Spezialisierung auf Salutogenese – Upgrade zur/m Salutovisor/in®

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

Damit wurde ein Paradigmenwechsel eingeleitet: Weg von der Krankheitsbekämpfung hin zur Frage: „Was ist Gesundheit und was braucht der Mensch, um seine Gesundheit zu erhalten?“ Nur Gesundheit ist kein starrer Zustand, sondern ein beeinflussbarer Prozess, wir sprechen daher von einem Gesundheits-Krankheits-Kontinuum.

Die Antwort auf die salutogenetische Grundfrage liefert das Kohärenzgefühl, das als „Stimmigkeit, Zusammenhalt“ zu verstehen ist. Antonovsky definiert dieses als "eine globale Orientierung [...], die das Maß ausdrückt, in dem man ein durchdringendes, andauerndes aber dynamisches Gefühl des Vertrauens hat, dass die eigene interne und externe Umwelt vorhersagbar ist und dass es eine hohe Wahrscheinlichkeit gibt, dass sich die Dinge so entwickeln werden, wie vernünftigerweise erwartet werden kann".
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:
Einstieg in das Werk Aaron Antonovsky’s
Der dynamischer Prozess von Gesundheit und Krankheit
Kohärenzgefühl mit den drei Komponenten Verstehbarkeit, Machbarkeit u. Sinnhaftigkeit
Attraktive Gesundheitsziele und Resilienz
Kommunikative Kohärenzregulation, Authentizität
Salutogenese als Orientierung und Haltung im Beratungsgespräch
Praktische Übungen

Termin OÖ Herbst 2014: **Linz Freitag, 28. und Samstag, 29. November 2014**
Termin OÖ Frühjahr 2015: **Linz Freitag, 13. und Samstag, 14. Februar 2015**
jeweils FR 10 – 18 Uhr, SA 9 - 17 Uhr, € 198,- Andere Bundesländer auf Anfrage
Lehrgangsleitung: Elfriede Zörner

Information und Anmeldung:
Elfriede Zörner in Kooperation ÖGL, Hafnerstr. 16, 4020 Linz
M = 0676 / 32 99 176 Mail= zoerner@life-support.at

Günstige Unterkunft buchbar bei www.marienschwester.at oder über ein Wochenendpackage bei www.hotelamdomplatz.at