



Ausgabe Mai 2022
www.cls-austria.at

AKTUELL

Informationen - Berichte - Meinungen

A photograph of a wooden bridge with a railing, extending over a body of water. The sky is filled with soft, colorful clouds in shades of pink, orange, and yellow, suggesting a sunset or sunrise. The water reflects the light from the sky.

BRÜCKEN BAUEN - VERBUNDEN IN VIELFALT

ich sehe dich
du anderer
dass ich dich verstehe
ist ein irrtum
ein irrtum
der uns verbindet
wie eine brücke
in ein fremdes land
eine brücke immerhin
ein schönes land
ein fremdes

Markus Fellingner

VOM SINN DES HÖRENS

Wahrscheinlich ist es möglich, unsere Reife und unsere Bewusstseinsentwicklung daran zu messen, wie wir gelernt haben, unsere Sinne zu gebrauchen. Ursprünglich dient die Sinnlichkeit ja dem tiefen, identitätsstiftenden Bedürfnis, wahrzunehmen, wer wir selbst im jeweiligen Kontext sind.

Von Beginn an schauen wir, um Ansehen zu erlangen, wir riechen, um Zugehörigkeit zu erfahren, wir berühren, um die eigenen Grenzen wahrzunehmen, wir hören um Resonanzen zu erkunden... .

Um sich weiter zu entwickeln, gilt es die sinnlichen Fähigkeiten zu weiten, um die erfüllende Erfahrung des Verbunden seins zu machen. Ganz konkret lade ich dich ein, den Sinn hinter deinem Hören mit folgenden Fragen zu erkunden:

Höre ich die Worte eines Menschen auf mich

selbst bezogen? Höre ich forschend oder analysierend, um gute beraterische Antworten zu finden? Höre ich bewusst auf all das, was aus gutem Grund nicht hörbar wird? Nehme ich Zwischentöne wahr - das Zittern einer Stimme, die Angst verbergende Vokabeln? Höre ich beim Hören, was in mir selbst ins Klingen kommt, im Zwischenraum der stattfindenden Begegnung? Dringen Ressourcen an mein Ohr mitten in der Verletztheit eines Menschen voller Würde? Höre ich achtsam auf die Art meines Hörens? Trage ich so viel Stille in mir, um wirklich wesentlich hören zu können?

Dient mein Hören dazu, dass ein Mensch die Stimme Gottes in sich wahrnehmen kann? Ist mein Hören bereits eine zarte Berührung, ein liebendes Segnen? Spüre ich beim Hören die Freude über das Geschenk des Verbunden seins?

JÖRG SCHAGERL

Als mein Gebet immer andächtiger wurde, da hatte ich immer weniger und weniger zu sagen. Zuletzt wurde ich ganz still. Ich wurde, was womöglich noch ein größerer Gegensatz zum Reden ist, ein Hörer. Ich meinte erst, Beten sei Reden. Ich lernte aber, dass Beten nicht bloß Schweigen ist, sondern Hören. So ist es: Beten heißt nicht, sich selbst reden hören. Beten heißt: still werden und still sein und warten, bis der Betende Gott hört.

Sören Kierkegaard

ICH HABE RECHT - WENN ICH MICH NICHT IRRE....

In meiner Lektüre als Jugendlicher begegnete mir das figurenreiche Universum des Schriftstellers Karl May. Wahrscheinlich kannte sich Karl May nicht mit dem Thema „Konstruktivismus“ aus – dafür wurde er um 100 Jahre zu früh (nämlich 1842) geboren. Aber er konstruierte doch ganze Welten – Landschaften, Kulturen, Innenansichten seiner Charaktere. Winnetou kennt heute noch jede*r. Auch den wunderbaren Old Shatterhand – wahrscheinlich eine Art Ideal-Alter-Ego des Autors.

Diese spannenden Lesenachmittage und -abende sind jetzt über 50 Jahre her. Mit so viel Abstand sieht man oftmals klarer, nämlich auch die Nebenfiguren in Mays Phantasiewelt! Und so dachte ich jüngst wieder an den schrulligen Sam Hawkens. Wir erinnern uns: der geniale „Westmann“, das wandelnde Understatement mit der Nahtoderfahrung, als er vormals seinen „Skalp“ verlor. Weshalb er fortan eine Perücke trägt. Denn sein Echthaar hängt am Gürtel eines unfreundlichen Pawnee...

Ein Erleben, das ihm offenbar dabei hilft, Dinge nicht mehr allzu ernst zu nehmen – auch sich selbst nicht. Weshalb er Feststellungen gerne mit dem Zusatz „...wenn ich mich nicht irre“ (gefolgt von einem wie aus einer anderem Welt herkommenden Kichern) zu ergänzen pflegt. Tja, wer sich schon für verstorben hielt und dann wieder aufwacht, könnte doch

auch bei anderen Wahrnehmungen irren. Denn wir wissen: Es gibt so viele Welten, wie es Menschen gab und gibt. In jedem Kopf wird die Welt neu konstruiert, entsteht ein neues Welt-Bild. Wo der Prozess zeitweise festzustecken droht, werden Berater*innen aufgesucht. Und das durch Coaching oder in der Supervision neu Erfahrene, Gelernte oder Gefundene wird immer angepasst, erweitert oder verengt, umkonstruiert; im Idealfall gemeinsam mit den engeren Bezugspersonen und bis zum letzten Atemzug.

DAS ist es, was den Dialog (oder den Multilog) so interessant macht. Meine eigene Meinung kenne ich ja schon. Und zwar spätestens nachdem ich mich selbst darüber reden gehört habe. Aber: Ich könnte ja irren. Weshalb ein respektvoller Abgleich mit den Auffassungen anderer notwendig ist. Um Konsens und Dissens festzustellen.

Warum tun sich viele schwer damit? Ist es nur das „schwache Selbstbewusstsein“ oder die „Angst vor Fremdbestimmung“ oder „mangelnde Ambiguitätstoleranz“? Daran muss ich denken, wenn ich mir das Gezerre der letzten beiden Jahre rund um Pandemieverordnungen und -gesetze vor Augen führe. Wer „hat“ schon die Wahrheit im Verlauf eines Geschehens, das es in dieser Form noch nie gegeben hat? Es ist wie ein

Riesensexperiment mitten im Leben – und ich mitten drin. Ausgang ungewiss. Und zwar für alle. Punkt. Es lohnt sich wirklich nicht, über Verschwörungstheorien nachzudenken – so als ob irgendjemand von uns Menschen bei einem derart komplexen Geschehen im Hintergrund alle Fäden in der Hand halten könnte. Aber es lohnt sich immer, mit Andersdenkenden aufmerksam zu reden, solange keiner den anderen missionieren möchte. Und: Was wäre schon verloren, wenn ich zugäbe, bei einem bestimmten Thema keine feste Meinung – oder noch keine Meinung – zu haben? Auch andere Standpunkte erfahren und berücksichtigen zu wollen? Unsicherheit ... darf das sein? Nicht bei dem Spiel der sich gegenseitig aufschaukelnden Empörungen mitzumachen? Keine gehässigen Textnachrichten in die Welt zu schicken? In diesem Punkt „enthaltensam“ zu leben?

Ich habe jedenfalls vor, mich in den nächsten Monaten stärker selbst zu beobachten, wann immer ich anfangs, Dinge im Brustton der Überzeugung zu „verkünden“ – quasi „ewige“ Wahrheiten. Und stets leise vor mich hin kichernd zu feiern, wenn ich mich wieder einmal geirrt habe.

WALTER STEINDL

VON DER KRAFT BRÜCKEN ZU BAUEN

In den letzten Monaten habe ich mich oft mit dem Thema „Brücken bauen“ in der Gesellschaft auseinandergesetzt. Besonders im November und Dezember war für mich eine Spaltung aufgrund der unterschiedlichen Meinungen zu den Themen Covid und Impfung spürbar. Die Regierung gab eine Richtung vor, Regeln wurden aufgestellt und es kam zu großen Protestbewegungen. Der gesellschaftliche Graben war unübersehbar.



Ich meine, dass es während den letzten zwei Jahre bei vielen Menschen oftmals Grenzüberschreitungen gegeben hat, sei es bei Kindern, welche nicht mit ihren Freunden spielen konnten, die Erwachsenen, welche im Home-Office an ihre Grenzen kamen oder Senioren, welche in den Altersheimen kaum Kontakt mit ihren Liebsten hatten. Wurde dabei der Wut als Energie genügend Raum gegeben? Ich vermute nicht. Es wirkt wie eine erstarrte Spaltung, eine Lebensfreude und Kraft, die nicht mehr auf dem Level wie davor ist.

Vor kurzem hörte ich in der Beratung: „Ich bin mit der Gesamtsituation unzufrieden. Mir fehlt der Antrieb“. Diese Person arbeitet nun daran seine Wut zu finden und Themen aufzuarbeiten.

Doch was ist aus der Spaltung geworden?

Die Covid Situation hat sich abgekühlt. Die Impfpflicht ist gefallen und die mediale Aufmerksamkeit schwenkte auf andere weltpolitische Krisen und Sorgen wie die Inflation oder die Kaufkraft um.

Was ist jetzt nun mit der Spaltung? Ist sie weg?

Hat uns eine gemeinsame Gefahr, wie die des Ukraine Konflikts, wieder geeint?

In der Politik und im Privaten scheint es zumindest so. Es gibt eine weitgehende Einigkeit über die Verurteilung der Vorkommnisse in der Ukraine.

Hat uns diese neue Krise somit vereint, eventuell sogar geholfen die Gräben zu überwinden?

Persönlich beschäftige ich mich derzeit mit dem Gefühl Wut. Wut ist gut, Wut ist Lebenskraft. Diese Energie wird aktiviert, wenn Grenzen überschritten werden. Die Energie hilft uns dann zu reagieren, anzugreifen oder wegzulaufen. Wenn beides nicht möglich ist, gibt es noch das Totstellen. Im letzten Fall wird die Energie gespeichert. Unverarbeitet kann diese zu Depressionen und sogar Traumata führen. Es braucht somit eine Verarbeitung, um wieder auf ein gutes Energielevel zu kommen.

Ich meine, genau so etwas braucht es nun auch, damit wir wieder zu einer vollen Lebenskraft und zu einer guten Grundlage für Beziehung kommen. Geh mit anderen ins Gespräch, rede darüber was alles in den letzten Jahren nicht gelebt werden konnte und wo deine Grenzen überschritten wurden. Spüre dabei die Wut und komme dabei mit dir selber in Kontakt. Diese positive Lebenskraft stärkt zunächst deine Selbstbeziehung und ermöglicht anschließend Beziehungsbrücken zum Mitmenschen zu bauen.



ING. MARKUS WALDL
Diplom-Lebensberater, Work-Coach,
Männercoach
www.markuswaldl.at



Liebe Leserinnen! Liebe Leser!

„Der Mensch wird am DU zum ICH“! Martin Buber bringt es genial zum Ausdruck: Wir brauchen einander. Wir gehen zugrunde, wenn wir ausgestoßen werden, nicht mehr dazugehören. Wir sehnen uns danach verbunden zu sein! „Hörend“ zu sein fördert Verbundenheit, wie Jörg Schagerl in seinem Artikel schreibt, „Rechthaberei“, auf die Walter Steindl näher eingeht, spaltet und entzweit. Wie es gelingt „Brücken zu bauen“ beschreibt Markus Waldl in seinem Artikel. Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit beim Lesen und Durchblättern unseres Magazines! Und gleichzeitig möchte ich Sie auf unsere kommende **Fachtagung am 22.10.2022** in Linz hinweisen, welche sich in vielfältiger Weise mit dem Thema „Verbunden und doch frei“ beschäftigen wird. Ein bereichernder Tag mit Fachvorträgen, Aufstellungsformaten, Workshops und vielen Begegnungen erwartet Sie.

Dazu lade ich Sie herzlichst ein!

Ihre

Olga Kessel
Vorstandsvorsitzende der CLS

Mit meinem Eintritt in die Pension Anfang 2020 ist auch die Pandemie in mein und unser aller Leben getreten. Ich habe drei erwachsene Kinder und bin seit Juli 2019 in zweiter Ehe verheiratet. Die Hälfte des Jahres leben wir in Österreich und den Rest verbringen wir in Südengland. Im August letzten Jahres konnte ich das Gewerbe bei der WKO anmelden und mich in England bei der British Association for Counselling and Psychotherapy registrieren. Meine Beratungstätigkeit läuft langsam an und wird hauptsächlich online durchgeführt. So gestaltet sich auch diese Lebensphase als spannend und abwechslungsreich.

WENN EINSCHRÄNKUNGEN GEHEN UND UNSICHERHEITEN BLEIBEN

Man möchte meinen, dass mit den Lockerungen der Covid Maßnahmen das Leben wieder zur alten Normalität zurückkehrt. Für viele Menschen gestaltet sich dieser Prozess aber mehr herausfordernd als erleichternd. Das Ende der Beschränkungen wird als genauso hart empfunden wie deren Einführung.

Die Gesellschaft hat sich wieder geöffnet, aber viele fühlen sich noch nicht bereit, zu den Dingen zurückzukehren, die ihnen Spaß gemacht haben, wie ins Kino oder ins Restaurant zu gehen, oder sich unter große Gruppen zu mischen. Das Ende der Beschränkungen fühlt sich wie ein zusätzlicher Druck an, mitzumachen und nicht jeder empfindet die gleiche Begeisterung über die Rückkehr zu früheren Mustern.

Nur zu deutlich haben die gesellschaftlichen Ereignisse während der Pandemie gezeigt,

welche Ängste, Aggressionen und Frustrationen ans Licht kommen, wenn die freie Entscheidung plötzlich in Abrede gestellt wird.

Die Bemühungen, die Ausbreitung von COVID-19 einzudämmen, haben nahezu jeden Aspekt des täglichen Lebens der Menschen weltweit beeinflusst. Die Erholung von dem Umbruch, den diese Veränderungen mit sich gebracht haben, kann ebenfalls ein schwieriger Prozess sein.

Das kann starke Gefühle auslösen wie Angst, Sorge, Verwirrung, Unsicherheit oder Erleichterung, auch häufig eine Mischung aus diesen Emotionen.

Genauso wie es Zeit gebraucht hat, Wege zu finden, um mit dem Einschluss zurechtzukommen, wird es Zeit brauchen, wieder ins Leben zurückzufinden. Wichtig dabei ist, das eigene,



ERIKA HARDING, BEd.
Lebensberaterin, Counsellor, Seelsorgerin
<https://life-counselling.plus/>

für sich richtige Tempo zu finden und daran zu denken, dass man mit dieser Erfahrung nicht alleine ist.

Darum ermutige ich Menschen sich selbst mehr Zeit zu geben, sich nicht unter Druck setzen zu lassen, aber im Gegenzug auch anderen ihr eigenes Tempo zuzugestehen. Die Wiederaufnahme des Kontakts zu anderen Personen kann sich zunächst unangenehm anfühlen und die Entscheidung, welche Vorsichtsmaßnahmen am besten zur jeweiligen Situation passen, ist eine gänzlich persönliche. Es ist wichtig, diesen Gefühlen Angst oder Sorge Raum zu geben, sie ernst zu nehmen und mit den Menschen seines Vertrauens darüber zu sprechen.

Der Frühling ist wieder eingezogen und damit auch die Möglichkeit sich mehr in der freien Natur zu treffen, Wanderungen zu unternehmen oder ein Picknick zu organisieren.

Ebenfalls hilfreich sind Methoden zur schrittweisen Gewöhnung an vertraute Routinen. Sich langsam immer mehr den Dingen aussetzen, die man früher gerne getan hat und jetzt als unangenehm empfunden werden, verringert mit der Zeit die Angst und Unsicherheit davor. Alle paar Tage etwas tun, das herausfordernd ist und sich keine Vorwürfe machen, wenn es nicht so gut klappt, notieren, was man erreicht hat, was Spaß gemacht hat oder was überraschend war.

Hin und wieder passiert es mir, dass ich zögere, wie ich mein Gegenüber begrüßen darf, kann oder soll. Wenn man mit etwas Humor an die Situation herangeht, kann über unbeholfene Verrenkungen dann ja auch geschmunzelt werden. Während des gesamten Prozesses ist es wichtig, geduldig und freundlich mit sich selbst und seinen Mitmenschen zu sein.

AUFSTELLUNGSLEHRGANG – „EINE INTENSIVE SELBSTERFAHRUNGSREISE MEINES LEIBES“

Im Lehrgang erforschten wir wesentliche Haltungen und ethische Richtlinien der Aufstellungsarbeit. Zudem bekamen wir Zugänge zu Resonanzphänomenen. Die weitreichenden Einsatzmöglichkeiten der unterschiedlichen Aufstellungsformate wurden diskutiert.

Die Begeisterung, die Liebe zu den jeweiligen Formaten und das weitreichende Potential unserer ReferentInnen und deren Schwerpunkte, machte die Vielfalt und Intensität des Lehrgangs so besonders. Das persönliche Einlassen auf „echte“ Lebensthemen zum Üben und die damit verbundene reflektierende Aufarbeitung erlaubte es mir in jedem Seminar in tiefgehende Prozesse zu kommen. Persönlich habe ich erlebt, das Aufstellung zutiefst Selbst – Erfahrung ist. Die theoretischen Informationen stellten die Grundlage dar, um mich innerhalb der Formate bewegen zu können oder dadurch bewegt zu werden.

In den unterschiedlichen Ansätzen war für mich gut spürbar wo eher mein Kopf und die Emotionen gefordert waren oder auch meine imaginativen Fähigkeiten, dementsprechend sicher fühlte ich mich bei strukturierten Ansätzen. Am meisten herausgefordert hat mich der Bereich Psychodrama, da es in diesem Format wesentlich ist, meinen Emotionen und meinem Leib Ausdruck zu verleihen, wo ich spürbar merkte, dass ich Blockaden hatte, mich intensiver auszudrücken und sogar Triggerelemente aktiviert wurden. Es war sehr überraschend und spannend dies zu erleben, da ich in den ersten beiden Modulen das gefühlt hatte, mit den strukturierten Aufstellungen gut im „überschaubaren Kontrollbereich“ zu sein. Interessant für mich

als Therapeutin waren auch die Reaktionen in Bezug auf Überforderung und wie sehr sich ein Mensch danach sehnt, Struktur von außen zu bekommen und was es wiederum auslöst, wenn diese nicht in der Art und Weise gegeben wird, wie sie gewünscht wird. Verantwortungsübernahme, Identität, Umgang mit Gruppenphänomenen, Grenzerfahrungen, Fokus setzen, Mut zum Ausdruck meines Menschseins – spontane Gelegenheiten als Chance nehmen um sich zu entwickeln, wenn mein Wunsch nach „bekümmert und umsorgt werden“ nicht erfüllt wurde, waren nur einige der tollen Selbsterfahrungsaspekte die zwischendrin und nebenbei Gelegenheit zur Reifung gaben.

Wahrnehmungsübungen als warm up, Gliederpuppenarbeit, Triade, Skulpturarbeit, Rollenspiel, Familienrekonstruktion, Psychodrama, Strukturaufstellungen, Arbeit mit Bodenanker, Arbeit mit Stühlen, verdeckte Aufstellungen, Organisationsaufstellungen und unglaublich viele Informationen von Übungsmöglichkeiten und Abwandlungen von Formaten ließen diesen Lehrgang etwas ganz Besonderes für mich sein. Diese vielen Möglichkeiten brachten mich fast in ein „Tetralemma“, soll ich „das Eine“, „das Andere“, „Beides“ oder „Keines von Beiden“ nehmen oder mich doch für „Das alles nicht, sondern ganz was Anderes“ entscheiden.



MANUELA WINTERSTEIGER
Psychotherapeutin, Traumatherapeutin, Supervisorin, Lebens- und Sozialberaterin
<https://www.wintersteiger.org/>

Schmunzelnd schließe ich diesen Text, erfüllt mit tollen Inhalten, berührenden tiefgehenden Erfahrungen, sehr feinen Gesprächen und Begegnungen, Herausforderungen aller Art und vor allem der Erkenntnis, dass ich am meisten wachse, wenn sich das System so verhält, das ich so berührt werde, dass ich berührt bin und mein Leib Zeichen gibt, das er bereit ist für die nächsten Schritte meiner Entwicklung. Danke für die vielen Bereicherungen und eine Empfehlung an Alle die wachsen wollen, diesen Lehrgang zu besuchen, er ist zutiefst empfehlenswert.

Wir gratulieren den Absolvent_innen des Fortbildungslehrganges AUFSTELLUNGSARBEIT (März 2022)

- * BUCHINGER Beatrix
- * DOPPELBAUER Carmen, Mag.
- * JANSKY Sigrid, MSc
- * RAMPITSCH Claudia, Mag. MA
- * RUTTIG Andrea
- * SEIDEL Felicitas
- * SPRINGER-LANGTHALER Petra
- * STEINMAURER Ulrike
- * TSCHIEDL Sigrid, Mag.
- * VEIT Birgitta, Mag.
- * WINTERSTEIGER Manuela



Unser nächster Aufstellungslehrgang startet Februar 2023 in Salzburg. Infos unter <https://www.cls-austria.at/fortbildungslehrgaenge-psychologische-beratung>



PERSÖNLICHKEIT & IDENTITÄT

Im Herbst 2022 findet in Wien der nächste Lehrgang Persönlichkeit & Identität mit Dr. Beate Bruckner statt. Einige Stimmen aus dem letzten Lehrgang:

Die Entscheidung für den Lehrgang „Persönlichkeit & Identität“ traf ich spontan und intuitiv, und hätte vom Zeitpunkt her für mich nicht passender sein können. Kurz nach dem Tod meiner Mutter verhalf mir diese besondere Zeit, eine Rückschau auf mein bisheriges Leben und deren Wurzeln zu halten und gleichzeitig zu einer ganz persönlichen Neuorientierung für die letzten Jahr(zehn)te meines Lebens. Wir waren eine kleine, feine Gruppe mit den unterschiedlichsten Charakteren und Lebensentwürfen, die im Laufe des Lehrgangs zu richtigen Freund*innen wurden. Durch das Nachdenken und Recherchieren über die Werte, Glaubenssätze und Lebenssituationen meiner Eltern und Großeltern habe ich viele Facetten meiner Kindheit sowie meiner weiteren Entwicklung bis zum heutigen Tag Revue passieren lassen. So konnte ich mich ganz bewusst und spürbar aus dem Netz der Vergangenheit mit all dem „Pflicht-Erfüllen“ und „Leisten-Müssen“ befreien. Ich erlebe nun mein Erbe mit all seinen Ressourcen und Resilienz fördernden Erfahrungen als wertvolle Wegzehrung für glückliche und erfüllte Jahre in meinem Lebensrucksack. Er trägt sich leicht, ist voller Dankbarkeit,

Buntheit, Bewegung, Tanz, Entspannung, Glaubensstärke, Sinn, Freude, Glück und Leichtigkeit. Ich freue mich darauf, diesen „Wohl-Fühl-Weg“ von ganzem Herzen und voller Hoffnung, Vertrauen und Visionen weitergehen zu dürfen, als „Netz-Werkerin Gottes“. Danke für die wunderbare Zeit :)

Mag. Margit Schweiger-Back

„Die wundervollen und vielfältigen Vorträge, Inputs, Infos und Übungen bei der Seminarreihe Persönlichkeit & Identität waren sehr bereichernd für mich. Dank Beates großem Engagement konnte ich mich persönlich in den letzten Monaten sehr stark weiterentwickeln, zu mir selbst finden und mich entfalten. Ich habe meine Persönlichkeitsstärken entdeckt und weiterentwickelt, alte Denkmuster aufgearbeitet und mehr Selbstliebe sowie Selbstbewusstsein entwickelt. Für all das bin ich dir wirklich dankbar, Beate.“

Matthias Hörmann

Die bunt-zusammengewürfelte Gruppe wuchs durch den offenen und respektvollen Austausch immer mehr zusammen und ich erlebte eine Atmosphäre des Vertrauens.

Durch diesen Kurs habe ich gelernt, meine eigene Identität zu stärken, die Anzeichen meines Körpers besser zu verstehen und zu deuten, mit negativen Gefühlen besser umzugehen und einen positiven Zugang zu mir selbst zu bekommen. Es ist mir bewusst geworden, dass es in meiner Selbstverantwortung liegt, Situationen und Begegnungen mitzugestalten und mich nicht als „Opfer“ ergeben zu müssen. Durch das Bewusstwerden meiner Selbstwirksamkeit, fühle ich mich nicht mehr ausgeliefert, sondern kann selbstsicher, selbstbestimmt und souverän in die Begegnungen gehen und mich im Bedarfsfall auch schützen und abgrenzen. Es hat sich für mich bestätigt, dass es wichtig ist, auf eine gute Selbstfürsorge zu achten. Der Kurs hat mich in meiner Identität gestärkt und die Freude über meine eigene Persönlichkeit wieder wachgerufen.

Marie-Christine Wagner



LEHRGANG TRAUMACARE IN CHINA - EIN INTERNATIONALES AUSBILDUNGSANGEBOT DER CLS

Von Juni 2020 - April 2021 fand unser erster Traumacare Lehrgang in China statt, alles online. Trainings-Schwerpunkt ist die Auseinandersetzung mit dem Thema Entwicklungstrauma, ressourcenorientierte Fertigkeiten aus Trauma-Pädagogik und Psychotherapie, Resilienz für die Prävention emotionaler Störungen und Kompetenzen für eine gute Selbstfürsorge der Helfer. Im April 2022 hat der 2. Lehrgang abgeschlossen. CLS gratuliert den 24 Teilnehmern und Mitarbeitern. Unsere drei Studienblöcke gaben genügend Auseinandersetzung mit den Schwerpunkten: Block 1 - Sichere Bindung und Beziehungen, Block 2 - Trauma und Stabilisierung, Block 3 - Emotionen und Toxische Beziehungen. Ich möchte mich sehr bedanken bei CLS.

Ein Zertifikat eines ausländischen Instituts ist ein wertvoller Zugewinn für die Studenten. Und ein Danke an mein Team, das dem Training mehr menschliche Qualität verliehen und das innere Verarbeiten großartig unterstützt hat.

Tina M.Hoffmann, MSC

Es hat mir geholfen, mehr über den Traumbereich und über mich selbst zu lernen, und es hat mir geholfen, mich besser zu fühlen und angemessen mit meinem Trauma umzugehen. Die Materialien des Kurses bieten auch viele Informationen über die verschiedenen Arten von Traumata.

Lihua

Das Unterrichtsmaterial beschreibt sehr gut, wie man verwundeten Menschen mit den unterschiedlichsten Überlebensstrategien hilft. Es ist eine große Hilfe für mich. Ich habe viel über mich und andere gelernt.

Anonym

Während des Kurses wurde mir klar, dass einige der Emotionen oder Reaktionen die Eltern haben, von der Vergangenheit beeinflusst sind. Diese Probleme wirken sich auch auf die emotionale Wahrnehmung und die emotionalen Reaktion von Kindern aus. Als Eltern müssen wir über unsere eigenen Reaktionen Bescheid wissen, um unseren Kindern helfen zu können

Lin Shaofen



TINA M.HOFFMANN, MSC
Diplom-Lebensberaterin, Supervisorin, Trainerin, Traumapädagogin, NARM-Counselor

DIE QUELLEN MEINER FÜHRUNGSKRAFT



In der Beratung begegnen uns immer wieder Menschen, die sich zwar als „spirituell“ bezeichnen, die aber nicht für die Bewältigung ihrer Lebensherausforderungen aus einer spirituellen Quelle schöpfen. Selbst sehr gläubige Menschen benutzen ihre religiöse Tradition oft mehr zur Selbstregulation - die dann freilich auch zum Entwicklungshindernis werden kann, wenn sich wesentliche Dinge im Leben ändern.

Eine Gruppe, die einen besonderen Bedarf an Ressourcennutzung hat, sind Führungskräfte. In ihrem täglichen Ringen in der Verantwortungsübernahme geht es um einen optimalen

Einsatz von Ressourcen, um die hochgesteckten Ziele mit den Mitarbeitenden zu erreichen. Wenn hier Spiritualität überhaupt noch Platz hat, dann häufig vor allem, um wieder

„runter“ zu kommen. Das Spirituelle eine sprudelnde Quelle für das eigene, verantwortungsvolle Leben sein kann, ist heute zwar wieder modern, aber wenig bewusst. Über die Ausrichtung an Sinn und Werten, an Gemeinschaft und Achtsamkeit, an Ritualen und Feiern hinaus eröffnet die Spiritualität einen Raum für Inspiration und transformierende Begegnungen mit dem Transzendenten. Die CLS will nun in einem neuen Weiterbildungsformat diese Quelle Führungskräften aus den verschiedenen Bereichen der Gesellschaft erschließen. Im schönen Stift Seitenstetten werden an vier Wochenenden die Grundlagen gelegt für eine eigene spirituelle Praxis. Zwischen den Tagen der Begegnung gibt es angeleitete persönliche Übungsschritte und Begleitungseinheiten. Wer Führungskräfte kennt, für die eine solche Weiterbildung nutzbringend wäre - bitte weitersagen. 😊

Wir freuen uns auf das gemeinsame Schöpfen aus dieser ressourcenreichen Quelle!

MMAG. STEFAN REICHEL, MSc, BA
Psychologe, Theologe, Psychotherapeut und Coach

LEHRGANG SUPERVISION

In „verrückten“ Zeiten ist es gut und wichtig auf eine solide Weiterbildung zu bauen. Danke an unsere Vortragenden für die wertvollen Impulse und die vielen Denkanstöße! Es waren vier tolle Module, vollgepackt mit

Expertenwissen, Auffrischungen und neuen Erkenntnissen kombiniert mit verschiedenen Blickwinkel und schlussendlich dem guten Gefühl: „Das kann ich von nun an gut in meinem beruflichen Alltag umsetzen!“

Danke an die Kolleg_innen für die tiefgehende Zusammenarbeit, ich freue mich aufs gemeinsame Netzwerken!

Mag. Brigitte Pachler

Wir gratulieren den Absolvent_innen des Fortbildungslehrganges SUPERVISION für Lebens- und Sozialberater_innen November 2021

- * DOPPLER Sabine
- * DOPPLINGER Susanne
- * HANNAK Renée, MA
- * KERSCHBAUMER de VALON Anne-Dominique, Mag.
- * KÖCK Angelika, DSP
- * KUMMER Claudia, Mag.(FH) MSc
- * MAYERHOFER Andreas, BEd. MA
- * PACHLER Brigitte, Mag.
- * ROTH Albert
- * SKOP Sabine, DSA
- * ZAGLER Angela DI



ZUKUNFTSFIT INS LEBEN UND SCHUL-VERWEIGERUNG ALS ENTWICKLUNGSCHANCE

Zwei aktuelle Bücher, wie sie unterschiedlicher nicht sein könnten und doch bauen beide Autorinnen wertvolle Brücken in ihren jeweiligen Spezialgebieten: Dr. Brigitte Bösenkopf als Leiterin und Gründerin vom Stresscenter in Wien mit ihrem neuesten Werk „Meister deines Lebens: Zukunftsfähig im Beruf Glückliche im Privatleben. So hast du Erfolg in der Karriere und private Zeit die wirklich zählt“, sowie Johanna Kiniger mit ihrer Studie zur Schulverweigerung als Entwicklungschance und dem daraus entstandenen gleichlautendem Buch.

Die Stressexpertin Dr. Brigitte Bösenkopf hat ihre Erfahrungen in ein lesenswertes Buch verpackt, um Menschen zu ermutigen ihre Lebensfreude gerade auch in Krisenzeiten und schwierigsten Bedingungen nicht zu verlieren. Laut der Autorin machen drei Dinge den persönlichen Erfolg aus: Wissen, Können und Wollen!

Sie lädt im Lesen zu einer ständigen Selbstreflexion ein und zeigt vielfältige Möglichkeiten auf, um persönlich und beruflich fit für die Zukunft zu werden. Ihr Berufsleben lang beschäftigt sie die Frage,

wie es Menschen gelingen kann auch unter Stress und schwierigen Lebensbedingungen gesund und optimistisch zu bleiben. Als langjährige Wirtschaftstrainerin und Vortragende kennt sie sehr gut die Anliegen sowohl der Arbeitnehmer:innen, als auch der Arbeitgeber:innen. Die Autorin hat sich intensiv mit den Arbeitsprozessen beschäftigt, die Menschen brauchen, um motiviert und energiegeladener leben und arbeiten zu können.

Intensiv, nämlich mit einer länderübergreifenden Studie über Schulverweigerer in Österreich, Italien, Deutschland und der Schweiz, hat sich die Südtirolerin Johanna Kiniger einem außergewöhnlichen Thema gewidmet. Sie schlägt in ihrem Buch und in ihrer engagierten Lehrtätigkeit, sowie im Coaching und der Beratung auf einfühlsame Weise systemisch-lösungsorientierte Brücken zwischen etablierten Systemen und den daran quasi scheiternden Gruppen. Das daraus abgeleitete „Neun-Phasen-Modell der Schulverweigerung“ wird in dem Buch dargestellt und zeigt innovative, sowie wirkungsvolle Präventions-, Interventions- und Rehabilitationsmöglichkeiten auf.

Johanna Kiniger verknüpft dabei mehrere Anliegen: sie erforschte Schulverweigerung aus einem neuen Blickwinkel und regt als Reframing ein Um- und Neudenken in Gesellschaft und Schule an. Zudem bietet sie im siebten Kapitel auch Lösungswege aus der Sackgasse der Schulverweigerung an. Im Buch werden auch die Ergebnisse aus der Studie ausreichend präsentiert und diskutiert. Insgesamt ein sehr lohnens- und lesenswertes Buch für alle Pädagog:innen und mit Schule konfrontierte Berater_innen.

Mag. Andreas Zimmermann



Dr. Brigitte Bösenkopf:
Meister deines Lebens.
Remote-Verlag, 2021.
200 Seiten. Euro 17,14



Johanna Kiniger:
Schulverweigerung als
Entwicklungschance.
Carl-Auer Verlag, 2021.
199 Seiten. Euro 23,60

WIR GRATULIEREN ZUM ABSCHLUSS

... **Fachausbildung Seelsorgerliche Begleitung / Grundlagen der Beratung 2021/ 2022**

- * LUDWIG Edith
- * POIER Elisabeth
- * KODER Ana
- * SCHULZ Tamara, Mag.
- * DONAUBAUER Adelheid
- * REGENFELDER-HAAS Selena, B.A.
- * WIMMER Andrea
- * HARBICH Sabine
- * KODER Magdalena
- * EBRUSTER Eveline, BEd.
- * SUREKOVA Ruzena, Mag.Dr.

... **Diplomlehrgang Psychologische Beratung / Lebens- und Sozialberatung November 2021**

- * CUENOD Héléne, MA
- * WALDL Markus, Ing.

... **Fortbildungslehrgang SPIRITUAL CARE Jänner 2022**

- * KÖCK Angelika, DSP
- * LOPEZ-KUBBEN Isabel
- * MAJOR Brigitta
- * MAYRHOFER Elfi
- * PRIELER Karin
- * REUTER Renate
- * STÖBER Julia
- * STURMBERGER Martina
- * WINTERSTEIGER Manuela

**Diplomlehrgang in 5 Semestern
PSYCHOLOGISCHE BERATUNG
Lebens- und Sozialberatung**

Neue Lehrgänge starten am

17./18.6.22 in Salzburg
9./10.12.22 in Horn/NÖ
24./25.03.23 in St.Pölten/NÖ

Ziel ist es unseren Absolventen*innen höchste Kompetenz für ihre berufliche und persönliche Entwicklung zu bieten, welche die je eigene Spiritualität mit einschließt.

Impressum: Der gemeinnützige Verein „Initiative Christliche Lebensberatung und Seelsorge“ Counseling für Lebens- und Sinnfragen (ZVR-Zahl 159872645) ist ein Ausbildungsinstitut, dessen Lehrgangsveranstaltung Lebens- und Sozialberatung gemäß § 119 Abs. 5 GewO 1994 vom Fachverband des Gewerbes Personenbetreuung und Personenberatung mit der Lehrgangsnummer ZA-LSB 028.0/2003 zur Durchführung genehmigt wurde (§ 5 Abs. 1). Bildrechte: CLS, iStock, Riegler, Pixabay.at, Bankverbindung: Raiffeisenbank St.Marien, IBAN AT27 3453 0000 0005 9600

CLS, Neuhofner Straße 17, 4502 St. Marien, Tel: 07227/20972, EMail: office@cls-austria.at, Home: www.cls-austria.at