

Manual

der Weiterbildung und Beratung

Im Mittelpunkt des Begleitmaterials für die Weiterbildung steht eine Kartensammlung im DIN-A6-Format. Auf den über 400 Karten finden sich Impulse (praktische Übungen), die an den einzelnen Kurstagen vorgestellt und ausprobiert werden. Jede dieser Karten bietet – unabhängig von den anderen – eine praktische und kreative Anregung zur Stärkung der Beziehung zu Gott, dem Nächsten und sich selbst. Das Manual kann dann für die Beratungstätigkeit sowie zur Selbstreflexion eingesetzt werden. Auf den folgenden Seiten finden Sie:

- Die Themen der Rubriken 1-7 (Grundlagen)
- Die Themen der Rubriken 8-14 (Anliegen)
- Ausrichtung

Grundlagen

Hier wird das Fundament für systemisches Denken und Handeln gelegt.

0 Einführung

- Hier bekommen Sie eine kurze Einführung in Aufbau und Einsatz des gesamten Kartenmanuals.

1 Systemisches Denken

- **Inhalt:** Hier finden Sie eine Einführung in die Grundlagen des Systemischen Denkens (vgl. die Seite [„Konzept“](#))
- **Gliederung:** Grundsätzliches; Beziehungen; Ressourcen; Lösung

2 Haltungen

- **Inhalt:** Wertschätzende Haltungen sind die Basis für fruchtbare Beziehungen in der Beratungspraxis und anderen Begegnungen (vgl. die Seite [„Werte“](#)).
- **Gliederung:** Grundsätzliches; Den anderen sehen und wertschätzen; Von Vertrauen getragen; Absichtslosigkeit; Weitere Haltungen; Atmosphäre in Gruppen

3 Prozess

- **Inhalt:** Es wird vermittelt, wie ein systemischer Beratungsprozess verläuft und was zu beachten ist, um dem Ratsuchenden optimal zu dienen.
- **Gliederung:** Grundsätzliches; Ankommen, Kommunizieren, Verabschieden; Auftragsklärung und mehr; Mit Gruppen unterwegs; Das Aufstellungsseminar

Grundlagen

Hier wird das Fundament für systemisches Denken und Handeln gelegt.

4 Ausbalanciert

- **Inhalt:** Wie wir Ungleichgewichte erkennen und gegensteuern, um ausgewogen unterwegs zu sein, wird in dieser Rubrik aufgezeigt.
- **Gliederung:** Grundsätzliches; Ausgewogen in Beratung und Alltag; Balancen nachspüren

5 Methoden

- **Inhalt:** Hier werden aus der Vielfalt systemischer Methoden diejenigen zum Ausprobieren vorgestellt, die sich als besonders wirkungsvoll erwiesen haben.
- **Gliederung:** Bestandsaufnahmen; Gut gefragt; Rahmung; Körperorientiertes, Kreative Varianten; Aufstellungsvarianten; Schritte im Aufstellungsseminar

6 Oft gefragt

- **Inhalt:** Hier werden häufig gestellte Fragen zur Vorgehensweise in der Systemischen Seelsorge beantwortet.
- **Gliederung:** Zur systemisch-ganzheitlichen Arbeitsweise; Zur Arbeit von ISBUS; Grundlagen der Aufstellungsarbeit; Rund um Aufstellungen

7 jada

- **Inhalt:** Diese Impulse stärken die Selbstwahrnehmung und die Beziehung zu Gott.
- **Gliederung:** Sicher durch den Tag; Mit allen Sinnen; Wegbereiter; Auf Gott ausgerichtet

Anliegen

Jedes dieser sieben Rubriken widmet sich einem der Schwerpunkte - so wie Sie unter [„Ihr Anliegen?“](#) auf dieser Homepage dargestellt sind.

8 Beziehungen

- Beziehungen im privaten Umfeld werden in folgenden Facetten berücksichtigt: Sicherheit im Beziehungsnetz; Single sein; Partnerschaft; Kinder; Freundschaften.

9 Geistliches Leben

- Das geistliche Leben wird mit folgende Schwerpunkten thematisiert: Mit Gott in Kontakt; Gottes Liebe spüren; Glaubenszweifel; Von Gott enttäuscht; Gemeindeleben

10 Selbstsicherheit

- Wege aus Unsicherheiten werden in folgenden Differenzierungen aufgezeigt: Wer ich bin; Selbstwertgefühl; Entscheidungsschwierigkeiten; Sinn- und Lebenskrisen; Abhängigkeiten; Mein Äußeres

11 Herkunftsfamilie

- Wie wir auf die Erfahrungen unserer Kindheit entspannter und versöhnter schauen können, wird in folgender Untergliederung greifbar: Kindliche Leichtigkeit; Präsent wie ein Kind; Lasten tragen, Eltern ehren; Andere Verwandte; Familiengeschichte

12 Arbeit

- Wie Schwierigkeiten in der Arbeitswelt begegnet werden kann, wird in dieser Rubrik mit folgenden Aspekten dargestellt: Stress, Burnout; Entspannungsnischen; Frustrationen und Konflikte; Orientierung

13 Gesundheit

- Mit einem ganzheitlichen Verständnis von Gesundheit werden folgende Themen aufgegriffen: Genesungswunsch; Einschränkungen zustimmen; Gesundheitsprophylaxe; Glaube und Gesundheit

14 Emotionale Stabilität

- Wie wir Emotionen bewältigen können, die uns herunterziehen und blockieren, wird mit folgenden Themenschwerpunkten deutlich: Innere Antreiber; Sorgen und Ängste; Wut, Trauer, Versöhnung; Depressivität; Einsamkeitsgefühle

Ausrichtung

Methodisch und inhaltlich ist jede Karte auf eines dieser Ziele ausgerichtet:

