränderung hin zu einem glücklichen und sinnerfüllten Leben. Egal wie schwierig die Vergangenheit war, als Erwachsener habe ich die Entscheidungsfreiheit auf jene Fähigkeiten zu schauen, die ich durch mein Schicksal entwickeln konnte und die ich nun zum Wohl meiner Partnerschaft, Familie oder meines Unternehmens nutzen kann. Ich kann aber auch im Leid und der Bedürftigkeit hängen bleiben und beobachten wie mein Leben an mir vorbeizieht. Im ersten Fall werde ich zum/zur verantwortungsvollen GestalterIn meines Lebens, im Zweiten bleibe ich das Opfer meiner Vergangenheit.

Welchen Weg möchten Sie wählen?

In ihrem Buch „...und das Gute nehme ich mit“, erklären Eva Spadinger und Angelika Preston die Wirkkraft von Systemen und zeigen anhand von Fallbeispielen die Auswirkungen von Verletzungen der Systemprinzipien auf. Der Leser kann in seinen eigenen Systemen präventiv wirken, verstehen was die Ursache verschiedener Muster und Verhaltensweisen ist und lernt, die eigene Person in ihrer Gesamtheit zu stärken.

ISBN-13: 978- 3990484746, Tachenbuch, 258 Seiten, €22,30

Verlag: novum pro (29. März 2016)

Autorinnen:

Angelika Preston, MSc ist Gründerin der ASK-Akademie für Systemische Kompetenz, Mitbegründerin von ASOS© Systemaufstellungen, ÖfS-zertifizierte Aufstellungsleiterin und seit 1997 als selbstständige Trainerin und systemischer Coach tätig. www.ask-adakemie.org

Eva Spadinger, Systemischer Coach, Trainerin, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Mitbegründerin von ASOS© Systemaufstellungen, ÖfS-zertifizierte Aufstellungsleiterin mit eigener Praxis in Innsbruck. www.ebenenwechsel.com



Geene R; Höppner C; Lehmann F (Hg)

Kinder stark machen: Ressourcen, Resilienz, Respekt: Ein multidisziplinäres Arbeitsbuch zur Kindergesundheit

Die Ottawa-Charta formulierte 1986 Gesundheitsförderung als Konzept, das sich nicht auf Bekämpfung von Krankheit fixiert, sondern die positiven Potenziale zur Gesundheit herausstellt. Doch bis heute dominiert ein negatives Anreizsystem – finanziert werden Maßnahmen gegen Krankheit, Störungen und Probleme.

In der praktischen Arbeit gilt Ottawa dennoch als Leitorientierung. Die Ressourcen der Kinder und Familien zu fördern, ihre Resilienz zu stärken, ihnen mit Respekt auf Augenhöhe zu begegnen, sind heute professionelle Standards.



Die 3 R's – Ressourcen, Resilienz und Respekt – scheinen also in der Praxis angekommen zu sein. Doch mit welchen Zielen und Maßnahmen, auf welchen verschlungenen Wegen, mit welchen Widerständen, mit welchen zukunftsweisenden Perspektiven wird gearbeitet? Wie können die unterschiedlichen Sprachen und Denkweisen „übersetzt“ werden, um ein gemeinsames Verständnis von Potenzialstärkung zu erreichen? Wie können Schnittstellenprobleme überwunden und multidisziplinäre Ansätze gefördert werden? Diesen Fragen wird im vorliegenden Arbeitsbuch in insgesamt 14 Fachbeiträgen nachgegangen. Besondere Aktualität besteht, weil seit 2013 mit der Bundesinitiative „Frühe Hilfen“ in allen Kommunen ressourcenfördernde Familienbegleitung und Netzwerkarbeit aufgebaut wird. Die Beiträge bündeln die kindheitswissenschaftlichen Disziplinen und Handlungsfelder, um fachliche Konzepte, praktische Arbeit und gesamtgesellschaftliches Handeln auf das Ziel zu richten: Kinder stark machen!

ISBN-13: 978-3981392210, Tachenbuch, 412 Seiten, €15,30
Verlag: Gesunde Entwicklung (1.März 2013)



Theodor D. Petzold, Ottomar Bahrs

Chronisch krank und doch gesund: Salutogenetische Perspektiven

Dieses Buch geht der Frage nach, wie Menschen sich gesund entwickeln können trotz langwieriger sog. "chronischer" Erkrankungen. ExpertInnen verschiedener Gesundheitsberufe und Selbst-Betroffene geben einen interdisziplinären Überblick über neue theoretische Ansätze zu Lösungen des größten Gesundheitsproblems der modernen Gesellschaften. Auch enthält das Buch reichhaltige Berichte von positiven Erfahrungen zur Vorbeugung, Gesundung, Linderung und Rehabilitation langwieriger Erkrankungen

ISBN-13: 978-3981392258, Tachenbuch, 430 Seiten, €17,-
Verlag: Gesunde Entwicklung (1.März 2013)

Autoren:

Dr. Theodor Dierk Petzold ist Arzt für Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren mit European Certificate of Psychotherapy (ECP). Er unterrichtet als Lehrbeauftragter für Allgemeinmedizin an der Medizinischen Hochschule Hannover. 2004 gründete er in Bad Gandersheim das Zentrum für Salutogenese dessen Leitung er innehat. Seit 2006 ist er Vorsitzender der Akademie für patientenzentrierte Medizin (APAM e.V.).

Dr. Ottomar Bahrs ist Medizinsoziologe, Wissenschaftlicher Mitarbeiter der Abt. Medizinische Psychologie der Universität Göttingen, Vorstandsmitglied der APAM (Akademie für patientenzentrierte Medizin), Koordinator und Mit-Autor von: Qualitätszirkel in der Gesundheitsförderung und Prävention - Handbuch für Moderatorinnen und Moderatoren u.weiterer Publikationen.