



info@lebensberater.at

PSYCHE

ERNÄHRUNG

BEWEGUNG

Nr. 77 / Sep. 2021



© ezörner

**FVO Herz on Tour: Ausbildungsverordnung.....Seite 04**  
**Hitthaller/Pargfrieder/Freimüller: Mikrobiom.....Seite 05**  
**Neue Serie: Personen hinter den Instituten.....Seite 08**  
**Auszeichnung: „Interkulturelles Miteinander“ .....Seite 10**  
**Ulrich über Büntig: Unser Reich des Möglichen.....Seite 12**



ImpulsPro





<b>Vorwort: Achtsam mit uns selbst durch den Beratungsalltag</b>	<b>03</b>
<b>FVO Herz on Tour: Infoveranstaltungen zur neuen Ausbildungsverordnung</b>	<b>04</b>
<b>A. Hitthaller / D. Pargfrieder / R. Freimüller: Mikrobiom—Teil2 (EWI)</b>	<b>05</b>
<b>    Neue Serie: Menschen hinter den Instituten – Teil1 (LSB)</b>	<b>08</b>
<b>    Auszeichnung für ÖGL-Projekt „Interkulturelles Miteinander“(SAL)</b>	<b>10</b>
<b>        ÖGL-Upgrade zur Salutovisor/in® (SAL)</b>	<b>11</b>
<b>B. Ulrich über Wolf Büntig – Unser Reich des Möglichen (Gast)</b>	<b>12</b>
<b>    WB: B. Pachler – Auszeit- &amp; Ruhe-Oase Blumenstöckl (STK)</b>	<b>16</b>
<b>    WB: AGB: Upgrade Supervision / Trauerbegleitung (SBG/OÖ)</b>	<b>17</b>
<b>    WB: Villa Rosental – ExpertenLG Aufstellung / Krise / Paare (OÖ)</b>	<b>19</b>
<b>    WB: D. Kaiser / D. Lux – KompaktLG Paarberatung &amp; Sexualität (OÖ)</b>	<b>20</b>
<b>    WB: CLS – LG Stressmanagement / Paare / Frau-Sein (SBG/OÖ)</b>	<b>21</b>
<b>    WB: LSB Studio – ExpertenLG Supervision / Paare / Fachtraining (KTN)</b>	<b>22</b>
<b>    Literaturimpuls: P. Coehlo – Die Schriften von Accra</b>	<b>23</b>
<b>    Literaturimpuls: S. Keleman / W. Büntig – Lebe Dein Sterben</b>	<b>23</b>
<b>    Literaturimpuls: T. Petzold – Schöpferisch kommunizieren</b>	<b>24</b>
<b>Literaturimpuls: F. Patel – 53 Übungen f. Glück, Entspannung &amp; Achtsamkeit</b>	<b>24</b>
<b><i>Impressum und Redaktionsschluss</i></b>	<b>07</b>





## Achtsam mit uns selbst durch den Beratungsalltag

Liebe Kolleginnen und Kollegen!

Hat Sie der herbstliche Beratungsalltag wieder fest im Griff? Konnten Sie im Urlaub Ihre persönlichen Energien genügend gut auftanken? Der heurige Sommer war wettermäßig eher eigenwillig: Der Westen unseres Landes überwiegend feucht, der Osten hingegen extrem heiß und trocken. So war Anfang September bei meiner Assisi-Woche neben der Besinnlichkeit und der schönen Stadt, auch das konstant-sonnige 28° Wetter ein erholsamer Genuss.

Doch von vielen Seiten habe ich mitbekommen, dass die Ferienzeit alles andere als geplant verlief. Kurzfristige Betreuungsnotwendigkeiten verlangten rasches, flexibles Handeln, gar manche mussten von einem lieben Menschen überraschend Abschied nehmen oder waren durch eine eigene Verletzung oder plötzlich notwendige OP sehr belastet. Herausforderungen und Schicksalsschläge nehmen nur selten Rücksicht auf Urlaubsplanungen. Dazu kommt, dass die Corona-Krise uns alle seit Monaten auch emotional beansprucht hat. Achtsamkeit mit uns selbst und anderen gewinnt weiter an Bedeutung. Ganz einfache, doch sehr hilfreiche Übungen finden Sie in den Literaturimpulsen. Wichtig ist, dass wir uns täglich Zeit nehmen und auf die eine oder andere Art innehalten – auf die Art und Weise, die uns entspricht.

Das führt mich zum **großen Lehrtherapeuten Dr. Wolf Büntig**, den ich 2011 bei einem Salutogenese Symposium kennenlernen durfte, und alle Salutovisitor\*innen® wissen, wie sehr ich seine Arbeit schätze. **Dipl.Päd. Bernd Ulrich** schreibt über ihn einen berührenden Nachruf mit wertvollen Links zu seinem umfangreichen Wirken! Danke für diese wunderbaren Schätze zur Entfaltung des Möglichen in uns und anderen – auf dass jeder Mensch das werde, wofür er seit seiner Geburt angelegt ist!

**Mag.<sup>a</sup> Ariane Hitthaller, MSc, Mag.<sup>a</sup> Doris Pargfrieder und Roland Freimüller, MSc.** bieten Ihnen heute im zweiten Teil zur **Darm-Gesundheit** nützliche Ernährungsempfehlungen. Da unser **FVO Andreas Herz, MSc**, die Bundesländer bereist, um über die geplante Änderung der **Ausbildungsverordnung** zu informieren, starten wir eine Interview-Serie über die **Personen hinter den Instituten** – den Anfang macht das Ehepaar **Antje Goldgruber-Hantinger & Werner C. Hantinger**.

Die ganzen Corona-Maßnahmen haben unser **ÖGL-Projekt „Interkulturelles Miteinander“** bei der weiteren Umsetzung behindert, doch als wir in OÖ vom Landeshauptmann Anfang September einen **Anerkennungspreis** überreicht bekamen, hat uns das wieder neu beflügelt!

Sehr interessante, breitgefächerte **Weiterbildungsangebote** haben wir in SBG, OÖ, STK und KTN für Sie entdeckt. Viel Freude bei der Auswahl! Ergänzt werden die heutigen Themen wieder mit passenden **Literatur-Impulsen**.

Im Namen des ganzen Vorstandes  
**Wünsche ich Ihnen gute Anregungen aus  
 dieser Lektüre und eine achtsame Zeit durch den Herbst!**

**Elfriede Zörner**  
 Präsidentin der ÖGL

Foto: © ezörner



Elfriede Zörner  
 Präsidentin der ÖGL  
 Foto © Atelier Mozart



## Impulse aus dem Fachverband (Bundesvertretung)

# Infoveranstaltungen zur neuen Ausbildungsverordnung

**Aktuell tourt unser FVO Andreas Herz, MSc durch Österreich und informiert in den Bundesländern über die geplante Ausbildungsverordnung – Eine bedeutsame Veranstaltung für jede & jeden LSB!**



Seit Jahren bemüht sich die Standesvertretung um die Anpassung der Ausbildungsverordnung, die den Zugang zu Ausbildung und Gewerbe regelt. Mittlerweile brennt dieses Anliegen echt unter den Nägeln, da der „Nationale Qualifikationsrahmen“ (NQR) europaweit umgesetzt wird. Dieser NQR-Code bewertet einzelne Berufsgruppen nach ihrem Ausbildungsumfang. Das Bestreben unserer Berufsgruppe ist auf alle Fälle Level 6 (Bachelorebene) als Zuordnung für Lebens- und Sozialberater\*innen.

Diese Einstufung ist nicht nur für ein Angestelltenverhältnis von Bedeutung, sondern sie ist für alle LSB ein Indiz für die Anerkennung und öffentliche Wahrnehmung unserer gesamten Berufsgruppe.

Um diese Anerkennung gut nach außen zu transportieren zu können, wird das Gütesiegel „staatlich geprüft“ angestrebt. So könnten staatlich geprüfte Lebensberater\*innen ihre Befähigung analog zu einem akademischen oder einem handwerklichen Meister-Titel in Dokumente eintragen lassen und vor dem Namen führen!

Für die, die ihr Gewerbe bereits ausüben bzw. derzeit in Ausbildung sind, hat eine neue Ausbildungsverordnung keinerlei negative Auswirkungen – abgesehen von Übergangsregelungen, die ihnen langfristig eine Anpassung ermöglichen werden – kommt auch ihnen das aufgewertete Renommee der gesamten Berufsgruppe zugute.

Liebe Kolleginnen und Kollegen, erkundigen Sie sich in Ihrer Wirtschaftskammer nach dem Termin dieser interessanten Infoveranstaltung in Ihrem Bundesland und freuen Sie sich auf einen spannenden Abend mit guten Netzwerkmöglichkeiten!

**Denken Sie bitte auch daran, Ihre Kontaktdaten bei der Berufsgruppe und auch bei uns aktuell zu halten, denn nur so bekommen Sie zeitgerecht Informationen zu tollen Weiterbildungs- und Informationsveranstaltungen der Landeskammern und auch unser digitales LSB-Journal zugestellt! DANKE!**

Foto: ©WKÖ



## Ganzheitlich (Darm) gesund! – Artikel 2

### Die mikrobiom-freundliche Ernährung

Wie wir den Darm mit den richtigen Nährstoffen unterstützen

Ihr Autor\*innen Team: *Fotos: © privat*



**Mag.<sup>a</sup> Ariane Hitthaller, MSc**

Ernährungswissenschaftlerin,  
Salutovisorin®

[www.hitthaller.com](http://www.hitthaller.com)



**Mag.<sup>a</sup> Doris Pargfrieder**

Diplom-Lebensberaterin,  
Salutovisorin®

[www.dorispargfrieder.at](http://www.dorispargfrieder.at)



**Roland Freimüller, MSc**

Diplom-Lebensberater,  
Salutovisor®

[www.freiesleben.at](http://www.freiesleben.at)

### Unser Darm – die Wurzel der Gesundheit !?

Alte Naturheilkundler haben den Darm bereits vor langer Zeit als Wurzel der Gesundheit gesehen und auch die moderne Wissenschaft gibt dem Bauchgefühl immer mehr Bedeutung. Wir wissen heutzutage, dass es ein so genanntes Bauchhirn gibt, das auch eng mit unserem Gehirn zusammenarbeitet. Ein unausgeglichener Lebensstil, Krankheiten, Antibiotika-Einnahmen und vor allem auch Stress können das empfindliche Gleichgewicht in unserem Darm zum Schwanken bringen. Und so ist es heute gang und gäbe, dass Menschen, die zu uns in die Beratung kommen, über ein ungutes Bauchgefühl klagen. Aber was steckt dahinter und was können wir tun, um unseren

Darm zu unterstützen? Das Spektrum an Symptomen, die allesamt auch mit dem Darm in Verbindung stehen, ist groß und reicht von Allergien, Unverträglichkeiten, Blähungen, Durchfällen, Verstopfungen, erhöhter Infektanfälligkeit sogar hin zu Depressionen und Schlafstörungen.

Natürlich ist die Entstehungsgeschichte immer von mehreren Einflussfaktoren geprägt. Schafft man es aber den Darm zu unterstützen und zu heilen, so hilft das meist auch bei vielen anderen Symptomen und Unpässlichkeiten. Nur, wie geh' ich das an? Der Markt ist voll von Mittelchen, die eine Unterstützung des Darms anpreisen. Vieles wirkt leider nur bedingt. Die Forschung steckt zwar noch in den Kinderschuhen, aber ein paar Fakten kennt man schon. Helfende Bakterien, sogenannte Probiotika sind immer um uns herum und besiedeln im besten Fall auch in ausreichender Zahl unseren Darm. Es





gibt bereits Studien, die die positiven Effekte auf unsere Gesundheit belegen. Für die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit reichen diese Studien noch nicht aus.

Ein Versuch schadet auf keinen Fall und aus beruflicher Erfahrung können wir sagen, dass es vielen Menschen dadurch besser geht. Um wirklich zu wissen, ob etwas nur rausgeschmissenes Geld ist oder tatsächlich hilft, ist es ratsam einen guten Orthomolekular-Mediziner oder sachkundige Ernährungsberater\*innen aufzusuchen.

## Essen Sie bunt

Man kann aber auch mit der ganz normalen Ernährung schon einiges für seinen Darm tun. Viele natürliche Lebensmittel versorgen und mit hilfreichen Bakterien und Mikroorganismen. Dazu zählen zum Beispiel fermentierte Lebensmittel, wie Naturjoghurt und auch Sauerkraut oder Kimchi, Sauerteigbrot, Sojasauce, Miso-Suppen und vieles mehr. Das spricht wiederum für eine vielseitige Ernährung. Essen Sie bunt und quer durch den Gemüsegarten und möglichst naturbelassene Lebensmittel. Schlechte Bakterien können diese Prebiotika nicht verwerten. Von seriösen Ernährungsgesellschaften wird eine tägliche Aufnahme von 30 g Ballaststoffen empfohlen. In unseren Breiten kommen wir aber leider oft nicht einmal auf die Hälfte dieser Menge. Je weniger Ballaststoffe wir essen, desto größer kann der Konkurrenzkampf zwischen guten und schlechten Bakterien im Darm werden. Spargel, Knoblauch, Zwiebel, Petersilienwurzeln, Karotten, Roggen, Hafer und Co machen also durchaus Sinn, wenn sie täglich auf dem Speiseplan stehen.



## Synbiotika – Pre- und Probiotika in einem

Zudem wird in unseren Supermärkten auch Joghurt angeboten, das mit ganz bestimmten probiotischen Keimen angereichert wird. Die Frage ist nur, überleben die positiven Helfer die Magensäure, denn sie können nur dann wirken, wenn sie in ausreichender Zahl in unseren Darm gelangen. Diese Joghurts können einen positiven Effekt haben, allerdings nur, wenn sie regelmäßig gegessen werden. Unterstützt man den Darm dann zusätzlich mit prebiotischen Lebensmitteln (diese füttern unsere positiven Bakterien im Darm) so hat man ganz gute Chancen, tatsächlich positive Effekte zu erzielen. Besonders einfach und effektiv scheinen z.B. Synbiotika (das sind Pre- und Probiotika in einem), wie z.B. das gute alte naturbelassene (am besten ganz leicht auch selbstgemachte) Sauerkraut, auch tatsächlich bis in den Darm zu gelangen. Gut geschützt durch die festen Pflanzenfasern bleiben die Bakterien in solchen Synbiotika von der Magensäure zumindest etwas verschont. Zunächst ist es aber immer sinnvoll abzuklären, ob in unserem Darm bereits entzündliche Reaktionen vorkommen, die uns das Leben etwas schwerer machen. Ist man der Sache auf die Schliche gekommen, kann man für eine gewisse Dauer eine darmregenerierende Kost einhalten und danach mit den richtigen Lebensmitteln und eventuell auch passenden Probiotika die Darmflora wieder gesund aufbauen. Belohnt wird der Aufwand mit einem guten Gefühl, mehr Energie, besserer Stressresistenz, weniger Infektanfälligkeit und einem generell stabileren physischen und psychischen Wohlbefinden.





## Individuelle Ansprüche

Ein gesunder Darm ist mit vielen und unterschiedlichen probiotischen Bakterien besiedelt und das hilft uns in vielerlei Hinsicht. Wir können etwa unsere Nahrungsbestandteile besser aufnehmen und sind so besser mit Vitaminen und Mineralstoffen versorgt. Der Darm kann Schadstoffe besser ausscheiden und lässt Krankheitserreger viel weniger leicht durch. Es gibt bereits viele Hinweise, dass Probiotika bei Durchfällen gut helfen, gut für unser Immunsystem sind, einen möglichen Schutz gegen Allergien darstellen und bei Unverträglichkeiten helfen. Sogar eine Verbesserung der Situation von Typ 1 Diabetikern durch eine günstige Besiedelung der Darmflora wird diskutiert. Man sollte, wenn man zu einem Produkt greift, eines wählen, bei dem für das vorhandene Beschwerdebild die Wirkung bereits einwandfrei belegt ist. Und dann muss man selbst ein wenig Herumprobieren, bis man das Bakterium findet, das wirklich hilft. Wenn sich nach vier Wochen der Zustand nicht verbessert, sollte man einem anderen Produkt mit anderen Bakterienstämmen eine Chance geben.

Mehr über die Zusammenhänge zwischen Ernährung und Darmgesundheit erfahren Sie in der nächsten Ausgabe der Zeitschrift:

**Artikel Nr. 3/Ausgabe 78: Die moderne Symbiose Lenkung – Stressreduktion, Bewegung, Schlaf, Verbesserung des Immunsystems und Achtsamkeit als wertvolle Hilfsmittel für die Darmgesundheit**



Fotos: © ezörner

## Impressum

**Kontakt, Redaktion und Verteilerliste:**  
[office@oegl-lebensberater.at](mailto:office@oegl-lebensberater.at)

**Neue Datenschutzrichtlinien:**  
[www.oegl-lebensberater.at/oegl/kontakt.html](http://www.oegl-lebensberater.at/oegl/kontakt.html)

**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“

**Redaktionsschluss für die nächste  
Ausgabe ist der 20. November 2021!!**

Die in dieser Ausgabe mit (pr) gekennzeichneten Artikel sind kostenpflichtige Einschaltungen.

**Medieninhaber:**  
ÖGL Österr. Gesellschaft für Lebensberatung,  
ist ein gemeinnütziger Verein, in Kooperation mit der BG  
LSB d. WK gegründete Plattform für LSB mit dem Ziel, die  
Dienstleistungen der LSB als Säule der  
Gesundheitsvorsorge hervorzuheben.  
Hafnerstraße 16, 4020 Linz

**Post- und Zustelladresse:**  
ÖGL, c/o Elfriede Zörner, Seeschanze 1/6, 6900 Bregenz  
Für den Inhalt verantwortlich: [zoerner@life-support.at](mailto:zoerner@life-support.at)

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



Im Interview mit Doris Pargfrieder:

## Antje Goldgruber-Hantinger und Werner C. Hantinger, LSB Studio



### Das LSB Studio wurde 2012 gegründet – mit welcher Idee?

Wir waren zu Beginn auf der Suche nach Räumen für eine gemeinsame Praxis für die Beratung. Dann kamen immer mehr Menschen auf uns zu, die kurz vor Ende ihrer LSB Ausbildung waren oder kürzlich fertig wurden und baten uns, ob wir nicht die eine oder andere Methode nochmal erklären und praxisnah mit ihnen trainieren könnten. So begann die ersten Workshops und Trainings und die beiden Büroräumlichkeiten wurden zum „Studio“ umfunktioniert.

**„Wir haben ursprünglich nur Praxisräume gesucht!“**



### Wie habt ihr die Anfangszeit eures Instituts erlebt?

Wir sind mit der Idee gestartet, dass alle profitieren könnten und „der Markt“ nichts anderes sei als eine Gruppe wohlwollender Menschen. Das war durchaus etwas naiv gedacht, wie wir bald merkten. Heute suchen wir uns Kooperationspartner und auch unser Referent/innen-Team äußerst genau aus und legen größten Wert auf offenes, ehrliches und faires Miteinander. Auch bei der Zusammenstellung von Ausbildungsgruppen achten wir heute sehr genau darauf.

**„Wir legen größten Wert auf offenes, ehrliches und faires Miteinander“**

### Wie war / ist für euch als Institut die Corona-Zeit?

Dadurch, dass wir bereits vorher sehr gut digital aufgestellt waren, konnten wir auch in den Zeiten, wo Präsenzlehre nicht möglich war, sehr gut und professionell arbeiten. Es entstanden auch viele neue Projekte in dieser Zeit. Wir haben mittlerweile viele Lehrgänge und Ausbildungen auf hybrides Lernen umgestellt. Das ermöglicht auch eine Teilnahme für Personen, die gerade nicht vor Ort sein können – sei es weil sie nicht mobil sind, Kinder betreuen oder auch in Quarantäne bleiben müssen. Diese Teilnehmer/innen werden dann in den Seminarraum live zugeschaltet. Reine Online-Workshops sind ebenfalls entstanden, wie auch Vertiefungsmodule für Ausbildungen, die komplett online absolviert werden können.

## Das LSB Studio - Kurzportrait

Neben regelmäßigen Workshops und Seminaren findet man im Studio Fortbildungen aus den Bereichen Beratung & Training sowie die Ausbildung für Lebensberater/innen. Im Süden von Österreich vereinen sich Supervision für Einzelpersonen, Teams, Gruppen sowie Selbsterfahrung und systemische Lebensberatung. Gründungsjahr: 2012. [www.lsbstudio.at](http://www.lsbstudio.at)





**Auf der Website ist mir aufgefallen, dass ihr per „du“ ansprecht. Aus welchem Grund und wie sind die Erfahrungen?**

Unsere Kundinnen und Kunden sind bestehende oder zukünftige Kolleginnen und Kollegen – da sehen wir ein kollegiales Du als selbstverständlich an. Es spricht und arbeitet sich gemeinsam leichter und die Erfahrung damit ist sehr gut. Im ersten Kontakt halten wir es mit dem Ansprechen ganz situationsangepasst und „siezzen“ auch gerne mal.

**Was ist euch persönlich wichtig in der Arbeit?**

Für uns ist es ein wichtiges Anliegen, dass wir nicht nur qualitätsvolle Aus- und Weiterbildungen anbieten, sondern beim Lernen auch eine authentische Wohlfühlatmosphäre schaffen. Dazu gehören Menschen, die gute Stimmung ins Studio bringen, eine liebevolle Pausenversorgung und natürlich gute Musik. Wir haben selbst viele Stunden an Ausbildungen hinter uns und wir wollen keine langweiligen Powerpoints, keine monotonen Frontalvorträge und keine „Patschenpflicht“ – damit wollen wir nicht belästigt werden und das ist uns auch für unsere Gäste wichtig. Ein liebevolles Ambiente und ein cooles Miteinander sind für uns unabdingbar, damit alle eine gute Zeit haben.

**Privat seid ihr verheiratet und lebt als Patchwork-Familie. Euer Jüngster ist jetzt 6 - wie vereint ihr Job und Privatleben?**

Wir versuchen Familie und Beruf möglichst gut zu trennen – das gelingt nicht immer perfekt, aber mittlerweile sind wir da in guter Routine. In der Freizeit wirklich Qualitätszeit zu schaffen, hat sich dabei bewährt. Nach ganz stressigen Zeiten versuchen wir ganz bewusst, wieder mehr freie Zeiten einzuplanen.

**Welche Erfolgstitips habt ihr für Gründer/innen?**

Zuerst mal definieren, was „Erfolg“ ist – das ist nämlich hochgradig persönlich. Dann realistisch planen und sich (möglichst früh) ganz klar aufstellen – im Sinne von klaren Zielgruppen und Angeboten. In der Startphase mehr an Arbeitszeit und Aufwand für den Aufbau einplanen als gedacht – und noch ein wenig mehr als das. Viel Leidenschaft und Ehrlichkeit. Sich niemals „zu schade sein“, um das Klo zu putzen. Und selbstverständlich qualitätsvolle Arbeit und echtes Engagement im Tun.

**Vielen Dank für das Interview!**

09

Zur Interview-Serie

## Menschen hinter den Instituten

*Diese Interview-Serie will die Menschen hinter Instituten in den Fokus rücken. Ziel ist es, einen Impuls für Kooperation und Vernetzungen zu setzen und jungen Kolleginnen und Kollegen einen Einblick in die Praxis zu ermöglichen.*

*Doris Pargfrieder führt die Interviews. Sie ist Vorstandsmitglied der ÖGL und außerdem in freier Praxis in Linz tätig. Pargfrieder bietet Gesundheitscoaching, Ernährungs-, Mentaltraining und Lebensberatung mit Fokus auf die Ganzheitlichkeit.*

Kontakt zur Autorin:

**Mag.<sup>a</sup> Doris Pargfrieder**

Tel: +43 677 641 156 69

[kontakt@dorispargfrieder.at](mailto:kontakt@dorispargfrieder.at)





## „Interkulturelles MITEINANDER“

### ÖGL-Projekt wurde ausgezeichnet

**OÖ-Landeshauptmann Mag. Thomas Stelzer** verlieh Anfang Sep. 2021 der ÖGL den Anerkennungspreis der OÖ Vereinsakademie in der Kategorie „Projekte in den Startlöchern“ für das Projekt „Interkulturelles Miteinander“ im Bildungshaus St. Magdalena. Bereits umgesetzt wurde eine hochkarätige Podiumsdiskussion über Werte und Gemeinschaftsleben. Corona-bedingt verzögert hat sich die Fortsetzung des Projektes. Geplant ist nun die Arbeit in öffentlichen Kleingruppen in Schulen, Vereinen, Gemeinden und Firmen, die Menschen anregen soll, sich über gemeinsame Werte und deren Umsetzung im Alltag auszutauschen!



Den Auftakt bildete das **Podiumsgespräch** von namhaften Wissenschaftler\*innen und Repräsentanten, das am 23.10.2020 teils über Zoom, teils vor Ort abgehalten und aufgezeichnet wurde! Dieses Aufzeichnung kann auf [www.oegl-lebensberater.at](http://www.oegl-lebensberater.at) abgerufen werden.

In der Folge werden **bis Mitte 2022 Kleingruppen** aus kommunalen Gemeinschaften, Vereinen, Unternehmen, Interessensvertretungen, Schulen und anderen Bildungsinstitutionen eingeladen, sich unter **Anleitung von Diplom-Lebensberater\*innen** mit dem Thema „Interkulturelles Miteinander: Welche Werte sind uns gemeinsam wichtig?“ live an Arbeitstischen **im Sinne eines World-Cafés** zu befassen. Die Ergebnisse dieser Kleingruppen werden gesammelt und veröffentlicht.

Zwei der Podiums-Gäste, **Inge Patsch** und **Dr. Andreas Schnider** haben sich dankenswerter Weise bereit erklärt, für das Projekt bei Bedarf als **Fachbeiräte** zur Verfügung zu stehen.

Bei Interesse für dieses ko-kreative Arbeitsfeld ist nach wie vor eine Voranmeldung an [office@oegl-lebensberater.at](mailto:office@oegl-lebensberater.at) möglich!



#### LSBs vor den Vorhang:

**OÖ-Landeshauptmann Mag. Thomas Stelzer** mit Mitgliedern des ÖGL Vorstandes: **Elfriede Zörner**, **Ariane Hitthaller**, **Silvia Wieser**, **Michaela Grafenberger** und **Roland Freimüller** sowie mit **Obmann der Vereins-Akademie Günther Lengauer** (v.l.n.r.)

Bericht über die Preisverleihung: siehe [TIPS KW 37](#)

Fotos: © Vereinsakademie





## Salutovision® - TERMIN 2021 - Aviso 2022

### Ein gesundes Modell findet Anklang

Unter der ÖGL-Qualitätsmarke Salutovisor/in® arbeiten in ganz Österreich bereits über 135 Lebensberater:innen – und es ist eine Freude sie erfolgreich im Einsatz zu sehen. Alle die angeführten Personen haben ein Upgrade besucht und arbeiten speziell unter dem Gesichtspunkt der Salutogenese. Das heißt sie verstehen Gesundheit als einen für jeden Menschen subjektiven Prozess, der auch Krankheit beinhalten kann und in dem es gilt, das persönliche Kohärenzgefühl und Resonanzfähigkeit zu stärken: [www.oegl-lebensberater.at/oegl/salutovisoren.html](http://www.oegl-lebensberater.at/oegl/salutovisoren.html)

### ÖGL Upgrade zur/m Salutovisor/in®

Aaron Antonovsky, ein amerikanisch-israelischer Medizinsoziologe, hat vor etwa 35 Jahren das Wort Salutogenese kreiert, um unsere Aufmerksamkeit auf die Frage nach der Entstehung von Gesundheit zu lenken. Er selbst hat dazu schon intensiv geforscht und bemerkenswerte Ergebnisse herausgefunden.

Je ausgeprägter das Kohärenzgefühl einer Person ist, desto gesünder wird sie nach salutogenetischem Verständnis sein bzw. desto schneller wird sie gesund werden und bleiben.

Da die drei Fachbereiche von ImpulsPro (Lebensberatung, Ernährungsberatung u. Sportwissenschaftliche Beratung) mit ihren Dienstleistungen stark in der Gesundheitsprophylaxe arbeiten, bietet die ÖGL zur Spezialisierung ein Upgrade zur/zum Salutovisor/in® in Form eines 2tägigen Seminars an.

#### Fortbildungsinhalte des 2tägigen Upgrades:

Einstieg in das Werk Aaron Antonovsky's  
 Der dynamische Prozess von Gesundheit und Krankheit  
 Kohärenzgefühl mit den drei Komponenten Verstehbarkeit, Machbarkeit u. Sinnhaftigkeit  
 Attraktive Gesundheitsziele  
 Kommunikative Kohärenzregulation, Authentizität  
 Salutogenese als Orientierung und Haltung im Beratungsgespräch  
 Praktische Übungen



**Termine — zentral erreichbar für alle Bundesländer in OÖ, LINZ (immer eine Reise wert):**

**IN KLEINGRUPPE v. max. 6 Pers. unter Einhaltung der aktuellen Covid-19**

**Sicherheitsbestimmungen! FR 10:00 – 18.00 Uhr und SA 09:00 – 17:00 Uhr**

**FR 26.11. – SA 27.11.2021                      Aviso 2022: FR 27.05. – SA 28.05.2022**

insgesamt 16 Std. Weiterbildung gemäß Standesregeln, für insg. € 230,-

Lehrgangleitung: Elfriede Zörner, Diplom-Lebensberaterin, Salutovisorin®

#### Information und Anmeldung:

[www.oegl-lebensberater.at](http://www.oegl-lebensberater.at)    [office@oegl-lebensberater.at](mailto:office@oegl-lebensberater.at) oder

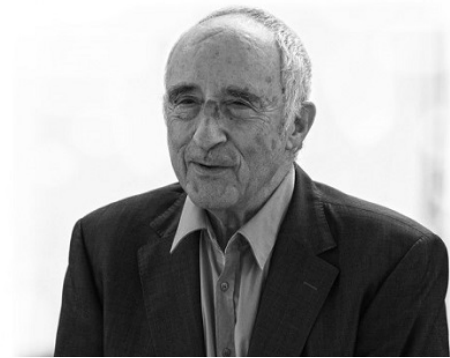
[zoerner@life-support.at](mailto:zoerner@life-support.at)                      M = +43 676 / 32 99 176



## Unser Reich des Möglichen Trauer und Dankbarkeit: Wolf Büntig ist gestorben

(\*17.09.1937 - † 14.08.2021)

**Gastartikel von Dipl.Päd. Bernd ULRICH,**  
Herausgeber AUDITORIUM NETZWERK,  
Mühlheim/Baden



Wir trauern um | We mourn for

Wolf Büntig

\* 17.09.1937 † 14.08.2021

**Wolf Büntig auf dem Anrufbeantworter:**

„In Praxisangelegenheiten erreichen Sie mich morgens von 8 Uhr bis 8 Uhr 15.

Private Nachrichten können auf Band gesprochen werden.

*Please leave a message after the beep.“*

Das ist die Ansage auf Wolf Büntigs Anrufbeantworter. Dass ich sie auswendig kenne, merkte ich erst, nachdem er gestorben war. Wir haben oft miteinander telefoniert.

**Wolf Büntig** war mein erster Lehrer in der Selbsterfahrung. Er hat mir neue Welten eröffnet. Das war 1987. Er gehörte zu den wichtigsten Menschen auf meinem Lebensweg. Er war ein anderer Mann - anders als viele, die ich bis dato kennengelernt hatte - er war einer aus der Generation der Väter stammend, der es geschafft hatte, nicht am Irrsinn des Zweiten Weltkriegs, an Naziterror und Nachkriegstrauma zu zerbrechen oder traumatisiert daraus hervorzugehen, um sein Trauma in der Folge unreflektiert an die nächste Generation weiterzugeben (oder auszutoben - so, wie mein Vater an mir und wie mein Großvater nach sieben Jahren russischer Gefangenschaft im Bleibergwerk in Sibirien eine Generation zuvor an meinem kleinen jungen Vater.)



Ich habe Selbsterfahrungskurse bei Wolf besucht, hatte immer mal wieder ein paar Stunden Einzeltherapie und habe ihn lange Jahre begleitet auf Kongressen, Vorträgen, Seminaren. Von 1990 bis 2013 war er der Veranstalter der Konferenz für Humanistische Medizin in Garmisch-Partenkirchen. Dort wurde unter anderem die Idee zu **Auditorium Netzwerk** geboren. Er selbst hat sich damals als "spirituellen Gastwirt" bezeichnet. Diese Bezeichnung ist mir in Erinnerung geblieben.



2010 waren wir zusammen in Manhattan/New York bei **Lawrence LeShan**, dem Pionier der psychologischen Krebstherapie/Psychoonkologie und haben 5 Tage lang aufgezeichnet. Das war ein toller Trip. Heute sind **die New Yorker Aufnahmen** das Vermächtnis dieser beiden Männer, denn Lawrence LeShan starb, wie ich erst jetzt erfuhr, still und von der Öffentlichkeit weitgehend unbeachtet, 100-jährig im November 2020.

Ich hab' Wolf oft angerufen, um zu fragen, ob wir seinen neuen Vortrag aufnehmen dürfen, oder um mir einen Rat zu holen. Sein ruhiges, abgeklärtes und großmütiges Wesen war für mich der reine Balsam.



Im letzten Jahr, seit ich wusste, dass er an Krebs erkrankt war, habe ich ihn dann auch oft angerufen, um zu schauen, wie es ihm gesundheitlich geht. Im April hatten wir uns verabredet. Ich wollte ihn nochmal sehen, wollte ins **ZIST** fahren, auch, um ihm meinen Dank für so Vieles auszudrücken, das mir durch ihn widerfahren war ... und auch, um Abschied zu nehmen und Lebewohl zu sagen, denn die Prognosen standen nicht so gut.

Einen Tag vor meinem Besuch im **ZIST** ([www.zist.de](http://www.zist.de)) hat er das Treffen dann verschoben. Er sagte, er sei völlig k.o., wenn er nur die Treppe hochgehe.

Dann, als ich ihn das nächste Mal anrief, war er voller Zuversicht und Pläne. Er hörte sich kräftig an, und ich dachte: "Der Mann ist noch mindestens zehn Jahre unter uns. Wir haben dann noch ein paar Mal telefoniert und ich habe ihn, der (und das wissen nur wenige) auch eine schüchterne Seite hatte, dann übers Telefon in den Arm genommen und ihm gedankt und ihn geherzt. Danach hörte ich, dass er einen unverschuldeten Autounfall hatte und es ihm schlecht ging. Und dann ... ja dann wurde mir berichtet, er sei gestorben. [Im Gedenken an Wolf Büntig \(Kurzfilm\)](#)

### Sehr geehrtes Auditorium,

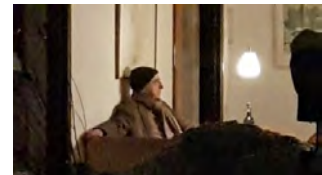
ich wäre nicht der Mann und Mensch, der ich bin, hätte ich Wolf Büntig in diesem Leben nicht kennengelernt, und ich danke dem Schicksal, dass ich in ihm einem Mann begegnen konnte, durch den in mir geweckt wurde, was da schlummerte, das ich dann u. a. durch **Auditorium Netzwerk** in die Welt brachte. **Potentialorientierte Psychotherapie**, so nannte er seine Arbeit.



Bei [Karlfried Graf Dürckheim](#) (der sein Onkel und Lehrer war) und bei Wolf hörte ich immer wieder, dass man am äußeren Vorbild, das in einem als Inbild eingebettete Potenzial als wertvoll erkennt und es entwickelt.

Was mir an Wolf Büntig unter anderem gefiel (ich habe Vieles lieben und schätzen gelernt), war sein Eingeständnis, wo er gescheitert und schuldig geworden ist im Leben. Ich erinnere einige Geschichten, die er über sich und seinen Weg durchs Leben auf Vorträgen und Seminaren, auf Kongressen, Abendveranstaltungen oder auch mal bei einem Glas Wein erzählte.

Eine davon geht so: Eines Tages bemerkte er, wie seine heranwachsenden Söhne sich an ältere Männer im **ZIST** gewandt hatten, um sich von diesen Rat und Gespräche zu holen. Das fiel ihm auf und er dachte, er würde seinen Söhnen etwas schulden und müsse dies nun auch tun und für sie da sein. Dann aber hielt er inne und verstand, dass er seinen Söhnen nichts schuldet. Er merkte, dass er verpasst hatte, für seine Söhne in dieser für sie wichtigen Zeit da zu sein. Da wurde er traurig.



Eine andere Begebenheit war, als er die Einladung, mit uns um Mitternacht aufs Empire State Building zu fahren, mit den Worten "Dank ich euch, aber ich hab Höhenangst" ablehnte.

Mit Wolf Büntig verlieren wir eine wichtige Stimme in der Psychotherapie und einen wichtigen und weisen Lehrer in der Selbsterfahrung. Ich verliere einen Mann, an den ich mich immer wenden konnte und der mir, aus der Fülle seines Lebens schöpfend, immer wieder geholfen hat, meinen Weg zu finden.

Weise ältere Männer sind so wichtig für die Gesellschaft und auf eine besondere Weise noch mehr für jüngere Männer und ... wir haben so wenige davon. Die beiden großen Weltkriege haben ganze Männergenerationen dezimiert.

Umso mehr bin ich jetzt froh, früh erkannt zu haben, wie äußerst hilfreich seine Aufnahmen sind und wie hilfreich das ist, was er mal als "alles ehrlich zusammengelitten" bezeichnet hat.





Wolf, Du fehlst mir so sehr, und ein Teil von mir kann es noch gar nicht fassen, dass ich Dich nie mehr treffen, herzen oder mit dir sprechen kann. Oder einen neuen Vortrag von Dir genießen darf.

Aber so ist es im Leben, die Pioniere treten ab, wir rücken nach, um dann auch irgendwann abzutreten. Es ist alles nur geliehen und muss zurückgegeben werden.

Es war schön, dass ich Dir begegnet bin, Wolf.

Oder, um es mit [Bert Hellinger](#) zu sagen:



"Ich lebe noch ein Weilchen, werde deine geistige Arbeit weiter am Leben halten und unter die Menschen bringen und beizeiten an die nächste Generation weiterreichen und dann ... dann komme ich auch."

Wolf Büntig ist auf dem Friedhof in Iffeldorf begraben, das ist in der Nähe des ZIST. Gleich neben der kleinen Kapelle, wie man mir sagte.

Ich werde bald dorthin reisen, um ihn zu besuchen, und während ich das schreibe, merke ich, dass es mich ein wenig tröstet, ihn dort anzutreffen.

Zum Tod von **Wolf Büntig** haben wir uns im Auditorium Netzwerk entschlossen, alle Aufnahmen, die wir von ihm im Archiv haben, plus alle Aufnahmen, die wir von seinem Onkel und Lehrer **Karlfried Graf Dürckheim** haben, in einer einmaligen

➤➤➤ [Sonderausgabe auf USB-Stick zum Sonderpreis](#)

herauszugeben - **ausschließlich als USB-Stick.**



Von jedem verkauften [USB-Stick](#) gehen 5 Euro als Spende an [ZIST e.V.](#)

**Wir wollen diesen für Menschen so wichtigen Ort in der schwierigen Zeit des Übergangs damit unterstützen.**

Ihnen allen dort draußen, die an den Brennpunkten der Gesellschaft so wichtige Arbeit machen, kann ich nur empfehlen, diesen Stick im Regal zu haben. Wolfs Arbeit hilft privat und beruflich. Auch wenn er körperlich nicht mehr unter uns ist, so haben wir ihn doch noch auf unserem Weg mit dabei, solange wir über ihn sprechen und ihn hören.

"Wo zwei oder drei versammelt sind in meinem Namen, da bin ich mitten unter ihnen."  
(Jesus von Nazareth)

Unten habe ich einige wichtige Aussagen von Wolf Büntig aufgelistet, die ich entweder selber gehört habe oder die ich dem [Kondolenzbuch](#) auf der ZIST-Website [www.zist.de](http://www.zist.de) entnommen habe.

Nehmen Sie sich etwas Zeit und lesen Sie in dem Kondolenzbuch, was Menschen über ihre Begegnung mit Wolf Büntig geschrieben haben. Es öffnet das Herz und berührt.

Ich habe letzte Woche noch mal Wolf angerufen. Wollte noch mal die Ansage hören. Es war nur noch ein tut, tut, tut, tut, tut, tut ... zu hören.

Traurig  
Bernd Ulrich-Buff



## Zitate von Wolf Büntig:

*Nie prinzipiell, immer persönlich.*

*Meditation ist Selbstbeachtung.*

*Verdrängen ist körperliche Arbeit und macht krank.*

*Wer etwas Besonderes werden will, ist nur mittelmäßig.*

*Es ist vergebliche Liebesmüh, das Schicksal der Eltern zu mindern.*

*Man(n) nimmt seine männliche Kraft vom Vater, oder man hat sie nicht.*

*Erwachsene geben, Kinder nehmen und wollen.*

*Die Entschiedenheit und Gerichtetheit kommen vom Vater oder nie.*

*Stille ist nicht die Abwesenheit von Lärm, sondern eine Präsenz, die man kaputt machen kann.*

*Nur die Mutter gibt es einmal, Frauen gibt es viele.*

*Es macht einsam, immer der Beste sein zu wollen.*

*Wer glaubt Recht zu haben, dem kann man nichts geben.*

*Es muss dem Sünder etwas kosten, aber es darf auch keine Rache sein.*

*Solange ich Vorstellungen vom anderen habe, liebe ich ihn noch nicht.*

*Aggression ist ein Hin zu, was gut tut, Abwehren, was schadet, Weggehen, was giftig ist.*

*Auf Unschuld pochen ist Kinderkram. Erwachsene sind schuldfähig.*

Fotos: © Auditorium Netzwerk



### Film der Woche des Auditorium Netzwerks

zeigt ca. 30 Minuten der Aufnahme

### "Gespräch über seinen psychotherapeutischen Ansatz"

**Eines der besten Gespräche mit Wolf Büntig über seinen psychotherapeutischen Ansatz**

**Klicken Sie rein!**





## Willkommen in der Auszeit- und Ruhe-Oase tiny lavender house Blütenstöckl

Liebe Auszeit- und Erholungs-Suchende!

Als Kind habe ich oft **Streifzüge über Naturwiesen und durch den Wald** unternommen und mich an der reinen Luft aufgetankt. Ich bin gerne am Waldrand sitzen geblieben. Stundenlang. Die Sonne brach durch die Baumwipfel und veranstaltete ein Funkenspiel zwischen der Spiegelung der Zweige, die sanft im Wind wogten.

**Ein ruhiges Idyll**, an dem die Zeit stehen zu bleiben schien.

Seither gehört der **Wald** zu meinen persönlichen Ruheorten. Ganz besonders, wenn er jenem Wald ähnelt, der nur noch eine verschwommene Erinnerung ist. Weit weg davon **träumte ich oft davon**, wie es wohl wäre, ein **kleines Häuschen** an so einem Platz zu bauen und flüchtete in Gedanken an diesen **Ruheort**, wann immer der Alltag von mir Besitz ergreifen wollte.

**Heute ist es Wirklichkeit geworden:** Dieser Ort existiert wirklich, aber eigentlich noch viel schöner als ich es mir erträumt hatte! Inmitten des **Steirischen Thermen- und Vulkanlandes**, eine Gegend, die bisher vor allem bei Wein-, Rad- und Thermalwasserfreunden bekannt ist. Sie wird auch die Steirische Toskana genannt. Nur ist es schöner!

Wer sich nach einer **wahrhaftigen Auszeit** sehnt und merkt, dass die innere Ruheoase durch die Ablenkung des Alltags verblasst - dem sei unser **tiny lavender house Blütenstöckl** herzlich empfohlen! Doch auch für alle Fans von Natur, wilden kulinarischen Sinneserfahrungen und viel mediterranem Lebensgefühl ist der kleine Hof ein großer Herzens-Tipp. **Herzlich willkommen** im tiny lavender house Blütenstöckl!

Deine Gastgeberin

**Brigitte Pachler**

A-8354 St. Anna am Aigen / Gießelsdorf 8

Steirisches Thermen- und Vulkanland

+43 (0)664 1453607

b.pachler@gmx.at

tiny lavender house Blütenstöckl

*\*33m<sup>2</sup> für Pärchen zwischen Wald und Wiese\**

<https://www.bluetenstoeckl.at/>







## UPgrade Supervision - 2022

### Professionelle Beratung in Organisationen



Anerkannte Weiterbildung für Lebens- und Sozialberater\*innen (Psychologische Beratung) zur Aufnahme in den Expert\*innenpool der WKO (in Verbindung mit Praxistätigkeit)

Unterstützen Sie die Reflexion des beruflichen Handelns für Supervisand\*innen mittels Klärungsprozessen für Rollen- und Beziehungsdynamiken in Organisationen oder Teams. Modultemen: Grundlagen - Team- und Gruppensupervision – Organisationsdynamiken und Organisationsentwicklung – Konflikte in der Supervision – Einzelsetting begleiten.

**Der AGB-Lehrgang Supervision** vermittelt gestaltsystemisches Wissen und Handwerkszeug für die Durchführung von Supervision in Organisationen. Weiterbildung gemäß Tätigkeitskatalog der Lebens- und Sozialberatung.

**Zielgruppe:** Psychologische Berater\*innen und interessierte Menschen, die Einzelpersonen, Teams und Gruppen supervisorisch begleiten wollen.

**Methoden:** Methodenvielfalt fördert lebendiges, erwachsenengerechtes Lernen. Profitieren Sie von mehreren Trainer\*innen die Expert\*innen ihres Fachgebietes sind! Hohe Lernqualität durch unterschiedliche Lernzugänge.

**5 Module** (Modul 1 und 5 wird ergänzt durch online Einheiten) zu je 20 AE  
1.-2. April, 5.-7. Mai, 9.-11. Juni, 25.-26. November 2022

**Ort:** 5310 Mondsee

**Investition:** Euro 2.040,- (Lehrgangsteilnahme, Unterlagen) Kursförderungen möglich!

#### Information und Anmeldung:

Mag. Daniel Gajdusek-Schuster

+43 664 5310542 Mail: [d.schuster@agb-seminare.at](mailto:d.schuster@agb-seminare.at)



Akademie für Gruppe und Bildung  
[www.agb-seminare.at](http://www.agb-seminare.at)



## TRAUERBEGLEITUNG

Abschied, Verlust und Trauer kompetent begleiten



„Leben heißt Veränderung“,  
sagte der Stein zur Blume und flog davon.

**Anerkannter Fortbildungslehrgang für Lebens- und Sozialberater\*innen (Psychologische Beratung) zur Aufnahme in den Expert\*innenpool der WKO RA-LSB FL-TB 006.0/2019**

Das Leben konfrontiert uns mit Verlusten und Abschieden. Der Tod von lieben Menschen löst Trauer aus. Situationen der Lebensveränderung wie Alter, Krankheit, Trennung, Arbeitsplatz – oder Wohnortwechsel führen zu vergleichbaren psychischen Reaktionen. Unterstützender Beistand und professionelle Begleitung wirken für Betroffene hilfreich und heilsam.

**Der AGB-Lehrgang Trauerbegleitung** vermittelt ein umfassendes Grundlagenwissen über Trauerprozesse, lädt zur Auseinandersetzung mit eigenen Abschiedserlebnissen ein und qualifiziert zur kompetenten und einfühlsamen Krisenbegleitung.

**Zielgruppe:** Psychologische Berater\*innen und interessierte Menschen, die Phasen von seelischer Verunsicherung, Verletztheit und Trauer kompetent begleiten wollen.

**Methoden:** Jedes Modul wird von 2 erfahrenen Trainer\*innen geleitet, die unterschiedliche Lernzugänge ermöglichen und eine hohe Lernqualität gewährleisten. Abwechslungsreiche und aktivierende Methoden fördern lebendiges, erwachsenengerechtes Lernen mit wertschätzender, einfühlsamer Haltung.

**4 Module** je 25 UE, 27.-29. Jänner, 10.-12. März, 07.-09. April, 16.-18. Juni 2022  
Bildungszentrum St. Benedikt, Seitenstetten

**Trainer\*innen:** Franz Moser, Diana Reitenbach, Renate Schneidhofer, Martina Stollhof

**Information und Anmeldung:**

Mag.<sup>a</sup> Renate Schneidhofer, 5020 Salzburg, Anton-Hall-Straße 7  
Tel.: +43 650 4301177, [r.schneidhofer@agb-seminare.at](mailto:r.schneidhofer@agb-seminare.at)



Akademie für Gruppe und Bildung  
[www.agb-seminare.at](http://www.agb-seminare.at)

18 (pr)



## Spezialisieren Sie sich und werden Sie Experte/in!



### Praxislehrgang für Aufstellungsarbeit

Aufstellungen sind eine hochwirksame Methode, um in kürzester Zeit verborgene Dynamiken und daraus resultierende Handlungs- und Verhaltensweisen sichtbar zu machen. Besonderes Augenmerk wird im Lehrgang auf die systemische Entwicklungsanalyse jedes Menschen von der Geburt bis zum 7. Lebensjahr gelegt, da sich daraus viele Lebensthemen ergeben. Das praktische Arbeiten im Einzel- und Gruppensetting wird erlernt. **Eintrag in den Expertenpool der WKO möglich!**

**6 dreitägige Module, Nov. 2021 bis Sept. 2022**



### Gesundheitsbild® nach Dr. Harry Merl

Mit der intuitiven Methode „Das Gesundheitsbild®“ kann jeder Mensch lernen, eine Zielvorstellung der eigenen Gesundheit zu visualisieren und abzurufen. Dr. Harry Merl - „Vater der Familientherapie“ - hat die Methode entwickelt und sein Enkel - Luca Merl, MSc - stellt es praktisch vor. Das Gesundheitsbild ist leicht erlernbar und vielfältig anwendbar. Die Intervention kann auch herangezogen werden um Vergebungsarbeit zu leisten, Probleme zu lösen, Ziele zu erreichen, Entscheidungen zu treffen, Lebensweg zu finden, Selbst-Supervision, ... 7-stündige Fortbildung

**26. November 2021 von 9 - 16 Uhr**



### Weiterbildung Krisenintervention

Um Menschen in akuten Beziehungs- und Lebenskrisen weiterhelfen zu können, ist Fachwissen im Bereich Krisenintervention unerlässlich. Neben dem Erkennen verschiedener Formen von Krisen werden auch Krisendynamiken, -verläufe, mögliche Folgen, Interventionen und die Grundlagen der Gesprächsführung in der Krisenintervention thematisiert. Der Lehrtrainer Mag. Andreas Urich geht auch die Fragen der TeilnehmerInnen ein und zeigt viele nützliche Tools aus der täglichen Praxis.

**6./7. Dezember 2021 und/oder 24.- 26. Jänner 2022**



### Keine Angst vor der Arbeit mit Paaren

Die „Bewusstlosigkeit in der Beziehung zu sich selbst“ führt zur Beziehungslosigkeit in der Paarbeziehung! Wie kann es gelingen, Paare von dem Weg einer „bewusstlosen“ Beziehung, in ein respektvolles, authentisches Miteinander zu begleiten - unabhängig davon ob das Paar zusammenbleibt oder ob es sich trennt?

Lernen Sie viele Tools kennen, um Ihre Kompetenz und Ihren Methodenkoffer mit Paaren zu erweitern. (als 16-stündige Fortbildung anrechenbar)

**15.- 16. November 2021 von 9 - 17 Uhr**



**BILDUNGSHAUS  
VILLA  
ROSENTAL**

Fachwerk für Stressprävention,  
Familien- & Erwachsenenbildung

T: 07613 45000  
M: office@institutthuemer.at  
H: www.institutthuemer.at



19 (pr)



## Beziehungen in Bewegung

### Kompaktlehrgang Paarberatung & Sexualität

Start am 15. März 2022 in Linz

**Berechtigt zur Aufnahme in die Expert\*innenliste für Paarberatung  
des Fachverbandes Personenberatung und Personenbetreuung**

Liebe, Sexualität und Partnerschaft befinden sich in einem Wandlungsprozess. Alternative Beziehungsformen abseits traditioneller Bindungen nehmen zu. Gleichgeschlechtliche Paare, Regenbogenfamilien, Polyamorie, Cybersex, Living Apart Together, Online-Dating, Patchworkfamilien u.v.m. ergänzen die klassischen Paar- und Familienmodelle. Das ist auch für uns Berater\*innen eine Herausforderung.

Ziel des Lehrganges ist es, den Teilnehmer\*innen sowohl praxisorientierte Methoden und Werkzeuge für die Arbeit mit Paaren an die Hand zu geben als auch ein Verständnis für neue Lebens- und Liebesformen zu vermitteln.

Uns ist ein persönlicher, vertrauter Rahmen wichtig. Daher arbeiten wir in einer kleinen Gruppe von maximal 10 Teilnehmer\*innen mit dem Fokus auf handlungs- und erlebnisorientiertem Lernen. Jede\*r Teilnehmer\*in eröffnet sich durch das eigene Erproben in Kleingruppen und durch die Möglichkeiten zur Selbsterfahrung die Chance, persönlich zu wachsen und eine individuelle beraterische Kompetenz zu entwickeln.



Doris Kaiser  
[www.doriskaiser.com](http://www.doriskaiser.com)



Klaudia Lux  
[www.kalumed.at](http://www.kalumed.at)

Inhalte und Termine auf [www.beziehungen-in-bewegung.at](http://www.beziehungen-in-bewegung.at)

20 (pr)



Anmeldung und Info: 07227/20972  
www.cls-austria.at office@cls-austria.at

Fortbildungslehrgang für Diplom-Lebensberater\*innen sowie Absolvent\*innen gleichwertiger Ausbildungen

## STRESSMANAGEMENT & BURNOUTPRÄVENTION

5020 SALZBURG Kolpinghaus

4 Module zu je € 375 / Beginn am 27. Jänner 2022

Lehrgangsleiterin **OLGA KESSEL** (Diplom-Lebensberaterin (Expertin für Stressmanagement, Supervisorin, Trainerin, Diplom-Gesundheits-Krankenpflegerin)

- Wie kann Prävention gelingen?
- Welche effektiven Methoden unterstützen Menschen wieder entspannter und lustvoller zu leben?
- Welche Rolle spielen dabei Bewegung und Ernährung?

Für ein modernes, effektives Stressmanagement bedarf es ganzheitlicher Ansätze. Daher begleitet Sie ein Team von Experten\*innen aus den Bereichen Medizin, Ernährungswissenschaften, Sportwissenschaften, Salutogenese und Psychotherapie durch den von uns angebotenen und zertifizierten Lehrgang.

Fortbildungslehrgang für Diplom-Lebensberater\*innen sowie Absolvent\*innen gleichwertiger Ausbildungen

## INTEGRATIVE PAARBERATUNG

4553 SCHLIERBACH/OÖ SPES-HOTEL

4 Module zu je € 375 / Beginn am 17. März 2022

Lehrgangsleiter **Mag. H. Jörg Schagerl** (Diplom-Lebensberater, Pädagoge, Supervisor)

Allgemeine Beratungserfahrungen und Techniken aus dem Coaching greifen zumeist zu kurz, um Paare in diesen schwierigen Übergangsphasen professionell begleiten zu können.

Der zertifizierte Vertiefungslehrgang der CLS bietet den Teilnehmer\*innen der Fortbildung paargerechte, integrative Beratungstechniken an. Systemische-, hypnosystemische-, verhaltenstherapeutische-, logotherapeutische-, körperorientierte-, sexualtherapeutische- und psychodramatische Zugänge werden praxisnah vermittelt und über Demobeispiele eingeübt. Im Zentrum stehen dabei die Bedürfnisse, die Ressourcen und die Entwicklungsmöglichkeiten der Ratsuchenden.

CLS-Seminar in OÖ/Mühlviertel, 20. bis 22. Mai 2022

## Mein FRAUsein – entdecken, leben & genießen

Das **Wellness-Hotels AVIVA** in St. Stefan/Afisl bietet uns ein wunderbares Ambiente, um diese Zeit bewusst zur Erholung und zum Auftanken zu nützen. Durch Impulse und erfahrungsorientiertes Üben bergen wir die Schätze in uns, um unserer weiblichen Identität nachzuspüren, um persönliche Visionen zu entdecken und uns dem Frau sein bewusst zu widmen.



21 (pr)



Oktober 2021 bis März 2022:

## Zertifikatslehrgang Supervision

Komplexe Situationen erfordern ein hohes Maß an Professionalität, wie auch solide fachliche Kenntnisse über organisatorische Zusammenhänge und gruppendynamische Prozesse. In diesem Lehrgang lernst du die Theorie aber auch DICH als Supervisor/in näher kennen. Deine USP. Deine Haltung. Denn Haltung hält!

Alle Infos jetzt unter [www.lsbstudio.at/sv](http://www.lsbstudio.at/sv)



Oktober 2021 bis März 2022:

## Diplomlehrgang Paarberatung

Du willst die Paarberatung in dein Portfolio aufnehmen und hast Lust auf die Arbeit in den Themenfeldern Beziehung und Sexualität? In diesem Lehrgang holst du dir fundiertes Wissen und viele Methoden. Finde dein Alleinstellungsmerkmal und entdecke mit uns diese spannende Nische.

Alle Infos jetzt unter [www.lsbstudio.at/paar](http://www.lsbstudio.at/paar)



November 2021 bis April 2022:

## Zertifikatslehrgang Fachtraining

Du willst künftig professionelles Training anbieten, oder als Trainer/in für Seminar-Anbieter arbeiten? Du möchtest ein Zertifikat als Fachtrainer/in nach dem international gültigen Verfahren der ISO 17024 in Händen halten? Dann willkommen!

Infos unter [www.lsbstudio.at/ft](http://www.lsbstudio.at/ft)

22 (pr)



## Paulo Coelho

### Die Schriften von Accra

Vor den Toren Jerusalems steht das überlegene Heer der Kreuzritter, die im Morgengrauen angreifen werden. Es wird wahrscheinlich die letzte Nacht sein, die die bisher friedlich zusammenlebenden Muslime, Juden und Christen in ihrer Stadt Jerusalem erleben werden. Die meisten schärfen ihre Waffen. Doch ein kleines Grüppchen alter und junger Männer und Frauen versammelt sich um einen Fremden, der einst in Athen aufgebrochen war, die Welt zu erobern, und in Jerusalem einen Schatz fand, den ihm keiner mehr rauben kann: die Antworten auf die großen Fragen der Menschheit.

In dieser magischen Nacht, als alles verloren scheint, antwortet der weise Kopte auf die Fragen dieser Menschen, die über die Jahrtausende immer wieder gestellt werden und auch angesichts der bevorstehenden Niederlage nicht an Bedeutung verlieren: Fragen über das Leben und den Tod, über Liebe, Freundschaft, Erfolg, Schönheit,...

Coelho bekam von einem Freund eine Abschrift der Nag Hamadi Papyrus Schriften geschenkt. Die 700 Jahre alten Originaltexte dieser Apogryphen (Texte, die nicht

offiziell in die Evangelien aufgenommen wurden) stammen aus dem zweiten Jahrhundert nach Christi Geburt.

**Verlag Diogenes, 1. Edition (27. August 2014) Eur 9,90**  
**ISBN 978-3257242829, Taschenbuch, 192 Seiten**

## Stanley Keleman (Autor) Wolf Büntig (Übersetzer)

### Lebe Dein Sterben

#### Reflexionen über Abschied und Neubeginn

"Unsere eigene Sprache zurückzugewinnen und neu zu formen, will dieses Buch uns lehren. Von Stürzenden und Scheintoten, die überraschend überlebten, wissen wir, dass im Fallen - an der Grenze zwischen Leben und Tod - ihr ganzer Lebenslauf vor ihnen ablief, wie ein Stummfilm, rückwärts. Keleman lädt uns ein, mit der Bestandsaufnahme nicht zu warten bis zu unserem letzten Fall, sondern heute anzufangen, uns wahrzunehmen in unserem Erleben, loszulassen vom sicheren Gewohnten, die mit Unsicherheit und Chaos verbundenen Gefühle zuzulassen, fühlend Abschied zu nehmen vom Überholten, uns einzulassen auf das Unbekannte, uns zu öffnen für neuen Eindruck und neuen Ausdruck; zu vergehen, um zu werden." (Wolf Büntig im Vorwort)

"Dies ist kein Handbuch zur Sterbevorbereitung. Vielmehr liefert der Körpertherapeut Stanley Keleman uns hier so etwas wie eine Philosophie des Sterbens, die zugleich eine des Lebens ist. Danach ist das Leben eine Reise durch

viele Schleifen der Selbstbildung, durch viele ‚kleine Sterbeerlebnisse‘, die in den Wendepunkten des Lebens offenbar würden: dem ersten Schultag, der ersten Arbeitsstelle, der ersten sexuellen Begegnung, dem Tod eines Nahestehenden usw. In diesen Wendepunkten, die immer auch von den Gefühlen des Abschieds und des Verlustes gezeichnet seien, könnten wir lernen, unser ‚großes Sterben‘ zu durchleben und es angemessen zu gestalten." (Obsen, ekz)

**Verlag: iskopress; 8. Edition (1. Dezember 2012)**  
**ISBN: 978-3894034092, gebundene Ausgabe, 160 Seiten, Eur 19,13**



## Theodor Dierk Petzold

### Schöpferisch kommunizieren

#### Aufbruch in eine neue Dimension des Denkens

Schöpferisch kommunizieren beginnt mit einem Denken in Resonanz zur schöpferischen Natur. In einer Zeit, in der die ökonomisch getriebene Technik droht, unsere Lebensgrundlage zu zerstören, wird es erforderlich, das Denken zu reflektieren, das in diese Sackgasse der menschlichen Evolution geführt hat.

TD Petzold bleibt nicht bei dieser Metareflexion stehen, sondern ordnet auf dem Hintergrund eines neuen umfassenden Verständnisses von Information und Energie schöpferische Denkweisen wie Logiken des Informierens. Daraus folgert er Kommunikationsweisen, mit denen wir unsere gesunde Entwicklung in der Zukunft bewusst und kokreativ mitgestalten können – in Resonanz mit unseren Umwelten.

Petzold ist Arzt für Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren, mit Europ. Cert. f. Psychotherapy (ECP), Lehrbeauftragter für Allgemeinmedizin an der Medizin. Hochschule Hannover. Er ist Gründer und Leiter des Zentrums für Salutogenese in Bad Gandersheim. Jahrelang war er Vorsitzender des Dachverbandes für Salutogenese. Petzold entwickelte die Salutogene Kommunikation Salkom®, eine auf attraktive Gesundheitsziele und hilfreiche Ressourcen ausgerichtete Gesprächsführung.

**Verlag: Gesunde Entwicklung; 1. Edition (13. Juli 2021)**  
**ISBN: 978-3981392296, Paperback, 265 Seiten, Eur 17,-**



## Frederik Patel

### 53 Übungen für mehr Glück, Entspannung & Achtsamkeit

#### In einer modernen Welt

Vermisst du manchmal den Zauber des Besonderen? Bist du ab und an unzufrieden, aber weißt nicht wieso? Fühlst du dich oft gestresst? So geht es uns allen ab und an. Diese 53 einfachen, aber kraftvollen Übungen, die auf dem buddhistischen Konzept der Achtsamkeit basieren, schenken dir Ruhe, Zufriedenheit und den Fokus auf das JETZT.

Achtsamkeit lässt dich ins Leben eintauchen - und sind wir voll im Hier und Jetzt, spüren wir Ruhe und Zufriedenheit: Wir sind entbunden von dem Stress, der durch zukünftiges entsteht, und befreit von den Bürden, die uns die Vergangenheit beschert.

Durch stetige Reflexion, die in den schriftlichen Übungen gefördert wird, kannst du die Achtsamkeit zu einem festen Bestandteil deines Alltags machen. Denn du findest zu den meisten Übungen Fragen, die du in den dafür vorgesehenen Zeilen beantworten kannst.

**Verlag: Independently published (25. Jänner 2020)**  
**ISBN: 979- 8604209998, Taschenbuch, 136 Seiten, Eur 14,71**