

Weitere Informationen und Anmeldung:

Bei Fragen zur Weiterbildung und zur Anmeldung wenden Sie sich gerne an: **Prof. Günter Tomberg**, Tel. mobil 0049-176-11200400 oder per Mail an guenter.tomberg@t-online.de

Bitte fordern Sie unsere Weiterbildungsvereinbarung an, die wir unterschrieben für Ihre verbindliche Anmeldung benötigen.

Veranstalter:



Institut für systemische Beratung am See
c/o Praxis für Gesundheit und Resilienz
Prof. Günter Tomberg
Bohlstraße 5 A, D-78465 Konstanz/Bodensee

Dieses Institut wurde 2014 von Sigrid und Prof. Günter Tomberg gegründet, um in unterschiedlichen Handlungsfeldern systemische Beratungsprozesse und die systemische Beratungsarbeit und -praxis weiter zu vermitteln und als wertvolles Handwerkszeug möglichst vielen Menschen zur Verfügung zu stellen.

Diese berufliche Weiterbildung wird in Kooperation mit **Arbeiterwohlfahrt** (Kreisverband Konstanz e.V.), **Caritasverband** (Singen-Hegau e.V.) **Diakonisches Werk** (des Kirchenbezirks Konstanz, Radolfzell), dem **Paritätischen** (Kreisverband Konstanz e.V.) und dem **Deutschen Roten Kreuz** (Kreisverband Konstanz e.V.) durchgeführt.

Fotos:
Titelseite „Der vitruvianische Mensch“ von Leonardo da Vinci (de.wikipedia.org), alle anderen privat

3. Weiterbildung zum systemischen Gesundheitscoach 2019 – 2021 berufsbegleitend in der Bodenseeregion



Institut für systemische Beratung am See
(Konstanz)



in Kooperation mit



Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband
Konstanz



Caritas-
verband
Singen-
Hegau



Deutsches
Rotes Kreuz
Kreisverband
Konstanz



Diakonisches
Werk des evang.
Kirchenbezirks
Konstanz

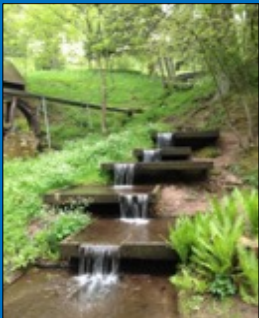


Der Paritätische
Kreisverband
Konstanz

Das „Institut für systemische Beratung am See“ bietet seit 2015 – und nun zum dritten Mal – in der Bodenseeregion eine zweijährige berufsbegleitende Weiterbildung zum "systemischen Gesundheitscoach" an und lädt Interessierte herzlich zur Teilnahme ein.

Diese Weiterbildung wird in Kooperation mit den Freien Wohlfahrtsverbänden im Landkreis Konstanz angeboten, denen die Gesundheit ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter am Herzen liegt. Die Weiterbildung schult sowohl zur Sensibilisierung und Prävention für das Thema „Gesundheit“ als auch zur Anwendung von Coaching für konkrete Lösungen am Arbeitsplatz, z.B. im betrieblichen Gesundheitsmanagement

Einführung:



Stress und Burnout sind die Themen unserer Zeit. Stressbedingte Erkrankungen bis hin zu Burnout nehmen in unserer westlichen Leistungsgesellschaft rasant zu. Von den Krankenkassen werden dazu alarmierende Zahlen vorgestellt: 50 % der deutschen Erwerbstätigen sind davon überzeugt, dass die Belastungen an ihrem Arbeitsplatz in den vergangenen beiden Jahren erheblich gewachsen sind.

In Beratung, Coaching und betrieblichen Gesundheitsprogrammen werden die Themen Gesundheit und Gesundbleiben in den nächsten Jahren von zentraler Bedeutung sein. Dabei kann „Gesundheitscoaching“ als individuelle Dienstleistung die Menschen dabei unterstützen, selbst gesundheitsförderliche Haltungen zu entwickeln und gesünder zu arbeiten und zu leben.

Inhalte:

Inhaltlich sieht der **Lehrplan der systemischen Weiterbildung** folgende Themenschwerpunkte vor:

Modul 1 (20. – 22. September 2019 in Konstanz-Wallhausen)

- Einführung in Gesundheit, Resilienz und Salutogenese, systemisches Gesundheitsmodell - Vorstellung des Referenten-Teams

Das Trainerteam:

Leitung der Weiterbildung:



Sigrid Tomberg (Konstanz)

Dipl. Sozialpädagogin, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin (DAJEB Stuttgart), Systemische Supervisorin und Coach (SG), Cranio-sacrale Traumatherapeutin, Dipl.-Yoga-Lehrerin, eigene systemische Beratungspraxis in Konstanz.

(www.beratung-am-see.de)



Günter Tomberg (Konstanz)

Dipl. Soz.Päd., langjähriger Vorstand eines Wohlfahrtsverbandes und versch. Gesellschaften (Pflege, Integration, Dienstleistungen), Honorarprof. für Management der KH Freiburg, Organisationsberater/Trainer, Dipl. Systemischer Berater und Gesundheitscoach (ECA), eigene Praxis für Gesundheit und Resilienz. (www.gesundsein-am-see.de)



Agi Joos (St. Moritz)

Dipl. Naturheilpraktikerin, Meditations-Coach, Ausbildungen in Pflanzenheilkunde und in Heilhypnose nach Milton H. Erickson, Yoga-Lehrerin, eigene Praxis für Naturheilkunde in St. Moritz.

(www.xund-engadin.ch)

Gast-Dozentin:



Margit Krämer (Insel Reichenau)

Physiotherapeutin, Osteopathin, Therapeutin in Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) und Akupunktur, Qi-Gong-Lehrerin, Heilpraktikerin, eigene Praxis für Naturheilkunde auf der Insel Reichenau.

(www.praxis-kraemer-reichenau.de)

Dauer & Umfang:

Die berufsbegleitende Weiterbildung dauert 2 Jahre (September 2019 – ca. Sommer 2019). Sie beinhaltet 8 Module à 30 Unterrichtseinheiten (insgesamt 240 UE), die jeweils an Wochenenden von Freitag bis Sonntag stattfinden.

Die Präsenzzeiten der einzelnen Module sind Freitag 10:30 – 19:00 Uhr, Samstag von 9:00 – 18:00 Uhr und Sonntag von 9:00 – 15:00 Uhr.

Termine & Orte:

Die Weiterbildung startet mit dem 1. Modul vom **20. – 22. September 2019** und findet statt in der systemischen Praxis „Beratung am See“ in Konstanz-Wallhausen, Henrich-von-Tettingen-Straße 37.



Das 5. Modul findet in St. Moritz im Engadin/ Schweiz statt, ein Modul voraussichtlich in Balderschwang/ Allgäu (Anreise jeweils Donnerstags) - die weiteren Module finden in Konstanz-Wallhausen in der „Praxis für Beratung“ statt.

Kosten:

Ihre Investition beträgt pro Modul 650,- Euro (insges. 5.200,- Euro für alle 8 Module). Die Kursgebühr beinhaltet 240 Unterrichtseinheiten, ausführliche schriftliche Seminarunterlagen, ein Zertifikat nach erfolgreicher Teilnahme an allen Modulen, sowie Getränke, Obst und Gebäck während der Seminarzeiten. Mittagessen und sonstige Verpflegung oder Übernachtungskosten sind vom Teilnehmenden selbst zu tragen.

Bei Vorabzahlung der Gesamtgebühr bis spät. 6 Wochen vor Beginn des ersten Moduls erhalten Sie einen Rabatt von 500,- Euro (Gesamtgebühr dann 4.700,- Euro). Die Gesamtgebühr kann auch in 24 monatlichen Raten à 225,- Euro bezahlt werden (dann 5.400,- Euro).

Für Mitarbeitende der Kooperationspartner gelten Sonderkonditionen. Die Weiterbildung ist beim Regierungspräsidium Freiburg als „berufliche Bildungsmaßnahme“ anerkannt und umsatzsteuerbefreit.

Modul 2 (November/ Dezember 2019)

- Grundlagen systemischen Denkens, Systemische Beratungs- und Coaching-Techniken (in Theorie und prakt. Anwendung)

Modul 3 (März 2020)

- Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), Ernährung nach TCM, Bewegungslehre und gesunde Körperhaltungen, Achtsamkeitstraining mit Qi-Gong

Modul 4 (Juni 2020)

- Training von Coaching-Gesprächen, Reflexion und Supervision von Coaching-Prozessen, Symptomaufstellungen und deren Anwendung, ethische Grundhaltung/ Verantwortung des Coach

Modul 5 (Oktober 2020)

- Naturheilkunde, Pflanzenlehre, Säure-Basen-Haushalt, Auswirkung auf die Ernährung, Achtsamkeitstraining mit Meditation und Yoga

Modul 6 (Januar 2021)

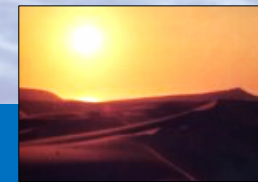
- Wertschätzende Kommunikation, Konfliktmanagement und Konfliktlösungen, gesunde Beziehungen am Arbeitsplatz und im Privatleben.

Modul 7 (März 2021)

- Hypnotherapeutische Ansätze nach Milton H. Erickson, Grenzerfahrungen: Umgang mit Trauer, Schmerz und Tod, Übungen zur Stärkung der Resilienz

Modul 8 (Juni 2021)

- Anwendung und Transfer in die Praxis/ Aufarbeitung offener Fragen/ Auswertung/ Zertifikatsübergabe/ Abschlussfest



健康

JIANKANG = DER GESUNDHEIT DIENEN

Ziele:

Die Teilnehmer erlernen folgende **Kernkompetenzen**, um Gesundheitscoaching für Ihre Klienten und Kunden anbieten zu können:



- fundierte Kenntnisse in den Bereichen der Gesundheitsprävention erlangen,
- Kenntnisse über Zusammenhänge zwischen Körper, Atem, Geist und Emotionen erwerben,
- Hintergründe über die Auswirkung der Ernährung auf die Gesundheit des Körpers erfahren,
- strukturierte Coaching-Gespräche mit systemischen Fragetechniken und Methoden führen können (Lösungs- und Gesundheitsorientierung),
- wertschätzende Kommunikation und die Bearbeitung von Konflikten und Krisen einsetzen können, um beim Klienten einen erfolgreichen Veränderungsprozess zu initiieren,
- Achtsamkeit für sich selbst trainieren, um mit körperlichen Symptomen und Emotionen umgehen zu lernen,
- gesundheitsfördernde Übungen z.B. im Bereich der Bewegung und Resilienz kennen und anwenden lernen,
- die eigene Lebensweise für sich überdenken und Neues integrieren, um eine gesunde Lebensbalance zu erreichen.

Methoden:

Das Trainerteam arbeitet methodenübergreifend u.a. mit folgenden Ansätzen: lösungsfokussierter Gesprächsführung, Visualisierungstechniken, hypnosystemische Strategien, systemische Methoden (u.a. Organisations- und Symptomaufstellungen, Arbeit mit dem Systembrett, timeline), Körperwahrnehmung und Entspannungstechniken wie Achtsamkeits- und Resilienzübungen, Qi-Gong und Yoga.



Das vermittelnde Wissen wird erlernt und vertieft durch Kurzvorträge (Dozenteninput), Plenumsdiskussionen, Kleingruppenarbeit, Partnerinterview, Kurzpräsentation, Coachingsitzungen unter Supervision, Feedback, Übungsaufgaben in Theorie und Praxis, Abschlusspräsentation. Unterschiedliche berufliche Hintergründe der Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden als Ressource und Bereicherung genutzt.

Abschluss:

Die Weiterbildung wird mit einem Zertifikat als „systemischer Gesundheitscoach“ abgeschlossen. Voraussetzungen dafür sind die regelmäßige aktive Teilnahme an allen Modulen sowie die Präsentation eines individuell gewählten Themas, einer Methode oder einer Aufstellung.

Zielgruppe:



Die Weiterbildung richtet sich an:

- Führungskräfte sowie Mitarbeitende aus den Freien Wohlfahrtsverbänden im Landkreis Konstanz und aus dem Sozial- und Gesundheitswesen,
- Mitarbeitende aus Schulen, Kommunen, aus der Personalentwicklung, Betriebsräte, Fachkräfte der Gesundheitsberufe, Berater, Coaches und Trainer und Therapeuten,
- Menschen, die ihr Berufsbild um den Bereich der systemischen Gesundheitsberatung erweitern und Coaching-Kompetenzen erwerben wollen,
- Menschen, die sich selbst entwickeln wollen mit dem Ziel, dieses an andere in Beratung und Coaching-Prozessen weiterzugeben.

Teilnahmevoraussetzungen:

Bereitschaft zur Selbstreflexion und sich auf einen ganzheitlichen Lernprozess in einer Gruppe einzulassen, Interesse an der Anwendung von Coaching für Einzelpersonen, Teams und in Organisationen. Die Teilnehmerzahl beträgt mind. 8 und max. 15 Personen.