



**DIE VOLKSHOCHSCHULE**  
der Stadt Osnabrück

Bergstraße 8 · 49076 Osnabrück

**Fachbereich**  
**Psychologie und Pädagogik**

Fachbereichsleiter: Jürgen Bendszus

Tel.: 05 41/323 – 44 22

**Geschäftsstelle:**

Tel.: 05 41/323 – 22 43 – 46 94

Fax: 05 41/323 – 43 47

Internet: [www.vhs-os.de](http://www.vhs-os.de)

Zusatzausbildung  
zur/zum

# Psychosozialen Berater/in

**Beraten und helfen durch Fördern, Un-  
terstützen und Entwickeln**

**In Zusammenarbeit mit dem Institut für Psychosyn-  
these und Logotherapie (IPL)**

**7. Lehrgang ab 1. Semester 2013**

# Zusatzausbildung zur psychosoziale Beraterin und zum psychosozialen Berater

auf der Grundlage der Salutogenese und Aspekten der  
Logotherapie nach Viktor E. Frankl

---

## **Beraten und helfen durch Fördern, Unterstützen und Entwickeln**

Zu einem kompetenten Umgang mit Menschen in schwierigen und belastenden Lebenssituationen gehören neben fachlicher Kompetenz im jeweiligen Arbeitsfeld vor allem auch psychologische, therapeutische und kommunikative Fähigkeiten und Fertigkeiten. Diese Zusatzausbildung bietet Menschen, die beraterisch tätig sind oder zukünftig beraterisch tätig sein wollen, die Möglichkeit, vorhandene Ressourcen und Kompetenzen zu stärken und latente zu entwickeln.

Die Inhalte der Zusatzausbildung basieren vor allem auf der Salutogenese von Aaron Antonovsky und der Existenzanalyse und Logotherapie von Viktor E. Frankl. Daneben fließen Aspekte der Systemtherapie, der kognitiven Verhaltenstherapie, der Psychosynthese von Roberto Assagioli und der lösungsorientierten Kurzzeittherapie von Steve de Shazer ein.

Die **Salutogenese** ist eine moderne Richtung und Konzeption in der Gesundheitsforschung. Sie wurde von dem medizinisch ausgerichteten Soziologen Aaron Antonovsky entwickelt und wird heute vor allem in der Pädagogik, Psychologie, Psychotherapie und Medizin intensiv diskutiert. Die Salutogenese beschäftigt sich vorrangig mit den Bedingungen, die einen Menschen gesund erhalten oder wieder in Richtung Gesundheit bewegen können. Zugrunde liegt ein ganzheitlicher Gesundheitsbegriff, der die Psyche, Seele und vor allem auch das System mit einbezieht. Ein Mensch, der sich und die eigenen Lebenszusammenhänge versteht, der zudem über ein gutes Vertrauen in die eigenen Potentiale und Stärken verfügt, der sein Leben als sinnvoll erlebt und sinnvoll gestaltet und der mit Stress förderlich umgehen kann, erfüllt die wesentlichen Voraussetzungen für ein gesundes Leben.

Viktor Frankl, der Begründer der [Logotherapie](#), hat mit seiner „Sinnlehre“ gegen die zunehmende „Sinnleere“ der Moderne und Postmoderne die zentrale Bedeutung des Sinns für ein gelingendes und damit glückliches Leben herausgestellt. Wenn der eigene Lebenssinn nicht gesehen und vor allem nicht gelebt wird, entsteht oft ein „existentielles Vakuum“. Aus dieser inneren Leere heraus bilden sich oft körperliche und/oder psychische Symptome, die ein gelingendes Leben im Alltag erheblich belasten können.

Die **systemischen Therapieverfahren** betonen den Beziehungsaspekt und arbeiten mit Methoden, die auch in Beratungsprozessen anwendbar sind. Die **Psychosynthese** von Roberto Assagioli betont, neben der personalen und interpersonalen Dimension, auch die spirituelle Dimension des Menschen und stellt uns ein umfangreiches Methodenspektrum zur Verfügung. Die kognitive Verhaltenstherapie liefert Problemlöseverfahren und Methoden zur Einstellungsmodulation. Die lösungsorientierte **Kurzzeittherapie von Steve de Shazer** konzentriert sich auf kreative Lösungen.

Die Zusatzausbildung vermittelt ein praxisnahes Konzept für die Begleitung, Beratung und Förderung von Menschen in schwierigen und belastenden Lebenssituationen. Das ganzheitlich ausgerichtete Beratungskonzept bietet nicht nur die Chance, die eigene Professionalisierung zu verbessern, sondern auch die Chance, die eigene Sinnorientierung und das eigene Gesundheitsverhalten zu reflektieren.

### Ziele der Ausbildung

- Anwendung eines ganzheitlichen Beratungsansatzes für alle Beratungsbereiche und Beratungsfelder
- Anwendung von mindestens vierzig Methoden und Techniken in Beratungsprozessen
- Stärkung und Erweiterung der Entscheidungs-, Sozial- und Handlungskompetenz des Beraters und Helfers für seine Tätigkeit in spezifischen Beratungs- und Begleitungsfeldern
- Integration gesundheitsförderlicher und sinnorientierter Einstellungs- und Verhaltensweisen in die eigene Alltagswirklichkeit
- Vermittlung ausgewählter Aspekte vor allem der Salutogenese und Logotherapie, aber auch der systemischen Therapie, der kognitiven Verhaltenstherapie, der Psychosynthese und Lösungsorientierten Kurzzeittherapie

### Zielgruppen der Ausbildung

- Wir sprechen Menschen an, die in einem psychosozialen, pädagogischen, medizinischen, pflegerischen oder seelsorgerlichen Arbeitsfeld tätig sind oder tätig werden wollen;
- Zur Teilnahme eingeladen ist, wer im **Hauptberuf** oder im **Ehrenamt** in der Beratung, Erziehung, Therapie, Pflege und im psychosozialen Arbeitsfeld tätig ist oder sein will. Angesprochen sind besonders auch in der **Gemeindearbeit** und in **Selbsthilfegruppen** arbeitende Interessenten; z. B. in Selbsthilfegruppen für körperlich oder seelisch beeinträchtigte Menschen, Gruppen für Eltern, für Alleinerziehende, für Frauen, für Männer, Gruppen für abhängige Menschen und viele andere Gruppen.
- Wir sprechen Menschen an, die in ihrem Familien- und Lebensumfeld helfend, betreuend, begleitend und unterstützend tätig sind.
- Wir sprechen Menschen an, die an der Verbesserung des Kommunikationsverhaltens interessiert sind.
- Wir sprechen alle an, die an Gesundheit und Sinnfindung im eigenen Leben und einem lösungsorientierten Umgang mit Krisen interessiert sind.

# **Ausbildungsinhalte**

## 1. Wochenende

### **Grundlagen eines ganzheitlichen Beratungsansatzes (1)**

Beratung, Coaching und Supervision  
Gesundheit und gelingendes Leben  
Sinn im Leben und Sinn des Lebens  
Lösungsorientierte Sichtweisen  
Menschen- und Weltbild der Logotherapie und Psychosynthese  
Persönliches Wertesystem und Umgang mit Wertekonflikten  
Werte als Orientierungsleitlinien  
Grenzziehung zwischen Beratung und Therapie

## 2. Wochenende

### **Grundlagen eines ganzheitlichen Beratungsansatzes (2)**

Krisenträchtige Haltungen und Einstellungen  
Förderliche Haltungen und Einstellungen  
Gelingender Umgang mit Sinnkrisen  
Existenzanalyse und Biografische Analyse  
Kompetenzen des Beraters  
Grundlagen der Kommunikation  
Direktive und non-direktive Beratung  
Phasen des Beratungsprozesses

## 3. Wochenende

### **Grundlagen eines ganzheitlichen Beratungsansatzes (3)**

Das Enneagramm – ein Phasen- und Typenmodell  
Grenzen und Chancen von Typologien  
Charakterstrukturen, Fixierungen und Abwehrmechanismen  
Dominante Teilpersönlichkeiten  
Umgang mit Stress und Hindernissen  
Freiheit und Verantwortung  
Integrations- und Entwicklungsmöglichkeiten  
Arbeit mit dem Enneagramm in Beratungsprozessen

## 4. Wochenende

### **Der Beratungsprozess (Kontaktphase)**

Schaffung eines Vertrauensklimas  
Lebensweltanalyse (Kontextanalyse)  
Stärken- und Schwächenanalyse  
Errichtung einer „Beobachterposition“  
Widerstandsressourcen und Kohärenzgefühl  
Vereinbarung von Zielen  
Vereinbarung einer förderlichen Kommunikationskultur  
Positives Beraterverhalten

## 5. Wochenende

### **Der Beratungsprozess (Beratungsphase mit Fokus auf Problemlösung)**

Problemschilderung und Problemverdichtung  
Problemverdichtung und Problemdefinition  
Erkundung von Freiräumen  
Mögliche Lösungen und Konsequenzen-Analyse  
Entscheidung und Realisierung  
Ressourcen und Potentiale  
Einstellungsmodulation und Dereflexion  
Motivation

## 6. Wochenende

### **Der Beratungsprozess, Beratungsphase mit Fokus auf Herausforderungsbeantwortung**

Herausforderungscharakter des Lebens  
Verantwortliche Antworten auf Lebensfragen  
Zukunft als Möglichkeitsraum  
Umgang mit hemmenden und blockierenden Widerständen  
Paradoxe Interventionen  
Neue Horizonte mit der Wunderfrage  
Beratung als kreativer Prozess  
Typische Beratungsfehler

## 7. Wochenende

### **Der Beratungsprozess, Beratungsphase mit Fokus auf Sinnverwirklichung, Potentialverwirklichung und Abschlussphase**

Existentielles Vakuum  
Wege zum sinnvollen und glücklichen Leben  
Die positive Trias: Freiheit, Verantwortung und Sinn  
Die negative Trias: Tod, Krankheit und Schuld  
Die Trotzmacht des Geistes  
Stärken- und Schwächenanalyse  
Potentialentwicklung  
Selbstverwirklichung und Sinnverwirklichung

## 8. Wochenende

### **Praxis der Psychosozialen Beratung in verschiedenen Beratungsfeldern**

Familienberatung und das Konzept der finalen Vorleistung  
Partnerschaftsberatung  
Berufliche Beratung  
Umgang mit Leid- und Schicksalsschlägen  
Interventionen in Beratungsprozessen  
Entwicklung eines eigenen Beratungsstils  
Selbstbild und Fremdbild  
Abgrenzung (Einlassen und Loslassen)

## 9. Wochenende

### **Praxis der Fallsupervision und kollegialen Fallberatung**

Praxis der Fallsupervision als Teamsupervision  
Praxis der Fallsupervision als Einzelsupervision  
Praxis der kollegialen Fallberatung  
Grundlagen der Moderation  
Gruppen- und Teamprozesse  
Feldkompetenz  
Feedbackregeln  
Supervision und Coaching

## 10. Wochenende

### **Praxis der Selbsterfahrung und Krisenberatung**

Selbsterfahrung im Sinne der Logotherapie  
Orientierungsanalyse nach Klaus Lumma  
Krisenberatung im Sinne der Logotherapie  
Ausgewählte Beratungssegmente nach Wunsch der Teilnehmer  
Rückblick und Ausblick  
Standortanalyse

## **Organisatorisches und Kosten**

Die Zusatzausbildung wird innerhalb eines Zeitraumes von ca. 1 Jahr an 10 Wochenenden durchgeführt. Sie umfasst 170 Ustd.

### **Unterrichts- und Seminarzeiten**

am Sonnabend von 9.00 bis 18.30 Uhr  
am Sonntag von 9.00 bis 15.00 Uhr

**Lehrgangskosten: 1380 €**, zahlbar in **Raten**.

Eine Anmeldung für den Lehrgang ist nur mit einem Anmeldeformular möglich.

### **Kennenlernseminare**

Vor einer verbindlichen Anmeldung für einen Lehrgang ist die Teilnahme an einem Kennenlernseminar in der Volkshochschule erforderlich.

### **Termine des nächsten Kennenlernseminars:**

**Freitag, 28. September 2012, 18.00 – ca. 20.15 Uhr**

Gebühr: 15 €,  
Vor Anmeldung erforderlich!

Für ein Kennenlernseminar können Sie sich auch telefonisch in der Volkshochschule unter Tel. (0541)323-4422 anmelden!

## **Geplante Lehrgangstermine für den 7. Lehrgang :**

28./29. Januar 2013 (Beginn)

### **Lehrgangsleitung**

Die Lehrgangsleitung und das Dozententeam zeichnen sich durch besonders hohe persönliche und fachliche Qualifikationen aus.

**Julianna Heiland**, Dipl.-Pädagogin, Dipl.-Sozialpädagogin, Counselor (grad.), Lehrtherapeutin mit psychotherapeutischer Zulassung (HPG), anerkannte Ausbilderin der Deutsche Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse (DGLE), Leiterin des Institutes für Psychosynthese und Logotherapie (IPL)

**Dr. Gregor Schmidt**, Dipl.-Betriebswirt, Dipl.-Wirtschaftspädagoge, Counselor (grad.), Literaturwissenschaftler, Lehrtherapeut mit psychotherapeutischer Zulassung (HPG), anerkannter Ausbilder der DGLE, Ausbildungsleiter des Institutes für Psychosynthese und Logotherapie (IPL)

### **Beratung in der Volkshochschule:**

**Jürgen Bendszus**, Dipl.- Pädagoge, berechtigt zur Psychotherapie (HPG)

Tel. (0541)323-4422

---

Informieren Sie sich über die Möglichkeit, einen Prämiegutschein im Wert von bis zu 500 € zu erhalten unter: <http://www.bildungspraemie.info/>

---