



info@lebensberater.at

PSYCHE

ERNÄHRUNG

BEWEGUNG

Nr. 90 / Dez. 2024



© ezöiner

Helga Gumplmaier: Integrationsprojekt Kochen....Seite 04

Elke Waldner: Herausforderung: Pflege!....Seite 07

Kurt Fleischner: Aufstellen - Wenn das Wunder anklopft....Seite 09

Karin Klinger-Vogel: Trias des Wohlbefindens....Seite 11

SPOWI Andrea Hütthaler: Selbstfürsorge - Zeit für sich....Seite 14

Bernhard Moritz: Upgrade Bachelor Professional....Seite 19



ImpulsPro





Vorwort: Jedem Ende wohnt der Zauber des neuen Anfangs inne?	03
Helga Gumpfmaier: Beim Kochen kumman d'Leit z'samm (SAL)	04
Elke Waldner: Herausforderung: Pflege! (LSB)	07
Kurt Fleischner: Wenn das Wunder anklopft... (LSB)	09
Karin Klinger-Vogel: Trias des Wohlbefindens (LSB)	11
Andrea Hütthaler: Die Kunst sich Zeit für sich zu nehmen (SPOWI)	14
Franz Landerl: Am Ball zu bleiben // Geförderte Supervisionen (LSB)	16
Bernhard Moritz: Vom Suchen und Finden des beruflichen Weges (LSB)	19
Netzwerk-Impulse – Info der WKO: Kleinunternehmerregelung ab 2025	25
Netzwerk-Impulse – Markus Neuhaus: Podcast „Beraterkiste“	26
WB: ÖGL Upgrade Salutovision® (SAL)	29
WB: Villa Rosental – LSB Neu / Mediation / Profiling / Paarberatung (OÖ)	30
WB: KBW Tirol – Uni for Life: Bachelor-Upgrade Psychosoz. Beratung (VGB/T/SBG)	31
WB: CLS – Uni for Life: Bachelor-Upgrade Psychosoz. Beratung (OÖ/NÖ/STMK)	32
Literatur-Impulse – Th.D. Petzold: Kokreativ gesund entwickeln	34
Literatur-Impulse – Ingfried Hobert: Der Resilienz-Kompass	34
Literatur-Impulse – Helga Gumpfmaier: Beim Essen kumman d'Leit z'samm	35
Literatur-Impulse – Kurt Fleischner / Fabian Fuchs: Wenn das Wunder anklopft	35
Literatur-Impulse – Benita Cantieni: Lebenslang beweglich und kraftvoll	36
Literatur-Impulse – Kathleen Feldwald: Demenz erkennen und verstehen	36
Literatur-Impulse – B. Buchberger: Auf dem Weg zur bewussten Naturgesellschaft	37
Literatur-Impulse – Der Mensch: Salutogenese: Orientierung inmitten von Krisen	37
Literatur-Impulse – G. Roth & A. Ryba: Coaching, Beratung und Gehirn	38
Literatur-Impulse – Rupert Federsel: Jenseits der Worte	38
	<i>Impressum</i> 08





Jedem Ende wohnt der Zauber des neuen Anfangs inne?

Liebe Kolleginnen und liebe Kollegen!

Wir feiern die 90. Ausgabe dieser digitalen Zeitung – wer hätte das in den Anfängen gedacht, dass sich unser Fachjournal so gut entwickelt? Die Grundidee einer eigenen LSB-Zeitung kam von NÖ-Kollegen, doch ihre Printausgabe mussten sie leider wegen der hohen Kosten rasch einstellen. Da ich meine EDV-Affinität bereits mit der Idee plus Umsetzung der Lebensberater-Homepage eingebracht hatte, wunderte sich niemand über mein Vorhaben, eine digitale LSB-Zeitung herauszubringen. Daher beginnt mein Vorwort mit einer Assoziation an Herman Hesses Gedicht „Stufen“: Wenn Gewohntes, Bekanntes, Lieb-Gewonnenes sich verändert, kann dies irritierend, verunsichernd wirken und doch zeigt sich, dass nur durch Veränderung, etwas Neues wachsen, gedeihen kann. Meist tauchen dann Fragen auf: Wie viele Wurzeln benötigen wir, um auch Flügel entwickeln zu können? Wie viel Geborgenheit brauchen wir und wie viel Freiraum zur Entfaltung? Wie viel Nähe und wie viel Distanz? Wie viele bekannte und wie viele fremde Begegnungen? Wie viel Erfahrung und wie viel Neugier und Unbefangenheit? Wie viel Alltag und wie viel Festtag? – Wir brauchen immer beides, die Anspannung und die Entspannung, um im Fluss des Lebens zu sein. Auf die individuelle gesunde Mischung kommt es an.

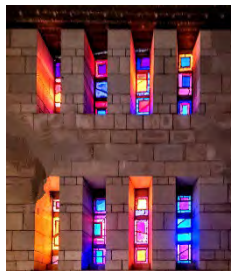
Von all dem können Sie viel in dieser Ausgabe entdecken. Kollegin **Mag.^a Helga Gumplmaier** erzählt von ihrem Projekt „Beim Kochen kumman d`Leit z`samm“, **Mag.^a Elke Waldner** und **Mag.^a Andrea Hütthaler** verweisen darauf, dass gesunde Pflege **gesunde Selbstfürsorge** bedingt. Gut passt dazu der Bericht von **Karin Klinger-Vogel, MSc** über die **Trias des Wohlbefindens**. Nicht alles, was wirkt, lässt sich derzeit wissenschaftlich beweisen; **Kollege Kurt Fleischner** bringt seine Erfahrungen aus der Aufstellungsarbeit ein. Der Artikel von **Mag. Franz Landerl** zeigt, wie sehr unsere Dienstleistung geschätzt wird und damit **neue Kundenkreise** eröffnet. Viele Möglichkeiten aus der **neuen LSB-Befähigungsverordnung** sucht und findet **Bernhard Moritz, MSc**. Selbstverständlich geht es am Jahresende um weitere **Vernetzungsmöglichkeiten, interessante Weiterbildungen und Lesestoff für 2025!**

Der bevorstehende Jahreswechsel führt mich wieder zum Ende, dem ein Zauber des Anfangs inne liegt: Nach gut 24 Jahren darf ich nun mit viel Dankbarkeit und Freude den **ÖGL-Vorsitz** in jüngere Hände legen: **Karim Hübler-Hegazy, MSc MA** übernimmt die Präsidentschaft, ihm zur Seite stehen **Mag.^a Ariane Hitthaller, MSc** und **Florian Huemer, MA** als die beiden Vizes – unterstützt von einem erweiterten Team. Viel Erfolg für den neuen Vorstand, der sich in der nächsten Ausgabe präsentieren wird!! Mit der **Salutovision®** und in der Zeitung werde ich auch künftig noch ein bisschen spürbar sein. 😊

Zum Schluss den ganzen Satz aus Hermann Hesses „Stufen“: Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe bereit zum Abschied sein und Neubeginne, um sich in Tapferkeit und ohne Trauern in andre, neue Bindungen zu geben – und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Lesen,  und eine frohe Weihnachtszeit sowie viel Freude für 2025 !

Elfriede Zörner, Past-Präsidentin der ÖGL



Fotos: © ezörner

Elfriede Zörner
Past-Präsidentin d. ÖGL

Foto © Atelier Mozart



Neuwahl: ÖGL-Vorstand
GV im Kultur-Café Vielfalt
www.oegl-lebensberater.at





Wenn ein Herzensprojekt Wirklichkeit wird: “Beim Kochen kumman d`Leit z´ samm” – ein Kochbuch als Integrationsprojekt

Von Mag.^a Helga Gumplmaier, Oberösterreich

Ich freue mich sehr hier, mein Herzensprojekt vorzustellen. Verwirklicht in meiner Heimatgemeinde Zell am Moos, am schönen Irrsee. Ein Kochbuch zur Vielfalt unserer Gesellschaft, entstanden aus der Notwendigkeit Menschen unterschiedlichster Herkunft in einer kleinen Gemeinde am Land zu integrieren, Ängste zu reduzieren, Verständnis für das Fremde und Kommunikation mit dem anderen zu fördern.

Zell am Moos ist eine kleine Gemeinde am Irrsee am Rande des Salzkammerguts. Der See ist Naturschutzgebiet, ca. 1600 Menschen wohnen hier und mitten im Dorf steht ein Flüchtlingsquartier. In diesem Ort hat sich eine bunte Vielfalt an Menschen aus fast 40 Nationen angesiedelt. Täglich begegnen sich hier Menschen aus aller Welt – allein der größte Arbeitgeber des Ortes öffnet seine Türen für über 20 verschiedene Nationalitäten.

Schon seit vielen Jahren, angefangen in den Tagen der Jugoslawienkrise in den frühen 1990er Jahren, dient der "Schnitzelwirt" in Zell am Moos als gastfreundliches Refugium für Flüchtlinge. Viele der heimisch gewordenen Neubürgerinnen und Neubürger sind als Flüchtlinge oder auch als Arbeitsmigrant:innen angekommen, haben Arbeit gefunden und wurden in der Gemeinschaft aufgenommen. Sie stammen aus den Wirren des Jugoslawienkonflikts, den Nachfolgestaaten der einstigen Sowjetunion, neuerdings aus Afghanistan, Syrien, Palästina, Nigeria und der Ukraine.

Die Anziehungskraft unserer Region hat aber auch immer mehr Menschen aus dem europäischen Umfeld, aber auch aus anderen Regionen Österreichs an den Irrsee gelockt. Wohlstandsmigration trifft auf Fluchtmigration. Alle bringen auch einen Schatz mit: Rezepte ihrer heimatlichen Küche.



Die Menschen, die bei uns leben, haben eine Geschichte, ob hier geboren, ob aus anderen Ländern und Regionen zugewandert, und sie haben Familie. Ihr Weg nach Zell am Moos bzw. ins Mondseeland ist höchst individuell. Und alle, die ihn gegangen sind, bereichern die Region mit Rezepten aus der Heimat. Auch „Zuagroaste“ aus anderen Gegenden Österreichs bringen ihre Küche mit. In Verbindung mit der traditionellen örtlichen Kochkultur ergibt dies ein köstliches Buffet, das seinesgleichen sucht. Meine Intention war es, dieses Buffet zu „eröffnen“ und damit die Vielfalt des Ortes sichtbar und bewusst zu machen.



Begonnen haben wir mit einem „Weltenküchestand“ beim traditionellen, jährlichen Dorffest. Kostproben aus verschiedensten Ländern, gekocht von den Flüchtlingen im Schnitzelwirt, unterstützt von türkischen, ungarischen, rumänischen Zugewanderten, feilgeboten gegen freiwillige Spenden für Deutschkurse und Unterstützungsangebote für Geflüchtete, fanden reißenden Zuspruch. Der Auftritt der Geflüchteten, der Migrantinnen und Migranten beim Dorffest zeigte ein immenses Potenzial für das gegenseitige Kennenlernen und die gelungene Integration.

Von da an reifte meine Idee die Lebensgeschichten und Rezepte der Heimatländer in einem Buch zusammenzuführen. Zu Hilfe kam mir da meine Kernkompetenz als Lebens- und Sozialberaterin, meine vom Herzen kommende Neugier auf Menschen.

Jeder „Neuheimische“ dieses Ortes trägt eine sehr individuelle Geschichte mit sich. Eine Geschichte von einer fernen Heimat, von Familienbanden, von einem abenteuerlichen Lebensweg, der sie schließlich nach Zell am Moos geführt hat. In lebhaften Gesprächen und Vor-Interviews, auch beim jährlichen Weltenküchestand des Dorffestes in Zell am Moos wurde deutlich, dass Kulinarik und Genuss eine verbindende Rolle spielen.

Stellvertretend für die einheimische Bevölkerung band ich den Goldhaubenverein ein, dessen Credo **Menschlichkeit – Miteinander – Füreinander** lautet. Sie trugen bäuerliche Rezepte und Geschichten bei. Der verbindende Wert der Goldhauben- und Kopftuchgruppe, nämlich einerseits die Tradition zu pflegen, sie aber andererseits mit der Gegenwart zu verbinden und Neues zuzulassen, passt hervorragend zur Intention von Integration. Unterstützend und begleitend wirkte auch der Verein „Mondseeland hilft“, der 2023 mit dem OÖ. Integrationspreis ausgezeichnet wurde. Als Integrationsbeauftragte der Gemeinde bin ich selbst Mitglied und unterstütze bei Kontakt zu Behörden und Arbeitssuche. Die Mitglieder des Vereines nehmen eine wichtige Funktion in den Integrationsbemühungen der Gemeinden der Mondsee-Irrsee-Region ein. Sie wirken ehrenamtlich in Deutschkursen für Geflüchtete und Vertriebene, sowie in der Vermittlung von Werten und gesellschaftlichen Belangen.

Es war Intention der intensiven, ehrenamtlichen Vorarbeit die kostbaren Rezepte und (Lebens-) Geschichten in einem Kochbuch zu vereinen und zu präsentieren, als eine inspirierende Quelle, die die kulinarischen, aber auch persönlichen Horizonte erweitert. Die Gemeinde sollte mit dem Buch auch ein Werk zur Verfügung bekommen, durch das sie sich bei Gemeindebürger:innen und Öffentlichkeit als „bunter“ und offener Lebensraum präsentieren kann.

In einem Förderansuchen, um die Gestaltung und den Druck zu ermöglichen formulierte ich die folgenden Ziele:

- **Förderung der Integration durch den Austausch von Esskulturen.**
- **Schaffung von Gesprächs- und Austauschmöglichkeiten sowie Förderung der Integration durch gemeinsames Kochen und Essen.**
- **Anerkennung und Würdigung der vielfältigen kulturellen Hintergründe der Zuwanderer, dadurch erfahren die Beteiligten auch persönliche Wertschätzung ihrer Herkunft.**





- Betonung und Präsentation der kulturellen Vielfalt in unserer Region.
- Es erweitert Perspektiven und ermöglicht den Blick über den Tellerrand.
- Das Projekt erzielt eine regionale Wirkung, indem es Menschen unterschiedlicher Herkunft zusammenführt. Es regt an, neugierig aufeinander zuzugehen, anstatt kritisch zu beäugen.
- Die Hintergrundgeschichten von Migration und Flucht, Familientraditionen und Kindheitserinnerungen fördern das gegenseitige Verständnis zwischen Einheimischen und Zugroasten.
- Die Einnahmen aus dem Verkauf des Kochbuchs kommen der Unterstützung weiterer Integrations- und Sozialprojekte der Gemeinde und der Betreuung von Geflüchteten zugute.

Die auf wertschätzende Art Eingeladenen und offiziell über die Gemeinde Angesprochenen verliehen ihrer Freude dadurch Ausdruck, dass sie mir die Küchen und Herzen öffneten. Unzählige Einladungen zum Kochen und Essen waren die Folge, in deren Rahmen ich berührende (Lebens-)Geschichten erzählt bekam.

So berührt es zu lesen, dass die Frau aus dem Iran ebenso von der Oma die Rezepte lernte wie die seit Generationen hier Ansässige. Dass auch der waschechte Zell-am-Mooser eine Fluchtgeschichte, nämlich die seiner Eltern, zu erzählen hat, wie der Syrer, Palästinenser oder die Frau albanischer Abstammung. Das Buch macht Gemeinsamkeiten sichtbar: Flucht, Liebe, Arbeit, das sind die Hauptgründe die eigene Heimat zu verlassen. Kochkultur ist das Stück Heimat, das jede/r im Herzen mitnimmt. „Ich habe selbst zu kochen begonnen, weil ich wieder einmal etwas Orientalisches zwischen den Zähnen wollte“ war die treffende Aussage eines der Proponenten. Oder eine andere: „Marokkanisch kochen ist für mich eine Reise in die Heimat und retour, ohne in den Flieger zu steigen“. Auch der Lungauer, den die Liebe an den Irrsee geführt hat, kehrt kochenderweise immer wieder in seine Berge zurück.



Eine der häufigsten Rückmeldungen, die wir bekommen, ist: „Es ist mehr als ein Kochbuch, am spannendsten sind die Geschichten der Menschen! Wir können es nicht glauben, dass so viele unterschiedliche Menschen bei uns wohnen.“

Autorin:

Mag.^a Helga Gumplmaier,

Psychosoziale Beratung – Coaching – (Lehr)Supervision

Arbeitsschwerpunkte: Wertschätzende und einfühlsame Begleitung bei Lebensübergängen, beruflichen und persönlichen Krisen, Selbstwertstärkung, Neuorientierung, Förderung von Kreativität und Lebenswegplanung. Achtsame und wertschätzende Begleitung von Starter:innen im Beruf der psychosozialen Beratung. Helga Gumplmaier lebt und arbeitet in Zell am Moos.

Weitere Infos: **INTEGRAL – Das Institut für Leben und Raum** www.lebenundraum.at

Siehe auch Literatur-Impulse „Beim Essen kumman d’Leit z’samm“

Fotos: © H. Gumplmaier



Herausforderung: Pflege!

Von Mag.ª Elke Waldner, Kärnten

Mensch im Vordergrund gilt für beide Seiten

Die Diagnose einer schweren Erkrankung oder Behinderung ist ein Schock – ab der Minute, in der das Endgültige ausgesprochen wird, ist nichts mehr, wie es war. Das gilt für den betroffenen Menschen, aber auch für die Angehörigen, seien es in Partnerschaft lebende Personen, Eltern oder Geschwister. Vor allem für jene, die mit der erkrankten oder behinderten Person direkt zusammenleben, ändert sich das Leben einschneidend. Die veränderte Lebenssituation führt auf unterschiedlichen Ebenen zu Konsequenzen, die mitunter auch existentiell werden können. Selbstverständlich liegt das Hauptaugenmerk vorerst auf Behandlung, Therapie und auch Sicherung der Existenz. Im Mittelpunkt steht die Person, um sie dreht sich nun alles, das Mitgefühl gilt dem betroffenen Menschen, dessen Wohl an vorderster Stelle steht. In dieser Krise braucht es Begleitung, Auffangen, Linderung der körperlichen und auch seelischen Schmerzen. Es ist gut, wenn Worte gefunden werden, wenn zugehört werden kann und vielleicht auch Zuversicht ihren Platz findet, wenn die betroffene Person nicht auf die Diagnose reduziert wird, sondern der Mensch im Vordergrund steht.

Das Zentrum des Tuns, Denkens und Handelns ist die Erkrankung oder Behinderung, mitunter wird der gesamte Tagesablauf danach neu ausgerichtet. Dies geht auch an die Substanz der betreuenden und begleitenden Angehörigen. Eigene Bedürfnisse werden hintangestellt – ja, daran auch nur zu denken, fühlt sich egoistisch und selbstsüchtig an. Ist es nicht der erkrankte Angehörige, der leidet? Darf man dann so undankbar sein und für sich selbst auch noch etwas brauchen? Die meisten denken nicht einmal daran, dass ihre Kraft einmal erschöpft sein könnte, sie verbieten sich zu jammern und funktionieren für die Person, die sie lieben und für die sie voll und ganz da sein wollen.

Ressourcen sind nicht unerschöpflich! Sich ausgebrannt und hilflos zu fühlen, ist mehr als zulässig. Ja, sogar Jammern darf mitunter sein, das Gefühl, das Schicksal meine es nicht gut mit einem, kann auftauchen. Vielleicht verspürt man auch so etwas wie Aggressionen, Wut, Zorn, Ärger, weil man der Situation manchmal so machtlos gegenübersteht. Spätestens an diesem Punkt sollten sich betroffene Angehörige nicht schlecht fühlen für ihre Gedanken, sondern sich diesen Emotionen, der Erschöpfung und der Überforderung stellen, sie vor sich selbst zugeben – es ist nicht mangelnde Fürsorge dem anderen gegenüber, sondern mangelnde Fürsorge für sich selbst, die dazu geführt hat.

Pflegende und betreuende Angehörige brauchen Selbstfürsorge!

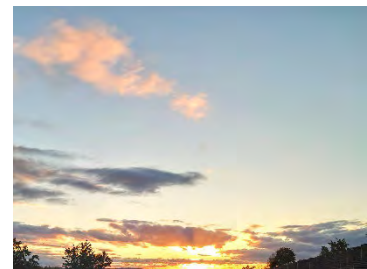
Reflexion der eigenen Bedürfnisse, sich selbst wichtig und ernst nehmen, darauf achten, wo die persönlichen Grenzen sind und diese auch schützen, sind wichtige Bausteine dafür, in der herausfordernden Situation selbst nicht krank zu werden. Das bedeutet nicht, die Personen, die Hilfe brauchen, im Stich zu lassen, sondern gut für sich zu sorgen, um möglichst lange auch gut für betroffene Angehörige da sein zu können. Ich kann nur etwas



geben, wenn ich etwas zu geben habe – bin ich leer und verbraucht, kann ich auch nicht mehr für andere da sein.

Was kann in dieser Situation hilfreich sein?

Der erste Schritt ist Klarheit darüber, dass man gut auf sich selbst schauen darf. Vielleicht gibt es die Möglichkeit, ein Gespräch in der Familie zu führen und die Bedürfnisse zu klären. Es gibt Angebote, die für Entlastung sorgen können. Miteinander finden sich dann vielleicht Lösungen, wie es allen gut gehen kann. Manche brauchen kleine Auszeiten für Spaziergänge, Wanderungen, Shoppen, Kino oder Treffen im Freundeskreis u.v.m. Andere wiederum sind bei einer psychosozialen Beratung gut aufgehoben, in der sie einerseits über ihre Sorgen und auch Ängste sprechen und andererseits Stärkung für sich selbst erreichen können. Das Wichtigste ist, nicht stillschweigend zu dulden, dass die Kraft ausgeht – das ist kein Zeichen der Schwäche, sondern ein Zeichen, dass die belastende Hochleistungsphase zu lange dauert und alleine nicht bewältigbar ist. Wenn wir eine tatsächliche Last tragen müssen, die zu schwer für uns ist, dann holen wir uns Hilfsmittel oder fragen andere um Unterstützung. Genau das Gleiche gilt für psychische und mentale Lasten – wir psychosozialen Lebensberaterinnen und Lebensberater sind dafür ausgebildet, Menschen zu begleiten und zu unterstützen, um gute Wege für einen gesunden Umgang mit den herausfordernden Situationen des Lebens zu finden.



Autorin:

Mag.^a Elke Waldner ist Psychologin, zertifizierte Arbeitspsychologin, Diplom-Mentalcoach, Lebens- und Sozialberaterin, Familienberaterin, Salutovisitorin®; Mitglied im erweiterten ÖGL-Vorstand. Sie lebt und arbeitet in Klagenfurt, zu ihren Beratungsschwerpunkten gehören Kommunikation, Stressbewältigung, Work-Life-Balance, Burn-out-Prävention für Berufstätige und Familien.

Weitere Infos: www.elkewaldner.at

Fotos: © Elke Waldner / ezörner

Impressum

Kontakt, Redaktion und Verteilerliste:
office@oegl-lebensberater.at

Neue Datenschutzrichtlinien:
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. Feb. 2025!!

Die in dieser Ausgabe mit (pr) gekennzeichneten Artikel sind kostenpflichtige Einschaltungen. Diese Zeitschrift erscheint ausschließlich digital: In den Monaten **März, Juni, Sep, Dez.**

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

Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit mit einem jährlichen Unkostenbeitrag von mind. € 25 auf ÖGL-Konto IBAN: AT34 1500 0007 2105 9087





„Wenn das Wunder anklopft...“

Ungewöhnliche Phänomene in Aufstellungen

Von Kurt Fleischner, Wien

Zugegeben: Auf den ersten Blick gleicht eine Aufstellung mitunter mehr schamanischen Initiationsritualen als herkömmlichen Techniken aus dem Methodenkoffer von Berater:innen und Therapeut:innen. Häufig werden im Aufstellungsfeld Themen und Dynamiken viel schneller sichtbar als in herkömmlichen Verfahren, darin liegt das große Potential dieser Methode, aber ebenso bei unsachgemäßem Umgang ihre Gefahr.

Darüber hinaus lassen sich in Aufstellungen immer wieder Phänomene beobachten, die nur schwer erklärbar sind. Sehr häufig berichten Anliegensteller:innen davon, dass Repräsentant:innen im Modellsystem der Aufstellungen die gleichen Worte und Sätze verwenden wie die Personen aus dem Familiensystem, die sie repräsentieren. Es tauchen in Aufstellungen auch regelmäßig Informationen auf, über die Repräsentant:innen im Vorfeld nicht unterrichtet wurden, ja selbst Familiengeheimnisse, von denen die Anliegensteller:innen selbst nichts wussten, stellen sich bei nachträglichen Recherchen in der überwiegenden Mehrzahl als richtig heraus.

Wunder und Lösungen

Die scheinbare Unerklärbarkeit derartiger Phänomene ist einer der Gründe dafür, warum diese Methode oft ins „Esoterische Eck“ gestellt wird. Es braucht, mit dem Blick auf Aufstellungen, jedoch keineswegs esoterischen Erklärungsmodelle. Auch wenn es bisher keine konsistente, wissenschaftliche Theorie zu den beschriebenen Phänomenen gibt, existieren Erklärungsansätze, wie etwa jene von Prof. Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer oder die des englischen Biologen Rupert Sheldrake, die von der Existenz eines nicht-lokalen Feldes ausgehen, in dem Information eingelagert ist, und die beschriebenen Wirkungen als Resonanz- oder Rückkoppelungsphänomene eines solchen Feldes zu erklären versuchen.

Auch in der Zeit unmittelbar nach einer Aufstellung passieren mitunter merkwürdige Dinge. Klient:innen berichten immer wieder von Veränderungen in ihrem sozialen Umfeld. Derartige Begebenheiten kommen in einer Häufigkeit vor, die es einem rational denkenden Menschen nahezu verunmöglichen, sie als Zufall abzutun. Es scheint so zu sein, dass die Elemente eines Systems miteinander verbunden sind, so dass, wenn sich ein Teil eines Systems bewegt, auch andere Teile in Bewegung geraten können.

Unterschiedliche Haltungen

In der Welt der System- und Familiensteller trifft man hinsichtlich dieser Themen unterschiedliche Haltungen an. Da gibt es neben jenen Aufsteller:innen, die sich in ihren Erklärungsversuchen an esoterischen Modellen orientieren, solche, die die Wichtigkeit betonen, die beschriebenen Phänomene mit wissenschaftlichen Mitteln zu beforschen. Schließlich gibt es noch die „Pragmatiker“, die die Methode, jenseits des Anspruchs ihre Wirkungen erklären zu können, nutzen. Unter dieser Gruppe finden sich nicht wenige Fachleute, die aus dem universitären Bereich kommen. Sie äußern oft die Ansicht, jede Aufstellung wäre an sich so etwas wie ein wissenschaftliches Experiment, jedoch eines, das



sich unter anderem deshalb schwer wissenschaftlich beforschen und einordnen lässt, weil es sich nicht wiederholen lässt und sich deshalb dem wissenschaftlichen Anspruch der Wiederholbarkeit von Experimenten entgegenstellt.

Körpererfahrung

Welche Erklärungen gibt es für die – in vielen Fällen so tiefgehende – Wirkung von Aufstellungen? Im unbewussten inneren Bild nehmen die Kräfte des Familiensystems oft unbemerkt Einfluss auf unser Leben. In Aufstellungen wird diesen Bildern Gestalt gegeben, dadurch wird es häufig möglich, dem Familienschicksal seine unbewusste Macht zu nehmen und neue Potentiale freizusetzen. Aus meiner Sicht ergibt sich ein Teil der intensiven Wirkung auch daraus, dass ressourcenarme Zustände aus der Familiengeschichte oder der persönlichen Lebensgeschichte ins Bild kommen und fehlende Referenzerfahrungen, wie beispielsweise von Sicherheit und Geborgenheit oder Kraft, ausgeglichen und gewissermaßen nachträglich „implantiert“ werden. Auf diese Weise wird Klient:innen ein neuer, konstruktiverer Blick auf das eigene Leben und die Welt möglich. Ein weiterer Grund für die kraftvolle Wirkung von Aufstellungen ist der Umstand, dass es darin weniger um das kognitive Verstehen von Problemen geht als vielmehr um das Erleben auf einer Ebene der Körpererfahrung.

Autor:

Kurt Fleischner ist Sozialpädagoge, Lebens- und Sozialberater und Lehrtrainer für Systemische Aufstellungen. Er lebt und arbeitet in Wien.

Weitere Infos: www.fleischner.at

Siehe auch Literatur-Impulse: „Wenn das Wunder anklopft...“

Foto: © Kurt Fleischner

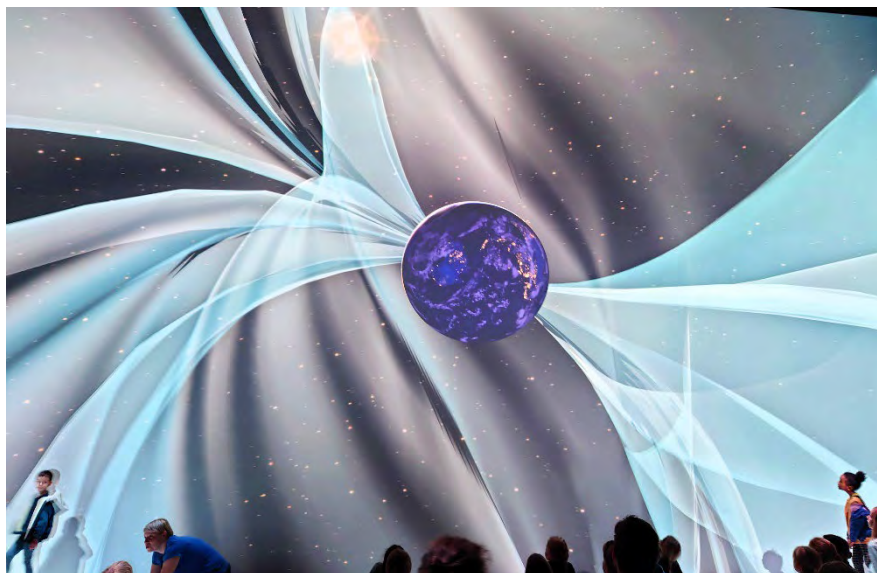


Foto © ezörner: AEC Deep Space



2. VBG-Impulsveranstaltung BEWEGEN.BILDEN.WACHSEN Ein ganzheitlicher Ansatz für Wohlbefinden

Trias des Wohlbefindens: Positive Psychologie, Ernährung und Bewegung

Von Karin Klinger-Vogel, B.A., MSc, Vorarlberg

Am 2. Oktober 2024 kamen Fachleute und Interessierte zur zweiten Impulsveranstaltung der Reihe BEWEGEN.BILDEN.WACHSEN. im Federmannsaal des Bio-Restaurants Moritz in Hohenems zusammen. Das Thema „Trias des Wohlbefindens: Positive Psychologie, Ernährung und Bewegung“ bot dabei eine hervorragende Grundlage, um innovative Ansätze und aktuelle Entwicklungen im Bereich der Gesundheitsförderung zu beleuchten.

Herzlicher Auftakt

Nach einer herzlichen Begrüßung durch **Fachgruppenobfrau Monika Frick** führte **Claudia Koch, Ernährungsberaterin** nach der Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), mit einer kurzen Einführung in diesen Ernährungsansatz in das Thema ein. Sie vermittelte, wie durch eine typgerechte Ernährung das innere Gleichgewicht gestärkt und das allgemeine Wohlbefinden nachhaltig gefördert werden kann. Ihre Ausführungen schufen ein gutes Fundament für den weiteren Verlauf des Abends.

Anschließend führte **Mag. Anita Nesensohn-Österle, sportwissenschaftliche Beraterin**, die Teilnehmenden in eine praktische Übung aus dem Cantienica-Training ein. Diese Methode, die auf Körperhaltung und bewusste Bewegung fokussiert, zeigte eindrucksvoll, wie wichtig die Körperwahrnehmung für die physische und psychische Gesundheit ist. Die Übungen regten dazu an, Bewegungsmuster zu hinterfragen und neu zu entdecken, was ich als inspirierend und anregend empfand.



V.l.n.r: GF Nicole Albrecht-Kirchler, BA / Claudia Koch/ Mag. Anita Nesensohn-Österle /FGO Monika Frick,MSc / Bertram Strolz

Bertram Strolz über Positive Psychologie und systemische Ansätze

Der Höhepunkt der Veranstaltung war der Vortrag von Bertram Strolz, Gründer der Akademie für Positive Psychologie und erfahrener Psychotherapeut. Strolz legte in seinem Vortrag einen besonderen Fokus auf die Verbindung von Gestalttherapie, Neurowissenschaften und Persönlichkeitsentwicklung. Dabei hob er hervor, wie die Komponenten des PERMA-Modells – Positive Emotionen, Engagement, Beziehungen, Bedeutung und Erfüllung – als Grundlage für ein erfülltes Leben dienen können. „Beziehung, Beziehung, Beziehung“ lautete sein Mantra, das den bedeutenden Stellenwert zwischenmenschlicher Verbindungen für das Wohlbefinden unterstrich.

Strolz vermittelte zudem, wie Neurotransmitter wie Dopamin, Endorphin und Serotonin durch gezielte Aktivitäten, wie Bewegung oder Dankbarkeitsübungen, positiv beeinflusst werden können. So wies er auf das „BERN-Modell“ (Behaviour, Exercise, Relaxation, Nutrition) hin,



das als ganzheitlicher Ansatz für psychisches und physisches Wohlbefinden dient und sowohl in der Beratung als auch im persönlichen Leben eine wertvolle Orientierung bietet.

Die Bedeutung positiver Emotionen und eine Übung in Dankbarkeit

Strolz betonte die wichtige Rolle positiver Emotionen als Regulativ für den Umgang mit Stress und Belastungen im Alltag. Dabei stellte er auch die Grundemotionen – wie Angst, Wut und Freude – in den Fokus und erläuterte, wie positive Emotionen wie Hoffnung, Interesse und Liebe dazu beitragen können, das körperliche und seelische Gleichgewicht zu stärken. Besonders faszinierend war der Ansatz der Epigenetik, der aufzeigt, wie Denken und Handeln sogar auf genetischer Ebene positive Veränderungen bewirken können.

Zum Abschluss leitete er eine praktische Dankbarkeitsübung an, bei der sich die Teilnehmer:innen ein schönes Erlebnis ins Gedächtnis riefen und es mit Dankbarkeit füllten. Der Effekt: ein Anstieg an Wohlfühlhormonen, der nicht nur spürbar, sondern wissenschaftlich messbar ist. Diese Übung führte allen eindrucksvoll vor Augen, wie einfache Praktiken das Wohlbefinden steigern und das Leben bereichern können.

Angstfresser ‚Singen‘

Um seinen Vortrag abzuschließen, streute Strolz fast nebenbei ein, dass die größte Hilfe bei Angstzuständen das Singen sein kann. Zum Beispiel das Lied ‚Imagine‘ von John Lennon.

Imagine... der Vortragende ist auch noch musikalisch.

Imagine... der Vortragende spielt Gitarre.

Imagine... der Vortragende ist ein wunderbarer Sänger.

Imagine... der Vortragende und alle anwesenden LSB singen gemeinsam das Lied:

Imagine all the people

living life in peace

Yoo-hoo, ooh-ooh



FGO Monika Frick, MSc / Bertram Strolz

Kulinarisches Wohlbefinden im Bio-Restaurant Moritz

Der kulinarische Rahmen der Veranstaltung trug ebenfalls zum Wohlbefinden bei. Als Gast genoss ich eine Auswahl biologischer Köstlichkeiten, die mich in meinem Bewusstsein für eine gesunde und achtsame Ernährung unterstützten. Vom würzigen Gerstensalat mit Randig bis zum Brownie als Dessert sorgte das Bio-Restaurant Moritz für eine stimmige Ergänzung zur Veranstaltung.

Begegnungen und inspirierender Austausch

Die Veranstaltung bot zudem reichlich Gelegenheit für interessante Gespräche und regen Austausch. In entspannter Atmosphäre traf ich auf neue und alte bekannte Gesichter, was nicht nur den fachlichen, sondern auch den persönlichen Austausch förderte. Es wurde viel gelacht, und die Gespräche reichten von beruflichen Erfahrungen bis hin zu persönlichen Geschichten, die das Miteinander stärkten. Das Netzwerken mit Kolleginnen und Kollegen erwies sich als besonders



inspirierend und gab wertvolle Impulse für meine Arbeit und meinen Alltag. Diese Veranstaltung war nicht nur eine Bereicherung für mein Fachwissen, sondern auch ein freudiges Wiedersehen in dieser professionellen Gemeinschaft.



Fazit

Die zweite Impulsveranstaltung der Reihe BEWEGEN.BILDEN.WACHSEN. hat eindrucksvoll gezeigt, wie bedeutend ein ganzheitlicher Ansatz für Wohlbefinden ist. Die Kombination aus fundiertem Wissen, praktischen Übungen und kulinarischem Genuss machte den Abend zu einem inspirierenden Erlebnis. Für alle Lebens- und Sozialberater:innen bot die Veranstaltung wertvolle Impulse und Werkzeuge, die in die Arbeit und das eigenes Leben integriert werden können.

Mit einem Gefühl der Zuversicht und Vorfreude auf weitere spannende Veranstaltungen dieser Reihe verließ ich die Veranstaltung, bereichert durch neue Eindrücke und wertvolle Kontakte.

Autorin:

Karin Klinger-Vogel, B.A., MSc ist Coach, Supervisorin und Trainerin, staatlich geprüfte Psychosoziale Beraterin. Sie ist Expertin für Klarheit und Resilienz, Dipl. Syst. Lerncoach und Trainerin (ECA), Dipl. GENIUS® -und Lern-Trainerin (ECA), Hypnosystemische Arbeit nach M. Erickson, Atem- u. Achtsamkeitstrainerin, wingwave® Coach (ISO). Sie lebt und arbeitet in Lustenau, Vorarlberg, zu ihren Beratungsschwerpunkten gehören Stressbewältigung, Burn-out-Prävention, Wertearbeit, Authentizität und Atemarbeit.

Weitere Infos: www.coaching-mit-wirkung.at

Fotos: © Marcel Hagen / ezömer





Frauen und das Thema Selbstfürsorge: Die Kunst sich Zeit für sich zu nehmen

Von Mag.ª Andrea Hütthaler, Sportwissenschaftlerin

Gerade Frauen sorgen sich um die Familie, die Kinder, Enkelkinder, die betagten Eltern, die kranke Freundin, ... Frauen sind gut im „Sich-Sorgen -Machen“, oder?!

Und natürlich auch, wenn es darum geht, Partner, Angehörigen und lieben Menschen Beistand zu geben und sie auch zu pflegen.

Bewegung als Selbstfürsorge

Aber was ist mit der Sorge um uns selbst? Der Selbstfürsorge?!

Selbstfürsorge ist keine Selbstsucht, sondern ein ganz wichtiger Beitrag zum eigenen Wohlbefinden.

Frauen vergessen nur allzu oft, sich Zeit für sich selbst zu nehmen und auf die eigenen Bedürfnisse und Wünsche zu achten:

- sich selbst Gutes zu tun,
- sich zu entspannen oder
- sich selbst zu pflegen,
- sich freudig zu bewegen und
- Sport zu machen, der Spaß macht.

Ich kann Sie, liebe Frauen, nur ermutigen – im Sinne der Selbstfürsorge – sich mit dem eigenen Körper aktiv zu beschäftigen und auch Neues zu lernen.

Das eigene Anders-Sein akzeptieren

Dabei ist natürlich jede Frau ganz individuell und hat ihre eigene Vorstellung davon, was ihr guttun kann. Jede Frau hat ein anderes Körperbild von sich – das gehört respektiert und beachtet. Und darauf soll auch im Sport eingegangen werden.

Im Personal Training ist es gewiss gegeben, dass wir Trainer:innen ganz besonders auf die Unterschiedlichkeit eingehen. Übungen und Trainingssequenzen werden speziell im Hinblick auf physische Gegebenheiten, Befindlichkeiten und Wünsche ausgewählt.



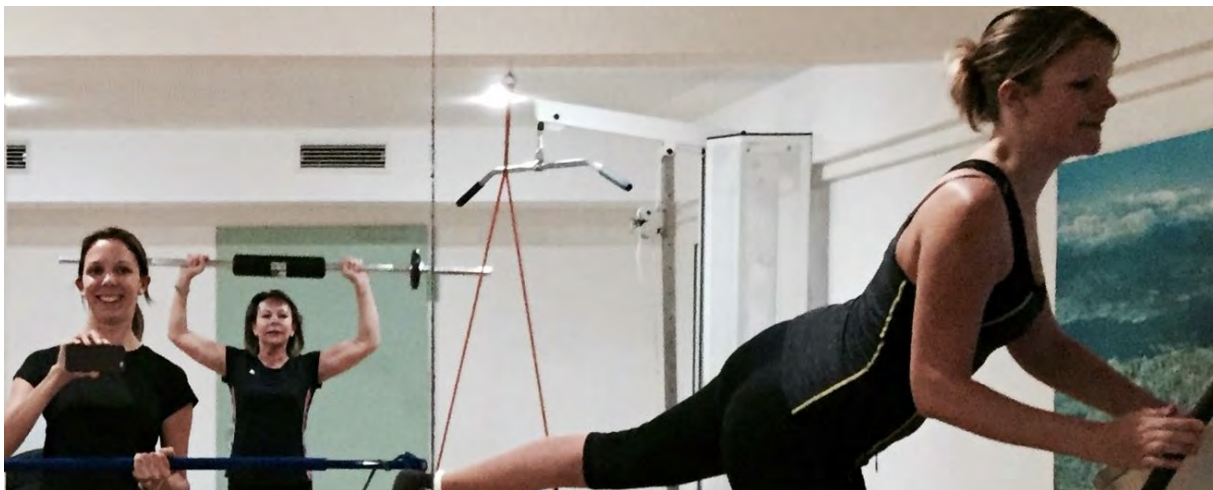
Trainieren Frauen in einer Gruppe hilft das Gefühl von Gemeinschaft und das Gefühl von Zugehörigkeit das eigene „Anders-Sein“ zu akzeptieren. Etwas toleranter der eigenen Körperlichkeit gegenüber zu werden, gelingt Frauen leichter, wenn sie die Mitakteurinnen erleben. Die sogenannten Problemzonen werden mit Sicherheit mit anderen Augen gesehen, wenn ein Austausch unter den Frauen stattfindet. Selbst in einer ganz kleinen Gruppe von Frauen hat jede Frau eine andere Wahrnehmung, ein anderes körperliches Anliegen oder Problem.



Egal wie Frau sich fühlt ...

Sich durch Sport und Bewegung mit dem eigenen Körper auseinanderzusetzen, bringt nicht nur körperliche, sondern auch mentale Gesundheit.

Vergessen Sie für eine Zeit die Sorge um andere, lernen Sie abzuschalten ohne schlechtes Gewissen! Genießen Sie das Wohlbefinden, das durch Bewegung entsteht!



Autorin

Mag.^a Andrea Hütthaler, Sportwissenschaftlerin, Dipl. Rückentrainerin, Salutovisiorin®, Mitglied des erweiterten ÖGL-Vorstands, lebt und arbeitet in Buchberg am Attersee, Oberösterreich
Weitere Infos: www.ah-coaching.at

Fotos: © Hütthaler / Canva / KI



Neue Kooperation zwischen BG Personenberatung und Fußball-Verband

Gemeinsam am Ball bleiben

Psychosoziale und sportwissenschaftliche Beratung für OÖ Fußballvereine

Von Mag. Franz Landerl, Stv. FGO Oberösterreich

**GEMEINSAM
AM BALL BLEIBEN**



Eine Kooperation der Lebens- und Sozialberatung der WKOÖ und des Oberösterreichischen Fußballverbands

In einer Sportart, die so sehr auf Teamgeist und mentaler Stärke beruht wie der Fußball, ist die psychische Gesundheit der Spielerinnen und Spieler von entscheidender Bedeutung. Der Oberösterreichische Fußballverband hat dies erkannt und geht eine innovative Partnerschaft mit der OÖ Fachgruppe der Lebens- und Sozialberater:innen ein.

Zentrale Tätigkeitsfelder sind die psychosoziale und sportwissenschaftliche Beratung, wobei ein breites Themenspektrum abgedeckt wird, das für das Vereinsleben und den sportlichen Erfolg Relevanz hat.

Erfolg beginnt im Kopf

Dieses Motto prägt die Arbeit der Lebens- und Sozialberater:innen. Sie bieten den Vereinen in Oberösterreich ein breites Spektrum an Beratungsleistungen an, das von der individuellen psychosozialen und sportwissenschaftlichen Betreuung einzelner Spielerinnen und Spieler bis hin zur Unterstützung von Eltern und Trainer:innen reicht. Dabei stehen Themen wie Konfliktlösung, Teambuilding, Persönlichkeitsentwicklung und mentale Stärke im Vordergrund.

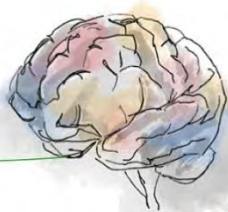
Die Bedeutung eines positiven Teamklimas

Ein gut funktionierendes Verhältnis zwischen Trainer:innen und Mannschaft ist der Schlüssel zum Erfolg. Psychosoziale Beratung unterstützt Trainer:innen dabei, ihr Team besser zu führen, zu motivieren und zu fördern. Ein wertschätzender Umgang und eine offene Kommunikation schaffen ein Umfeld, in dem sich alle Spieler:innen entwickeln können.

Starker Teamgeist und gegenseitiges Vertrauen sind die Grundlage für eine erfolgreiche Mannschaft. Beratung kann Teambuilding-Prozesse unterstützen und Methoden zur Konfliktlösung vermitteln. Ein positives und unterstützendes Teamklima, in dem sich alle Spieler:innen wertgeschätzt fühlen und ihre Rolle kennen, ist entscheidend für den Zusammenhalt.

Mentale Stärke als Erfolgsfaktor

Mentale Stärke ist ein entscheidender Faktor im Sport. Psychosoziale und sportwissenschaftliche Beratung kann durch mentale Trainingsmethoden, Visualisierung und Achtsamkeit die sportliche Leistung verbessern. Insbesondere Nachwuchssportler:innen lernen, ihre Stärken wie auch Schwächen zu erkennen und anzunehmen. Mentales Training fördert nicht nur die persönliche Entwicklung, sondern stärkt auch das gesamte Team.





Spieler:innen, die mental ausgeglichen und fokussiert sind, können ihr volles Leistungspotenzial ausschöpfen. Durch die Kombination von körperlichem Training und mentalem Training können Spieler:innen ihre Leistungen kontinuierlich steigern und ihre sportlichen Ziele erreichen. Mentales Training ist genauso wie körperliches Training ein zentrales Element der Leistungsfähigkeit.

Konflikte konstruktiv lösen

Konflikte sind im Sportalltag unvermeidlich. Doch wie geht man damit um, ohne dass sie die Teamdynamik negativ beeinflussen? Die Lebens- und Sozialberater:innen vermitteln den Spielerinnen und Spielern sowie dem Trainerteam wichtige Werkzeuge zur Konfliktlösung und Mediation. Durch eine offene und wertschätzende Kommunikation können Spannungen abgebaut und eine harmonische Teamatmosphäre gefördert werden.



Eltern als wichtige Partner

Auch die Eltern spielen eine entscheidende Rolle bei der sportlichen Entwicklung ihrer Kinder. Sie sind oft die ersten Ansprechpartner und bieten ihren Kindern Halt und Unterstützung. Die Lebens- und Sozialberater:innen unterstützen Eltern dabei, ihre Kinder optimal zu fördern und sie in ihrer persönlichen Entwicklung zu begleiten.

Fazit

Vom Fußballverband wurden alle Mitgliedsvereine mit einer anregenden Broschüre über diese Kooperation informiert, damit sie mit Berater:innen in ihrer Nähe in Kontakt treten können.

Die Kooperation zwischen dem Oberösterreichischen Fußballverband und der OÖ Fachgruppe der Lebens- und Sozialberater:innen ist ein wichtiger Schritt zur Förderung der psychischen Gesundheit und des Wohlbefindens im Fußball. Durch die Zusammenarbeit von körperlichem und mentalem Training können die Spielerinnen und Spieler ihr volles Potenzial entfalten und gemeinsam Erfolge feiern.



KONTAKT

Fachgruppe der Personenberatung
und Personenbetreuung
WKO Oberösterreich
Hessenplatz 3, 4020 Linz

Oberösterreichischer
Fußballverband
Daimlerstraße 3, 4030 Linz



Fotos: © Landerl / WKO / OÖFußballverband





Die Wirksamkeit unserer Dienstleistung schätzen zunehmend mehr Institutionen

Evangelische Kirche Österreich fördert Supervisionen durch Psychosoziale Berater:innen

Die Evangelische Kirche A.u.H.B. in Österreich begrüßt und unterstützt Supervision als berufsbegleitende Beratung für Mitarbeiter:innen der Evangelischen Kirche A.u.H.B. in Österreich.

Insbesondere fördert die Evangelische Kirche A.u.H.B. in Österreich Supervision für Pfarrerinnen und Pfarrer sowie für Pfarrteams und Gruppen. Diese geförderten Supervisionen können bei allen befugten Supervisor:innen wie beispielsweise den Lebens- und Sozialberater:innen, psychologischen Berater:innen im Expertenpool „Supervision“ in Anspruch genommen werden.

Gefördert werden drei Supervisionsangebote:

Zwei Drittel der Honorarkosten erhalten die Supervisand:innen refundiert, ein Drittel trägt die Evangelischen Kirche A.u.H.B. in Österreich, ein Drittel übernimmt die Gemeinde bzw. Superintendenz. Pro Kalenderjahr werden 15 Supervisionseinheiten für die betreffenden Personen genehmigt.

- Einzel-, Gruppen- und Teamsupervision für Pfarrer:innen, Lehrvikar:innen, Pfarramtskandidat:innen
Für Lehrpfarrer:innen, Mentor:innen, Lehrvikar:innen, Pfarramtskandidat:innen wird auch der Selbstbehalt von der Evangelischen Kirche A.u.H.B. in Österreich übernommen.
- Einzel-, Gruppen- und Teamsupervision für Gemeindepädagog:innen und Jugendreferent:innen
- Teamsupervision und Gemeindeberatung für Pfarrgemeindeteams

Honorarsätze:

- Einzelsupervision à 50 Minuten: brutto EUR 120 (Selbstbehalt pro Einheit EUR 40).
- Gruppen- und Teamsupervision à 90 Minuten (DoppelEH): brutto EUR 240.

Sollte das Honorar den vorgegebenen Richtsatz übersteigen, ist die Differenz zu den kirchlichen Richtsätzen von den Supervisand:innen selbst zu tragen.

Diese Richtlinien treten als Verordnung mit 1. Jänner 2025 in Kraft. Sie gelten aber im Kirchenregiment A.B. bereits für Supervisionen ab dem 1. November 2024 sinngemäß.

Autor:

Mag. Franz Landerl ist Stv. FGO in OÖ, Diplom-Lebensberater, Psychosozialer Berater, Supervisor, Diakon, Autor zahlreicher Fachartikel und Mit-Herausgeber der Bücher „Erste Hilfe für mein Ich“ und „Ich schau auf mich“. Er vertritt seit vielen Jahren unseren Berufsstand als Berufsgruppensprecher der LSB OÖ sowie als Mitglied im Fachverband (Bundesvertretung); Er lebt und arbeitet in St. Marien, OÖ.



Vom Suchen und Finden des beruflichen Weges

Unsere neue Befähigungsverordnung bietet viele Möglichkeiten

Von *Bernhard Moritz, MSc, FGO Tirol*

Seit 2022 hat sich für die Berufsgruppe der psychosozialen Berater:innen sehr viel getan. In all dieser Veränderung sind Unklarheiten und Unsicherheiten entstanden, aber auch Unverständlichkeiten, die es einzuordnen gilt, damit für die einzelnen Mitglieder mehr Klarheit, Einschätzung und strategische Planung für sich selbst und die eigene Praxis entstehen kann.

Was gilt es festzuhalten

Mit der Ausbildungsverordnung 2022, die ein einheitliches Curriculum beschreibt und mit einer staatlichen Befähigungsprüfung endet, sofern man das Gewerbe anmelden will, ist ein wichtiger Meilenstein im Sinne unseres Berufsstandes gelungen, der im Kern die psychosoziale Beratung zukunftssicher macht.

1. **Ein festgeschriebenes staatliches Berufsbild:**
Durch die Verankerung der psychosozialen Beratung als eigenständiges Berufsbild wird die professionelle Identität der Berufsgruppe gestärkt. Es schafft eine einheitliche Grundlage für Ausbildung, Praxis und gesellschaftliche Anerkennung. (Quelle: LSB-VO 2022)
2. **Absicherung der psychosozialen Beratung als gebundenes Gewerbe:**
Die Ausbildungsverordnung definiert klare Qualitätsstandards und rechtliche Rahmenbedingungen, die die Beratungstätigkeit regulieren. Dies schützt sowohl Klient:innen als auch Berater:innen vor unklaren oder unregulierten Angeboten. (Quelle: WKO, 2023)
3. **Einstufung in den NQR/EQR:**
Die Integration in den Nationalen und Europäischen Qualifikationsrahmen erhöht die internationale Vergleichbarkeit und Anerkennung der Ausbildung. Absolvent:innen erhalten so eine stärkere berufliche Mobilität und profitieren von erweiterten Karriereperspektiven. (Quelle: NQR Österreich, 2022)

Aufgrund europäischer Gesetze und Vorgaben, muss Österreich als Mitglied der EU jeden Beruf im NQR/EQR einzustufen, um eine internationale Vergleichbarkeit transparent zu machen. Jeder Beruf, der nun im NQR angeführt ist, ist somit auch vor etwaigen Änderungen geschützt, damit kann nun ein reglementiertes Gewerbe nicht mehr in ein freies abgewandelt werden. Eine derartige Abwandlung, die fatale Folgen für die Qualität und Verlässlichkeit der Beratungsqualität gehabt hätte, konnte durch die Einstufung im NQR erfolgreich abgewehrt werden.

Besonders in Bundesländern mit Grenznähe zu Deutschland, Südtirol und der Schweiz wie Tirol, Vorarlberg und Salzburg sichert der NQR eine Anerkennung, sollte jemand eine Praxis jenseits der Landesgrenze eröffnen wollen. In Tirol ist der umgekehrte Weg der Anerkennung deutscher und italienischer Ausbildungszertifikate über den NQR schon lange möglich und gelebte Praxis.



Die staatliche Prüfung ist sozusagen das „Qualitätssiegel“ für die Beratung und den Standard der Ausbildung. Wie eine Meisterprüfung hat auch die Befähigungsprüfung einen staatlich anerkannten Charakter und ist somit ein offizielles Dokument und ein Qualitätsnachweis für die Berater:innen.

Zwei Wege – ein Zugang

Die Ausbildungsverordnung ist die Grundlage für zwei Wege, die es zu beschreiten gilt, wenn man zukünftig das Gewerbe ausüben möchte.



Beide Wege, der Weg über ein zertifiziertes Ausbildungsinstitut und der über einen akademischen Grad des Bachelor Professionals, fußen auf einer fundierten berufspraktischen und fachwissenschaftlichen Ausbildung.

Sie sind, was das Anforderungsprofil an Wissen, Fähigkeiten und Kompetenzen angeht, gleich.

Beide Zugänge vereinen sowohl den Berufspraktischen als auch den akademischen Bereich an Kompetenzen und Fähigkeiten.

1. **Wissenschaftliche Fundierung:** Die theoretischen Inhalte basieren auf wissenschaftlich anerkannten Modellen und Methoden, die kontinuierlich aktualisiert werden. Die Teilnehmer:innen erhalten fundierte Kenntnisse über psychologische, pädagogische und sozialwissenschaftliche Grundlagen.
2. **Praxisorientierung:** Durch integrierte berufspraktische Module, Supervision und Selbsterfahrung wird sichergestellt, dass die erworbenen Kompetenzen direkt in der Beratungspraxis angewendet werden können.
3. **Modularität und Flexibilität:** Der Bachelor Professional in Psychosozialer Beratung wie auch der Weg über ein Ausbildungsinstitut ist so gestaltet, dass berufsbegleitendes Lernen möglich ist. Dies erlaubt es den Teilnehmer:innen, die Ausbildung mit bestehenden beruflichen Verpflichtungen zu vereinbaren.
4. **Berufsfeldorientierung:** Die Inhalte sind speziell auf die Anforderungen der psychosozialen Beratung zugeschnitten. Dies umfasst Themen wie Krisenintervention, Resilienzförderung, Digitalisierung und interkulturelle Kompetenz. (Quelle: LSB-VO 2022)

Die Absolvent:innen aus beiden Zugängen sind nicht nur in der Lage, Beratungsprozesse auf wissenschaftlicher Basis zu gestalten, sondern auch, innovative Ansätze für die Praxis zu entwickeln. Dieses hybride Format stellt sicher, dass die psychosoziale Beratung sowohl theoretisch fundiert als auch praxisnah bleibt und weiterentwickelt werden kann.

Der Wert der neuen Ausbildungsverordnung und der beiden Zugänge

Die psychosoziale Beratung ist mehr als ein Berufsfeld – sie ist eine eigenständige Profession mit erheblicher gesellschaftlicher Bedeutung. Ihre Etablierung durch eine Befähigungsprüfung oder den Abschluss als Bachelor Professional trägt zur Qualitätssicherung bei, und schützt Klient:innen vor unzureichend ausgebildeten Personen – einem Problem, das im Bereich der Beratungsdienstleistungen sonst häufig auftritt.



Aspekte des professionellen Status sind:

1. **Gesellschaftliche Relevanz:** Psychosoziale Beratung unterstützt Einzelpersonen, Paare und Familien in Lebenskrisen, bei beruflichen Herausforderungen und psychosozialen Belastungen. Sie trägt zur mentalen Gesundheit bei und entlastet dadurch das Gesundheitssystem. Laut einer Studie der WHO (2022) zu mentaler Gesundheit können psychosoziale Beratungsangebote das Risiko für Burnout und anderen psychischen Erkrankungen um bis zu 30 % senken.
2. **Schutz der Klient:innen:** Die Regulierung gewährleistet, dass Beratende über fundierte fachliche und methodische Kompetenzen verfügen. Dies verhindert, dass Klient:innen von unzureichend qualifizierten Personen betreut werden. Dies ist besonders relevant, da der unregulierte Markt an Coaches und Energetiker:innen stark wächst. Studien zeigen, dass rund 20 % der Beratungsangebote in Österreich nicht auf fundierten Qualifikationen basieren. (Quelle: Fachverband Lebens- und Sozialberater, 2022)
3. **Berufliches Selbstverständnis:** Durch die Verankerung im NQR und die Einführung standardisierter Ausbildungswege erhält die psychosoziale Beratung eine noch eindeutigeren Identität als Profession in Abgrenzung zu anderen Berufsgruppen wie Coaches, Mentaltrainer:innen, Energetiker:innen etc. Dies stärkt die Position der psychosozialen Berater:innen gegenüber anderen Berufsgruppen und fördert die Akzeptanz. Die Zahl der zertifizierten psychosozialen Berater:innen in Österreich hat sich seit 2020 um 15 % erhöht, was auf die zunehmende Professionalisierung hinweist. (Quelle: WKO, 2023)

Obwohl beide Bildungswege unterschiedliche Ansätze haben, führen sie zu gleichwertigen Kompetenzen im Rahmen des NQR. Diese Gleichwertigkeit betont, dass die psychosoziale Beratung sowohl für Praktiker:innen als auch für akademisch orientierte Fachkräfte zugänglich bleibt, während die Unterschiede im Zugang sicherstellen, dass unterschiedliche berufliche Bedürfnisse und Hintergründe berücksichtigt werden. Dieses Modell stärkt die Profession, indem es Diversität fördert und eine breite gesellschaftliche Anerkennung ermöglicht. (Quelle: LSB-VO 2022)

Zukunftsthemen in der psychosozialen Beratung

Die psychosoziale Beratung wird zunehmend mit Zukunftsthemen konfrontiert, die eng mit den Anforderungen des 21. Jahrhunderts verbunden sind. Aufbauend auf den beschriebenen Tätigkeitsfeldern ergeben sich zukunftsweisende Fragestellungen und Kompetenzen, die insbesondere auf die Förderung von Resilienz, die Vermittlung von Future Skills und die Integration digitaler Werkzeuge abzielen.

1. **Resilienzförderung:** Resilienz, die Fähigkeit, mit Stress, Krisen und Unsicherheiten umzugehen, ist eine Kernkompetenz in einer sich schnell verändernden Welt. Psychosoziale Berater:innen helfen Klient:innen, Strategien zur Stärkung der Resilienz zu entwickeln, sei es im privaten, beruflichen oder gesellschaftlichen Kontext. Sie arbeiten dabei mit individuellen Ansätzen und gemeinschaftsorientierten Programmen, die auf Prävention und langfristige Stabilität abzielen. Eine WHO-Studie (2022) zeigt, dass Resilienz fördernde Maßnahmen die mentale Gesundheit in belastenden Situationen signifikant verbessern können.
2. **Future Skills:** Future Skills umfassen eine Reihe von Kompetenzen wie kritisches Denken, Problemlösungsfähigkeit, Kreativität, emotionale Intelligenz und Anpassungsfähigkeit,

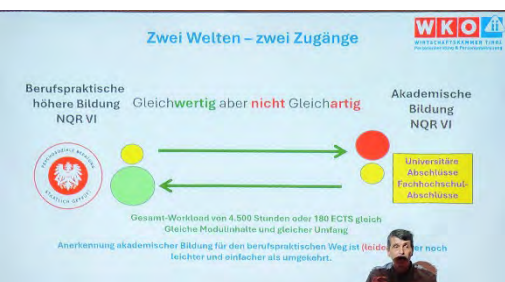




die in einer dynamischen und technologisierten Welt zunehmend wichtiger werden. Psychosoziale Berater:innen unterstützen Klient:innen dabei, diese Fähigkeiten zu stärken, sei es im beruflichen oder privaten Kontext. Dazu gehören gezielte Trainings und Workshops, die Menschen auf die Anforderungen neuer Arbeitswelten vorbereiten. Laut einer OECD-Studie (2021) werden Future Skills in 80 % der Berufe der Zukunft entscheidend sein.

3. Digitalisierung:

Die Digitalisierung verändert nicht nur die Form der Beratungsangebote (z. B. Online-Coaching oder Videoberatung), sondern stellt auch neue Anforderungen an die Kompetenzen der Berater:innen. Die Integration digitaler Tools, wie KI-gestützte Analyseinstrumente oder virtuelle Realität für Selbsterfahrung, eröffnet neue Möglichkeiten für die psychosoziale Beratung. Gleichzeitig bleibt der Mensch im Mittelpunkt: Digital unterstützte Beratungsprozesse sollen persönliche Nähe nicht ersetzen, sondern ergänzen. Studien der WKO (2023) zeigen, dass bereits 40 % der psychosozialen Beratungsangebote in Österreich digitale Elemente enthalten.



Bedeutung für bereits tätige Mitglieder:

Ich darf das hier nun mit einigen konkreten Beispielen aus dem bunten Kreis der Mitglieder darstellen:

Mitglied 1:

Hat einen Gewerbeschein (nach der alten Verordnung) und kein Interesse an der Befähigungsprüfung, ebenso besteht kein Interesse an einer Vertiefung bzw. hat bereits eine Vertiefung (ist bei einer Expert:innen-Liste eingetragen, sofern es eine für diesen Themenbereich gibt)

Muss sich für die Zukunft bewusst sein, dass:

Immer mehr Mitbewerber:innen, die staatlich geprüfte psychosoziale Berater:innen sind, am Markt und auch im Themenfeld tätig sind.

Zukünftige Teilnehmer:innen, die

- als „staatlich geprüfte psychosoziale Berater/in“ abschließen oder
- mit dem „Bachelor Professional in psychosozialer Beratung“ abschließen,
- mit einem facheinschlägigen Grundstudium über die Anlage 2 arbeiten,

am Markt tätig sein und mögliche Vorteile bei zukünftigen Stellenausschreibungen etc. genießen werden

Mitglied 2:

Hat einen Gewerbeschein (alte Verordnung), hat eine Vertiefung und ist in der Expert:innen-Liste alt oder neu eingetragen, hat kein facheinschlägiges Studium, hat Interesse an der Befähigungsprüfung

Kann entweder jederzeit eine Befähigungsprüfung ablegen

Oder:

Besucht ein angebotenes Kurz-Seminar „Wissenschaftliches Arbeiten“.

Besucht einen Workshop „Arbeit mit Fallvignetten“.

Macht zusätzlich noch eine Vertiefung für die Expert:innen-Liste, im Ausmaß der geforderten 10 ECTS, die es ermöglicht, auf die Expert:innen-Liste des Fachverbandes zu kommen.

Und tritt mit dieser zusätzlichen Qualifizierung zur Befähigungsprüfung an.





Mitglied 3:

Hat einen Gewerbeschein, hat eine Vertiefung und ist in der Expert:innen-Liste alt oder neu eingetragen, hat kein facheinschlägiges reguläres Bachelor-Studium im Ausmaß von 180 ECTS bzw. kein Masterstudium im Ausmaß von insgesamt 300 ECTS, hat aber im Rahmen seiner Vorbildung „Wissenschaftliches Arbeiten“ im Kontext einer facheinschlägigen Ausbildung (Fachhochschule-Lehrgänge etc.) absolviert.

Möchte sich auf Level VI durch die Befähigungsprüfung einstufen lassen:

Kann entweder sofort die Befähigungsprüfung ablegen

Oder:

Besucht einen Workshop „Arbeit mit Fallvignetten“.

Besucht einen Vertiefungslehrgang im Ausmaß von 10 ECTS als Vorbereitung für die Befähigungsprüfung und kann sich dann, sofern eine Expert:innen-Liste vorhanden ist, dort auch eintragen lassen.

Mitglied 4:

Hat einen Gewerbeschein, möchte aber den Bachelor Professional machen, weil das ein Zugangsstudium zur Psychotherapie ist, und das Mitglied sich diesen Weg eröffnen möchte.

Kann mit einer Universität in Kontakt treten und sich darüber informieren, ob diese einen Bachelor Professional in Psychosozialer Beratung anbietet und was diese Uni auf Basis ihres Curriculums an bereits geleisteten ECTS anerkennt.

Kann zur Befähigungsprüfung antreten.

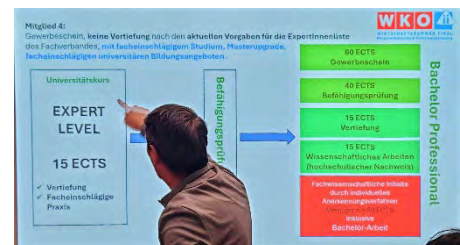
Und hat zumindest bei der Uni for Life der Universität Graz die Gewissheit, dass 60 ECTS für den Gewerbeschein angerechnet werden sowie 40 ECTS für die Befähigungsprüfung.

Somit sind noch 80 ECTS zu leisten.

Oder:

Besucht einen „Vorbereitungskurs“ für die Befähigungsprüfung, wie sie auch in anderen Gewerben angeboten und oft auch durch Fördermaßnahmen gefördert werden.

Dies wäre beispielsweise ein Vorbereitungslehrgang, der das wissenschaftliche Arbeiten und eine Vertiefung im Ausmaß von 30 ECTS beinhaltet abdeckt und als Universitätskurs von einer Uni mit Bachelor Professional Angebot anerkannt wird.



Dieses Mitglied erhält 130 ECTS anerkannt und muss „nur“ 50 ECTS für den Bachelor Professional noch leisten.

Hervorzuheben ist, dass die Berufsgruppe der psychosozialen Berater:innen die erste ist, der es zumindest an einer Universität gelungen ist, dass eine Befähigungsprüfung, also ein Abschluss in der Berufspraktischen Bildungswelt, von der akademischen Welt anerkannt wurde (derzeit ist das die Uni for Life, wobei auszugehen ist, dass andere universitäre Anbieter dies auch machen werden).

Die psychosoziale Beratung ist – nach einer langen Zeit der Etablierung in Österreich – nun auf dem Weg zur Professionalisierung.

Und damit ist nicht die Arbeit der einzelnen Kolleg:innen gemeint, sondern die Akzeptanz und das auch durch formale und juristische Schritte nun abgesicherte, staatlich anerkannte Berufsbild.





Die Ausbildungsverordnung 2022 und die daraus abgeleiteten Möglichkeiten sind der Türöffner dafür, dass in einem immer stärker nachgefragten Gesundheitsmarkt die Berufsgruppe der psychosozialen Berater:innen als präventiv-resiliente Beratungs- und Begleitungsform, nicht nur in der Gesellschaft und bei den Klient:innen geschätzt, sondern auch bei Institutionen und der öffentlichen Hand langsam Anerkennung findet.

Anhang: Fragen!

Als Hilfestellung für die individuellen weiteren Schritte können folgende Fragen hilfreich sein:

- Wie ist meine berufliche Lebensplanung und inwieweit wird sie mit der neuen Ausbildungsverordnung und der damit verbundenen neuen Marktsituation in meinen Beratungsfeldern berührt?
- Inwieweit „gefährden“ zukünftige Mitbewerber:innen, die mit einer staatlichen Prüfung oder einem Bachelor Professional auch aktiv werden, meine Beratungstätigkeit und meine bisherigen PR- und Werbe-Maßnahmen?
- Inwieweit ist eine staatliche Prüfung im Sinne meiner nächsten beruflichen Schritte im Hinblick auf einen staatlichen Qualitätsstandard hilfreich und nützlich?
- Inwieweit möchte ich von der berufspraktischen Qualifizierung auch in eine akademische überwechseln, um mir breitere Möglichkeiten der Kooperation, der Beauftragungen etc. zu sichern?
- Inwieweit ist die Möglichkeit für mich, in Richtung Psychotherapie zu gehen, ein in meinem Bereich notwendiger, wichtiger Schritt, um mich höher zu qualifizieren, um neue Tätigkeitsfelder zu erschließen und/oder Beauftragungen bzw. Kooperationen zu erhalten (Ärzte, Gesundheitszentren etc.)?

Für den individuellen Schritt in Richtung Bachelor-Professional können folgende Fragen zur Entscheidungsfindung helfen:

- Wie schaut das konkrete Angebot einer Universität aus?
- Welche Unis bieten spezielle „Upgrades“ für mich als BG-Mitglied an?
- Wer ist der außerhochschulische Partner der Uni und wie sind dessen Qualitätsstandards bzw. dessen Ruf am Markt?
- Wie wird mein Gewerbeschein und eine Befähigungsprüfung berücksichtigt (ECTS-Anrechnung)?
- Wie werden meine hochschulischen Ausbildungen (Universitäre Weiterbildungen etc.) im Rahmen eines Anerkennungs- und Validierungsverfahrens berücksichtigt?
- Welche konkreten Vertiefungen bietet eine Uni konkret an und in welchem Zeitraum finden diese statt?
- Wie „regional“ nahe ist das jeweilige Angebot ausgelegt?
- Wie stark ist der zeitliche Aufwand von analoger Präsenz und Online-Angeboten?
- Wie wird die Lehrqualität sowohl der berufspraktischen wie auch der fachwissenschaftlichen Inhalte gesichert?
- Wie serviceorientiert ist die jeweilige Uni, wenn es um Auskünfte, Informationen, Prozessabläufe und administrative Wegbeschreibungen geht?
- Wie viel kostet das jeweilige Angebot und was ist darin konkret enthalten?

Autor:

Bernhard Moritz, MSc ist Fachgruppenobmann: Personenberatung und Personenbetreuung Tirol, Mitglied im Fachverband. Er arbeitet als Dipl. Paar- und Sexualtherapeut, Lebens- und Sozialberater, Mediator, Gastdozent, Unternehmensberater, Coach. Er lebt und arbeitet in Telfs. Weitere Infos: www.paarberatung-tirol.at/

Fotos: © Moritz / ezörner



Für Sie entdeckt: Aktuelle Info der WKO



Kleinunternehmerregelung ab 2025

Reform der Umsatzsteuer-Regeln:

Neue Umsatzgrenze und Ausweitung

Das Abgabenänderungsgesetz 2024 bringt eine umfassende Reform der Kleinunternehmerregelung im Bereich der Umsatzsteuer mit sich. Erstmals können auch Unternehmen, die ihren Sitz in einem anderen EU-Mitgliedstaat haben, diese Befreiung in Anspruch nehmen. Die Änderungen treten ab dem 1. Januar 2025 in Kraft.

Schwellenwert angehoben

Bisher lag die maßgebliche Grenze für die Kleinunternehmerregelung bei 35.000 EUR netto pro Jahr, was bei unterstellter Steuerpflicht und einem Steuersatz von 20 % einer Bruttogrenze von 42.000 EUR entspricht. Diese Grenze konnte innerhalb von fünf Jahren einmalig um bis zu 15 % überschritten werden.

Zukünftig wird der Schwellenwert (AbgÄG 2024 ursprünglich 42.000 EUR) auf 55.000 EUR brutto angehoben. Die Berechnung der Umsatzgrenzen bei unterstellter Umsatzsteuerpflicht entfällt. Die Umsätze des laufenden und des vorangegangenen Jahres werden dabei berücksichtigt.

Neue Regeln bei Überschreitung

Bisher führte eine Überschreitung der Umsatzgrenze dazu, dass die Steuerbefreiung für das gesamte Jahr rückwirkend entfiel. Dies stellte vor allem dann ein Problem dar, wenn die Umsätze an Privatpersonen erfolgten, da die Umsatzsteuer nachträglich nicht mehr in Rechnung gestellt werden konnte und somit vom Unternehmen selbst getragen werden musste. Die neue Regelung sieht vor, dass die Befreiung erst mit dem Umsatz entfällt, der die Grenze überschreitet. Zuvor erzielte Umsätze bleiben steuerfrei.

Die bisherige Toleranzgrenze von 15 % wird durch eine neue Regelung ersetzt. Bei einer Überschreitung um bis zu 10 % bleibt zukünftig die Befreiung bis zum Jahresende bestehen. Erst im Folgejahr tritt die Umsatzsteuerpflicht ein. Wird die Grenze um mehr als 10 % überschritten, greift die Umsatzsteuerpflicht sofort, aber nur für den Betrag, der über der Grenze liegt, sowie für alle nachfolgenden Umsätze.

Weitere Infos: WKO – Abteilung für Service und Information, service@wkoee.at





Die Beraterkiste Mit Herz, Hirn und Podcast für Lebens- und Sozialberater:innen

Von Markus Neuhauser, Wien

Die Beraterkiste ist weit mehr als nur ein Podcast – sie ist eine Initiative mit Herz und Hirn. Entstanden aus der Idee, Lebens- und Sozialberater:innen (LSBs) in Ausbildung und Beruf zu unterstützen, bietet die Beraterkiste praxisnahe Inhalte, ehrliche Einblicke und hilfreiche Impulse für die tägliche Arbeit.

Während der Corona-Pandemie, in einer Zeit großer Unsicherheit, wurde die Idee geboren: zu einem Podcast, der Lebens- und Sozialberater:innen begleitet, inspiriert und ihnen hilft, den Herausforderungen des Berufsalltags besser zu begegnen. Mit dieser Vision startete die Beraterkiste – zunächst als kleines Projekt, das sich schnell zu einer wertvollen Ressource für die gesamte Berufsgruppe entwickelte.

Ein praxisnaher Begleiter

Von Anfang an lag der Fokus darauf, Themen aufzugreifen, die in der Ausbildung oft zu kurz kommen. Eigene Erfahrungen, Herausforderungen und praktische Tipps prägen die Inhalte des Podcast. Das Credo: Nur durch kontinuierliches Üben entwickelt man sich zu einer guten Beraterin oder einem guten Berater.

Heute profitieren nicht nur Einsteiger:innen, sondern auch erfahrene Berater:innen, Psychotherapeut:innen und Mentaltrainer:innen von den Impulsen der Beraterkiste. Besonders gefragt sind Inhalte zum Unternehmensaufbau – von praktischen Schritten bis hin zu Strategien für langfristigen Erfolg.

Vielfältige Themen und Formate

Die Beraterkiste deckt ein breites Themenspektrum ab: von Paarberatung und Konfliktmanagement bis hin zur Traumaberatung. So stehen Fragen „Wie arbeitet man erfolgreich mit Klient:innen?“ oder „Welche Methoden sind besonders wirkungsvoll?“ und ähnliche im Mittelpunkt.

Interviews mit renommierten Expert:innen wie z. B. Corinna Hintenberger (Business & Erfolg), Dr. Marcus Täuber (Neurowissenschaftliches Coaching), Bernhard Moestl (asiatische Psychologie), Jennifer Frank-Schagerl (Teamcoachings) und Christine Mark (Mindset) bieten fundierte Einblicke in spezifische Fachbereiche. Jede Folge präsentiert nicht nur theoretisches Wissen, sondern zeigt, wie dieses in der Praxis angewendet wird. So entsteht eine Brücke zwischen Fachlichkeit und Alltagstauglichkeit.

Besonders beliebt sind die „Methodenkoffer-Episoden“, in denen konkrete Methoden Schritt für Schritt vorgestellt werden – praxisnahe Werkzeuge, die direkt in der Beratung eingesetzt werden können. Ergänzt werden diese durch die „Kistentalks“, in denen aktuelle Themen aus





der Lebens- und Sozialberatung diskutiert werden. Hier fließen neben Fachwissen auch persönliche Erfahrungen ein, um den Zuhörer:innen einen authentischen Einblick in den Berufsalltag zu geben.

Das Team hinter der Beraterkiste

Die Beraterkiste wäre nicht das, was sie heute ist, ohne ein engagiertes Team. Hinter dem Podcast stehen:

- Ich, Markus Neuhauser, Gründer der Beraterkiste, ehemaliger Tennisprofi, Dipl. Mentaltrainer, Sportmentaltrainer, Lebens- und Sozialberater sowie Supervisor. Meine Leidenschaft für mentale Stärke und mein Wissen aus der Praxis prägen die Inhalte der Beraterkiste entscheidend.
- Michael Pusswald, Absolvent eines Psychologiestudiums, der die Social-Media-Kanäle betreut und sicherstellt, dass die Inhalte optimal verbreitet werden.
- Sabrina Kogler, LSB in Ausbildung und unter Supervision, die die administrativen Aufgaben übernimmt und für einen reibungslosen Ablauf im Hintergrund sorgt.

Gemeinsam arbeiten wir als Team daran, die Beraterkiste stetig weiterzuentwickeln und neue Impulse für die Community zu schaffen.

Ein Netzwerk für die Community

Die Beraterkiste bietet nicht nur Inhalte, sondern fördert auch den Austausch innerhalb der Berufsgruppe. Das erste Netzwerktreffen „Connect & Grow“ in Wien hat gezeigt, wie wichtig es ist, Verbindungen zu knüpfen und voneinander zu lernen. Solche Treffen bieten einen Rahmen für ehrlichen Austausch und die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen.

Der direkte Kontakt zur Community ist ein besonderes Anliegen. Über soziale Medien oder per Nachricht erreichen immer wieder Fragen zu Ausbildung und Praxis die Beraterkiste. Besonders wichtige Themen werden in ganzen Episoden aufgegriffen, um gezielt auf die Anliegen der Hörerschaft einzugehen. Diese Rückmeldungen sind eine wertvolle Inspiration und helfen dabei, die Beraterkiste noch besser auf die Bedürfnisse der Community auszurichten.

Blick in die Zukunft

Die Beraterkiste wächst stetig weiter. Mit der neu gegründeten Beraterkiste Academy werden Seminare, Workshops und Supervisionen angeboten, die die praktische Aus- und Weiterbildung unterstützen. Im Podcast selbst sollen künftig auch verschiedene Ausbildungsinstitute vorgestellt werden, um angehenden Berater:innen Orientierung bei der Wahl ihrer Weiterbildung zu geben.

Das Ziel ist klar: Die Beraterkiste möchte österreichweit Berater:innen Begleitung während der Ausbildung und im Beratungsalltag bieten und sich damit einen bekannten Namen schaffen.





Wo findet man die Beraterkiste?

Der Podcast ist kostenlos auf den gängigen Podcastplattformen verfügbar, darunter [Spotify](#), [Apple Podcast](#) und [Amazon Music](#). Die Beraterkiste ist auch auf [Instagram](#) und [Facebook](#) vertreten.

Autor:

Markus Neuhauser, ehemaliger Tennisprofi, Dipl. Mentaltrainer, Sportmentaltrainer, Lebens- und Sozialberater sowie Supervisor. Lebt und arbeitet in Wien.

Nähere Infos und Anregungen: info@beraterkiste.com
Ab 2025 auch unter www.beraterkiste.com



Fotos: © Beraterkiste

Trauergruppe Wels Ein Ort für Austausch und Unterstützung

Seit Oktober 2024 findet in den Räumlichkeiten des „Team-Pflege“ am Kaiser-Josef-Platz 32 in Wels eine monatliche Trauergruppe statt. Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die einen Verlust erlebt haben und in einem geschützten Rahmen ihre Trauer teilen oder einfach nur zuhören möchten. Die Gruppe wird von Martina Paminger und Vanessa Rebul geleitet, zwei psychosozialen Beraterinnen, die ihre Ausbildung im Februar 2025 an der ARGE Bildungsmanagement in Wien abschließen werden. Beide bringen fundiertes Wissen und praktische Erfahrung im Bereich der Trauerbegleitung mit.

Die Trauergruppe bietet Raum für Gespräche, Austausch und Reflexion. Dabei steht es den Teilnehmenden frei, ihre Erfahrungen zu teilen oder einfach nur zuzuhören. Jede Form der Teilnahme ist willkommen, Selbstkostenbeitrag 10€/Person. Die Gruppengröße ist auf maximal zehn Personen beschränkt, um eine vertrauensvolle Atmosphäre zu gewährleisten.

Die Treffen finden einmal im Monat jeweils von 17:00 bis 18:30 Uhr statt. Der Austausch wird von den Gruppenleiterinnen einfühlsam moderiert, wobei auch Impulse zur Bewältigung von schwierigen Situationen und Gefühlen gegeben werden.

Interessierte können sich unter den folgenden Kontaktdaten anmelden:

Telefon: 0660/5204359 oder 0699/10743533

E-Mail: trauerbegleitung.wels@gmail.com

Bitte leiten Sie dieses Angebot an Personen weiter, die auf der Suche nach einer Trauergruppe sind. Danke!



UPGRADE Salutovision® - TERMIN MAI + NOV. 2025 !

Ein gesundes Modell findet Anklang

Unter der ÖGL-Qualitätsmarke Salutovisor/in® arbeiten in ganz Österreich bereits über 200 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

ÖGL Upgrade zur/m Salutovisor/in®

Aaron Antonovsky, ein amerikanisch-israelischer Medizinsoziologe, hat vor über 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 und 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.

Upgrade-Inhalte:

- 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
- Resilienz und zahlreiche praktische Übungen



Termin — November 2024: KLEINGRUPPE v. max. 6 Pers.

FR 10:00 – 18.00 Uhr und SA 09:00 – 17:00 Uhr

LINZ: FR 30.05.+ SA 31.05.2025 // FR 28.11.+ SA 29.11.2025

je Termin 16 Std. Weiterbildung gemäß Standesregeln, für insg. € 250,-

Lehrgangleitung: Elfriede Zörner, Diplom-Lebensberaterin, Salutovisorin®

Information und Anmeldung:

www.oegl-lebensberater.at office@oegl-lebensberater.at oder

zoerner@life-support.at M = +43 676 / 32 99 176



Spezialisieren Sie sich und werden Sie Expert:in!



Diplomlehrgang Psychosoziale Beratung

Erwerben Sie die Berufsberechtigung im reglementierten Gewerbe zum/zur Psychosozialen Berater:in nach neuer Verordnung mittels fachlicher Kompetenz, einem umfangreichen Methodenköffer sowie einer sicheren gewerberechtlichen Grundlage. Dadurch bietet sich unter bestmöglichen Voraussetzungen die Möglichkeit, das Erlernete professionell und einfühlsam in der eigenen Praxis zum Wohle Ihrer Klient:innen weiterzuvermitteln und diese zu begleiten.

6 Semester, Start 12. September 2025



Aufbaulehrgang Mediation

Erlangen Sie als Psychosoziale:r Berater:in die Berechtigung für die Eintragung als Mediator:in in die Liste des Bundesministerium für Justiz sowie der WKO. Mediation ermöglicht den Beteiligten ihre Interessen und Bedürfnisse zu kommunizieren und gemeinsam Lösungen zu suchen, die für alle bestmöglich akzeptabel sind. In vielen Rechtsgebieten wird die zivilrechtliche Mediation als effektives Mittel zur Streitbeilegung anerkannt und teils auch gefördert.

5 Module, 3. Februar - 23. August 2025



Profiling in der Beratung

Jeder Mensch hat ein „öffentliches Gesicht“, welches nicht immer im Einklang mit dem Teil ist, welcher nicht sichtbar oder erlebbar sein soll. Die Klient:innen haben ihre Gründe, bestimmte Verhaltensanteile verbergen zu wollen. Beim Profiling lernen Sie den Blick in das scheinbar Verborgene. Anhand von Paul Ekman, dem Pionier der Mimik-Analyse, werden wir Verhaltensmuster unserer Klient:innen aufdecken. Dadurch werden Ihre Beratungen eine neue Qualität erreichen.

17. - 18. März 2025 (als 16-stündige Fortbildung anrechenbar)



Fortbildungslehrgang Paarberatung

Paarberatung ist ein spannendes und umfangreiches Arbeitsfeld, welches sich in Setting, Prozess und Beziehungsdynamik in einigen wesentlichen Aspekten zur Einzelberatung unterscheidet. Ziel der Paarberatung ist es, einen sicheren Rahmen zu ermöglichen, in welchem unterschiedliche Vorstellungen, Konflikte oder Verletzungen auf Augenhöhe bearbeitet werden können. Lebensberater:innen können sich nach Absolvierung in die Expert:innenliste Paarberatung der WKO eintragen lassen.

5 Module, 5. Mai - 10. November 2025



BILDUNGSHAUS VILLA ROSENAL

Fachwerk für Stressprävention, Familien- & Erwachsenenbildung
 T: 07613 45000
 M: office@instituthuemer.at
 H: www.instituthuemer.at



Florian Huemer, MA
 Institutsleiter



30 (pr)



PROFESSIONELLE BEGLEITUNG IM LABYRINTH DES LEBENS

www.psb-ausbildung.at

Angebot speziell für
LSB in VBG / T / SBG

WEITERBILDUNG FÜR
ERFAHRENE
LEBENS- UND SOZIAL-
BERATER:INNEN

Einladung


Bachelor-Upgrade Psychoziale Beratung


weiter.denken Das Katholische Bildungswerk Tirol kooperiert mit UNI for LIFE, der Weiterbildungsinstitution der Universität Graz, um erfahrenen Lebens- und Sozialberater:innen ein Bachelor-Upgrade anzubieten. Dieses Upgrade führt zum **Abschluss Bachelor Professional in Lebens- und Sozialberatung** mit Fokus auf systemische Beratungsmethoden und zeigt den Zusammenhang zwischen bestehenden LSB-Gewerbeberechtigungen und dem neuen Ausbildungsstandard auf NQR-Level 6. Je nach Validierung sind mindestens 80 ECTS in drei Semestern zu erwerben, bevor die Bachelorprüfung abgelegt werden kann. Der Abschluss eröffnet neue akademische Möglichkeiten, wie ein Masterstudium in Psychotherapie ab 2026 oder ein Doktorat.

Mehr Informationen unter:
www.psb-ausbildung.at

weiter.informieren

 **3 Semester,**
berufsbegleitend

 **mind. 80 ECTS**

 **EUR 9.200,-**
(exkl. Gruppenselbsterfahrung sowie Einzel- & Gruppensupervision)
+ EUR 250,-
(für das Zulassungsverfahren)

 **Bachelor Professional (BPr)**

 **Tirol**
(Katholisches Bildungswerk Tirol)

 **Start:**
14. März 2025

 **Anmeldung bis:**
26. Jänner 2025

KONTAKT

Mag.
Zdenko Stevinovic
zdenko.stevinovic@bilduna-tirol.at

Katholisches Bildungswerk Tirol
Diözese Innsbruck



KATHOLISCHES
BILDUNGSWERK
TIROL



31(pr)



UPGRADE

Psychosoziale Beratung in LINZ

Weiterbildung für erfahrene Lebens- und Sozialberater:innen
mit BACHELORABSCHLUSS

Für Lebens- und Sozialberater:innen mit Gewerbeberechtigung, die ihr Wissen weiter vertiefen und auf den neuestens Ausbildungsstand heben möchten, gibt es nun das neue Bachelor-Upgrade Psychosoziale Beratung. Der akademische Abschluss bestätigt Ihre Expertise als Beraterin und Berater und hebt diese auf den NQR-Level 6 mit wissenschaftsbasiertem und praxisnahem Know-how. **BERATUNGSMETHODIK: Integrative Beratung mit VERTIEFUNG in Aufstellungsarbeit**

INFOEVENT Di, 21. Jänner 2025, 18:00 Uhr

kostenfrei und unverbindlich / online via Zoom

Anmeldung: bis spätestens 20. Jänner office@cls-austria.at oder 0677/99011943



**resonanz
akademie**



**Counseling für
Lebens- & Sinnfragen**

AKADEMIE FÜR INTEGRATIVE BERATUNG

Unsere Kompetenz bringt Menschen in Resonanz

4020 Linz, Rainerstraße 15/4.Stock Tel. +43 (0)677/99011943

E-Mail: office@cls-austria.at Home: www.cls-austria.at www.resonanz-akademie.at

ZVR Zahl: 159872645; Bilder: Pixabay und CLS

32 (pr)





Linz und online



3 Semester, berufsbegleitend



Bachelor Professional (BPr) mit 80 ECTS



€ 9.200 Lehrgangskosten*

€ 250 für das Zulassungsgespräch

€ 1.500 Praxis ca.

(€ 750 Einzelsupervision;

€ 750 Gruppenselbsterfahrung und Gruppensupervision)

WKO Befähigungsprüfung im 2./3. Semester



START 14. März 2025



ANMELDESCHLUSS 26. Jänner 2025



STUDIENINHALTE

Psychosoziale Beratung: Profession und Wissenschaft

Methodologie und Methodik der Beratungswissenschaft

Psychosomatik und Psychiatrie

Psychologie und Psychotherapie

Sozialwissenschaften und Ökonomie

Krisenintervention

Beratungsmethodik und Vertiefung

Portfolio: Personale und soziale Kompetenz

Facheinschlägige Praxis

Bachelorabschluss: Bachelorarbeit I: Case Study; Bachelorarbeit II: Beratungswissenschaft;
Bachelorprüfung



Für die Zulassung zum Studium ist Folgendes zu erbringen:

- LSB-Gewerbeschein
oder LSB-Diplom + facheinschlägige Anstellung (für Validierung von 60 ECTS)
- Nachweis Befähigungsprüfung im 2./3. Semester
(als Nachweis für aktualisierte Facheinschlägige Praxis 40 ECTS)
- Positive Absolvierung eines Persönlichen Zulassungsgesprächs
- 2jährige facheinschlägige Berufserfahrung

Unser Kooperationspartner:



33 (pr)





KOKREATIV GESUND ENTWICKELN

THEODOR DIERK PETZOLD

SALUTOGENESE
ALS
RADIKAL
INTEGRATIVES
GESUNDHEITSKONZEPT

Theodor D. Petzold

Kokreativ gesund entwickeln

Salutogenese als radikal integratives Gesundheitskonzept

Menschen entwickeln sich kokreativ in Wechselbeziehungen mit ihren Mitmenschen und ihrer Umwelt. In dem integrativen Gesundheitskonzept von Dr. med. Theodor Dierk Petzold kommt eine systemisch evolutionäre Sicht zur Anwendungsreife in der Selbstfürsorge und professionellen Gesundheitsarbeit. Menschen streben mit lebendiger Intelligenz nach Gesundheit und nach Stimmigkeit/ Kohärenz mit der physischen, sozialen, kulturellen und globalen Umwelt. Ein längeres Hängenbleiben im lustvollen Appetenzmodus oder im stressenden Aversionsmodus kann krank machen. Unseren Kohärenzmodus zur Heilung/Salutogenese können wir bewusst kokreativ anregen und fördern durch salutogenes Kommunizieren und Kooperieren.

»... Damit trifft Theodor Petzold den Kern etlicher der zentralen, aktuellen Diskussionen und Entwicklungen in der Theorie der Salutogenese ... Es ist den

Gedanken und Ideen dieses Buches sehr zu wünschen, dass sie Anschluss an die internationale Community finden und als Teil der Neuentwicklungen der Salutogenese in die Diskussionen ... einfließen ... Zuerst jedoch ... das Vergnügen: ich wünsche es allen Lesenden dieses Buches, das sie einlädt zu einer kokreativen Entdeckungs- und Erkundungsreise.« - *Aus dem Vorwort von Prof. Dr. Claudia Meier Magistretti*

Verlag Gesunde Entwicklung (02. Dezember 2024)

ISBN: 978-949646-02-7, Taschenbuch, 378 Seiten, EUR 25,00

— DER — RESILIENZ- KOMPASS

Dr. med. Ingfried Hobert

Spezial
Ausgabe

Ingfried Hobert

Der Resilienz-Kompass

Wie Positive Psychologie, Achtsamkeit und innere Gelassenheit zu Mentaler Stärke führen – Ganzheitliche Strategien für Selbstverwirklichung und Klarheit in unsicheren Zeiten

In einer hektischen Welt voller Herausforderungen suchen immer mehr Menschen nach innerer Ruhe und emotionaler Stabilität. Der Ratgeber „Der Resilienz-Kompass“ ist Ihr zuverlässiger Begleiter auf dem Weg zu einem ausgeglichenen Leben voller Resilienz und Selbstvertrauen. Dieses Buch vereint die wichtigsten Prinzipien der positiven Psychologie mit praktischen Achtsamkeitsübungen und stärkt Sie auf dem Weg zu mehr Klarheit und innerer Balance.

(Quelle: Amazon)

Independently published (20. November 2024)

ISBN: 979-8345965832, Taschenbuch, 257 Seiten, EUR 19,90



Helga Gumplmaier (Hrsg.) Beim Essen kumman d'Leit z'samm Ein Kochbuch vom Irrsee mit Blick auf die Welt

„Beim Kochen kumman d'Leit z'samm“ ist ein wunderbares Geschenk! Für Menschen, die gerne kochen, denen Vielfalt Freude bereitet, die ab und zu gustatorisch über den Tellerrand schauen und neugierig auf Lebensgeschichten von Menschen sind, die durch unterschiedliche Ereignisse den Weg in unser Land gefunden haben. Vielleicht hilft es auch manchen, die Angst vor dem Unbekannten, dem „Fremden“ zu nehmen.

Dieses Kochbuch ist aus einem Integrationsprojekt in der Gemeinde Irrsee entstanden, das von unserer LSB-Kollegin initiiert und angeleitet wurde. Der Verkaufserlös kommt weiteren Integrations- und Sozialprojekten zugute!

Eigenverlag 2024, gebundenes Buch, 132 Seiten, EUR 26,00 zzgl. Versand

Direkt über die Herausgeberin zu beziehen:

Mag.^a Helga Gumplmaier, Ahornweg 8, 4893 Zell am Moos /

h.gumplmaier@lebenundraum.at



Kurt Fleischner & Fabian Fuchs (Hrsg.) Wenn das Wunder anklopft Aufstellungsgeschichten

Die Beiträge in diesem Band enthalten Erfahrungsberichte über erstaunliche Phänomene und verblüffende Lösungen in Aufstellungen.

LSB-Kollege Kurt Fleischner und Fabian Fuchs (Sportwissenschaftler und LSB) haben 13 ungewöhnliche Aufstellungsgeschichten gesammelt und in diesem Buch veröffentlicht. Es war ihnen dabei ein Anliegen, Psychotherapeut:innen, Berater:innen und Klient:innen gleichermaßen zu Wort kommen zu lassen. Begleitet wird das Buch von Zitaten bekannter Persönlichkeiten zum Thema „Unsichtbare Wirkungen“.

Beide Autoren besitzen langjährige Erfahrung in der Aufstellungsarbeit und haben sich durch ihre Spezialisierung als Lehrtrainer für Systemische Aufstellungen bzw. als zertifizierte systemische Aufstellungsleiter qualifiziert.

story.one publishing (24. Juli 2024)

ISBN 978-3711535719, Gebundenes Buch, 75 Seiten, EUR 18,00



Benita Cantieni

Lebenslang beweglich und kraftvoll mit Tigerfeeling

Benita Cantieni zeigt in ihrem neuen Buch, wie man auch im fortgeschrittenen Alter etwas Gutes für die Haltung, Gelenkigkeit, Schmerzfreiheit und Bewegungsfreude tun kann. Ihr weiterentwickeltes Programm „CANTIENICA® Körper in Evolution“ ist die „Grundversorgung“ für einen leistungs- und lebensfähigen Körper, ein Wartungsprogramm, mit dem sich Schwachstellen gezielt verbessern lassen. Man kann in jedem Alter mit dem Training anfangen, denn der Körper ist in der gesamten Lebenszeit lernfähig. Knochen und Knorpel sind lebenslang formbar und regenerierbar und Bänder, Sehnen, Muskeln, Faszien verändern sich bereitwillig, wenn man sie gezielt fordert. Benita Cantieni richtet sich mit ihrem Programm besonders an alle Menschen, die sich nicht alt fühlen wollen und ihren Körper geschmeidig und widerstandsfähig halten möchten. Sämtliche ihrer vielfach erprobten Übungen stellt sie im Buch auch als Model selbst vor, so dass die Übungen auch sicher gelingen. (Quelle: Amazon)

Südwest Verlag (27. März 2024)

ISBN: 978-3517102306, Gebundenes Buch, 192 Seiten, EUR 25,70



Kathleen Feldwald

Demenz erkennen und verstehen Ein Ratgeber für Angehörige zum Umgang mit Alzheimer und anderen Demenzformen

Alzheimer und andere Formen der Demenz können das Leben von Betroffenen auf den Kopf stellen. Mindestens genauso schwierig gestaltet sich die Situation aber auch für Angehörige der betroffenen Person. Dieser Ratgeber kann Ihnen Abhilfe schaffen. Er klärt darüber auf, was Demenz ist, welche Formen es gibt und welche Symptome charakteristisch sind. Im praktischen Teil des Buches werden Ihnen unterschiedlichste Möglichkeiten der Beschäftigung und Unterhaltung sowie der Förderung kognitiver Fähigkeiten für demenzerkrankte Menschen vermittelt. Ein Exkurs über das Autofahren mit Demenz, allgemeine Hinweise zum Umgang mit erkrankten Personen, Tipps für die Kommunikation mit Betroffenen und Anregungen zur Selbstfürsorge für Sie als pflegende Person runden den Inhalt dieses Ratgebers ab.

(Quelle: Amazon)

Independently published (01. Juli 2023)

ISBN: 979-8398804102, Taschenbuch, 157 Seiten, EUR 16,43



Bruno Buchberger

Wissenschaft und Meditation

Auf dem Weg zur bewussten Naturgesellschaft

Dieses Buch spannt die zwei großen diametral entgegengesetzten Richtungen des Bewusstseins und den Raum dazwischen in einer großen Synthese auf – Intellekt und Stille, Wissenschaft und Meditation – und kreiert daraus einen Weg, wie die Weltfamilie zu einer nächsten faszinierenden und beglückenden Stufe in der Evolution fortschreiten kann, die der Autor „bewusste Naturgesellschaft“ nennt.

Der Autor schöpft hierzu aus fünf Jahrzehnten eigener intensiver Erfahrung als international erfolgreicher Wissenschaftler und geduldiger Meditierender.

Lassen Sie sich durch das Buch inspirieren, „den Sinn des Ganzen“ zu verstehen und Ihren eigenen Weg zu persönlichem und gesellschaftlichem Glück zu entwickeln!

(Quelle: Amazon)

Independently published (21. Januar 2024)

ISBN: 979-8868299117, Gebundenes Buch, 183 Seiten, EUR 16,50



DER MENSCH, Heft 64/65

Zeitschrift für Salutogenese und anthropologische Medizin

Salutogenese –

Orientierung inmitten von Krisen?

In dieser Ausgabe von "Der Mensch" wird das Konzept der Salutogenese als Wegweiser durch gesellschaftliche und individuelle Krisen vertieft. Theodor Dierk Petzold diskutiert in „Salutogenese als radikal integratives Gesundheitskonzept“ neue Gesundheitsdefinitionen. Michael Deppeler zeigt in „Salutogenese regional kultivieren“ auf, wie salutogenetische Ansätze lokal umgesetzt werden können, und Ottomar Bahrs erforscht die philosophischen Grundlagen.

Den Kern, der in dieser Ausgabe versammelten Texte, bilden vor allem Beiträge, die Anfang Mai 2024 bei dem von der ÖGL mitgestalteten Salutogenese-Symposium in Passau präsentiert und diskutiert wurden. Interessante

Fachartikel wie vom neuen ÖGL-Präsidenten Karim Hübler-Hegazy über “Chancen von Achtsamkeit in Krisenzeiten“ finden Sie darin ebenso wie von den ÖGL-Mitgliedern Christopher Moser über die Integration von Epigenetik in die Salutogenese und Elfriede Zörner über ein verbindendes Wertebewusstsein im interkulturellen Miteinander, das Zufriedenheit und Dankbarkeit fördert.

Verlag Gesunde Entwicklung (Dezember 2024)

Hrsg. Dachverband Salutogenese DachS e.V.

ISSN 1862-5266, Zeitschrift, 100 Seiten, EUR 12,00



Gerhard Roth
Alica Ryba

Coaching, Beratung und Gehirn

Neurobiologische Grundlagen
wirksamer Veränderungskonzepte

Fach-
buch
Klett-Cotta

Gerhard Roth & Alica Ryba

Coaching, Beratung und Gehirn

Neurobiologische Grundlagen wirksamer Veränderungskonzepte

Das Buch beleuchtet das Thema Coaching aus neurobiologischer sowie psychologischer Perspektive und bietet fundierte Grundlagen für eine wirksame Beratungspraxis. Es erläutert Faktoren, welche die Entwicklung und Veränderbarkeit von Persönlichkeit sowie Erlebens- und Verhaltensweisen bedingen, und vermittelt ein tiefgreifendes Verständnis verschiedener Interventionsansätze und ihrer Wirkungsweise.

Die wichtigste Aufgabe eines Coaches ist es, die Klientel dabei zu unterstützen, einschränkende Erlebens- und Verhaltensmuster zu erweitern. Die Autoren schildern, mit welchen neurowissenschaftlich fundierten Methoden dies in der beratenden Praxis gelingen kann. Das Buch wirft einen differenzierten Blick auf verschiedene Veränderungsebenen und -strategien sowie auf die Wirksamkeit von Coaching-Interventionen. Ein neurowissenschaftliches Standardwerk für qualitativ hochwertige Beratung. (Quelle: Amazon)

Klett-Cotta Verlag (19. September 2016)

ISBN: 978-3608949445, Taschenbuch, 392 Seiten, EUR 39,06

Rupert W. Federsel

Jenseits der Worte...

Sind wir nur dumm, oder schon verrückt?

Rupert Walter Federsel

Jenseits der Worte...

*"Sind wir nur dumm,
oder schon verrückt?"*

Bayer Verlag

In seinem 15. Werk fordert Rupert Federsel die Leser auf, die Augen vor den Schattenseiten unseres Zeitgeistes nicht zu verschließen. „Jenseits der Worte“ beschäftigt sich mit der dramatischen Umweltzerstörung als Folge eines entgleisten Turbokapitalismus. Federsel wirft die provokante Frage auf, ob wir „nur dumm sind oder schon verrückt?“ sind und betont die Dringlichkeit des Erwachens. Der Autor plädiert für eine gewaltfreie Abschaffung destruktiver Wirtschaftsstrukturen, um die globale Krise zu bewältigen. Ein Appell für Empathie und gemeinschaftliches Handeln zur Rettung unserer Welt.

(Quelle: OÖN, 10.03.2020)

»Es geht im Buch auch um das große Miteinander, um Liebe und um Empathie und um die Kraft der Veränderung hin zu einer global humaneren Welt. Und wenn ich dazu an Wunder glauben muss, dann tue ich es eben.«

(Zitat: Rupert Walter Federsel)

Bayer Verlag (1. Januar 2020)

ISBN: 978-3902952790, Taschenbuch, 200 Seiten, EUR 16,60