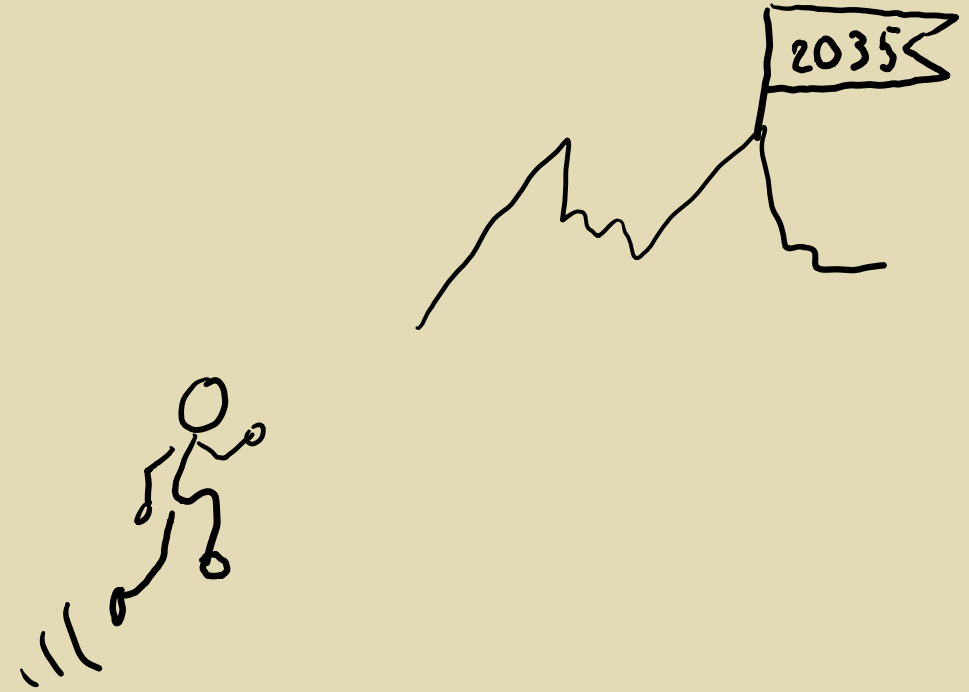


Impulsvortrag

Systemische Therapie:

„Weiterbildungen fit für die Zukunft 2035!?“





Das Systemische Gesundheitscoaching als Teil des BGM in einem Großkonzern

-

Zukunftschancen für die Systemische Therapie!

Ablauf

Einstieg

Neue Wege

2035

**ST – Fit für die Zukunft?
Mein Fazit**

**„Inhalte des
Gesundheits-
coachings“**

**Gedanken zu 4
Fragen**

**Was führt Sie zu mir?
Und was führt Sie
wieder weg?**

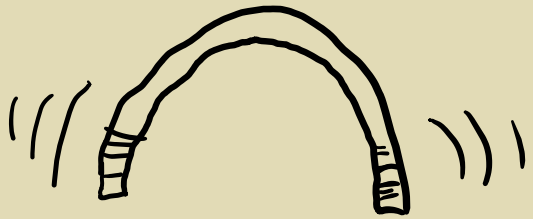
Wurzeln und 1.Ableger

Warum lernt „man“ das immer erst, wenn „man“ am Boden liegt?



G
R
O
W





Gesundheit
Resilienz
Orientierung
Wachstum

Potenzial – Training

Ein präventives Gesundheitscoaching für
Familie & Beruf

eine Wirklichkeit (eine Grundannahme)



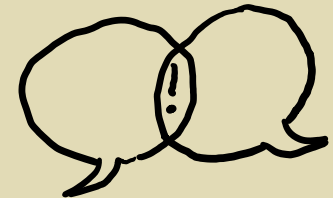
Das Leben ist weder gerade, noch ist es fair.
Leben ist Leben
und Krise gehört zum Leben dazu.

Deshalb stellt sich nicht die Frage, ob Du in Krise kommst, sondern

WANN?

Ernteerwartungen (des Konzerns)

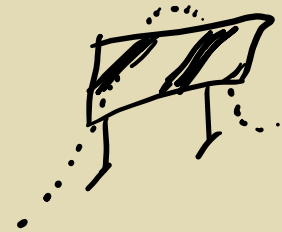
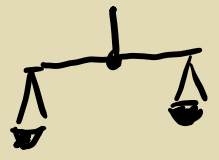
- Steigerung der Mitarbeiterzufriedenheit
- Reduktion von Krankentagen
- Erweiterung der sozialen Kompetenzen und somit bessere Zusammenarbeit
- Gesünderes Arbeitsklima
- Mehr Entwicklung durch Konfliktfreundlichkeit, da anderes Verständnis von Kommunikation
- Besserer Umgang mit Veränderung
- ...



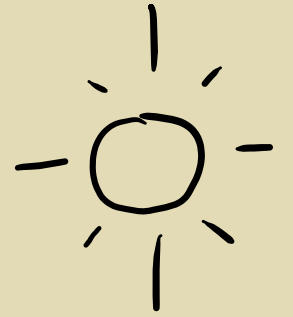
Früchte die es auch noch gibt

(u.a. angestrebte Ziele für die Mitarbeiter)

- Gesundheit stärken
- Resilienz fördern in Beruf und Familie
- Selbstwirksamkeit in der individuellen Situation entdecken
- Ressourcenaktivierung
- Steigerung des Selbstbewusstseins (wortwörtlich)
- Umgang mit Veränderung zufriedenstellend meistern
- Gestiegene Zufriedenheit in Beruf und Familie
- Neue Perspektiven u.a. auf Kommunikation, Emotionen,...



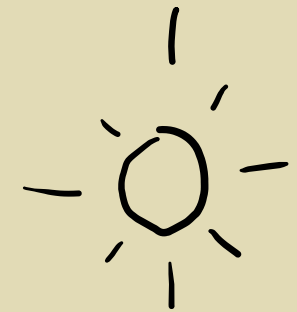
Wachstums Umgebung



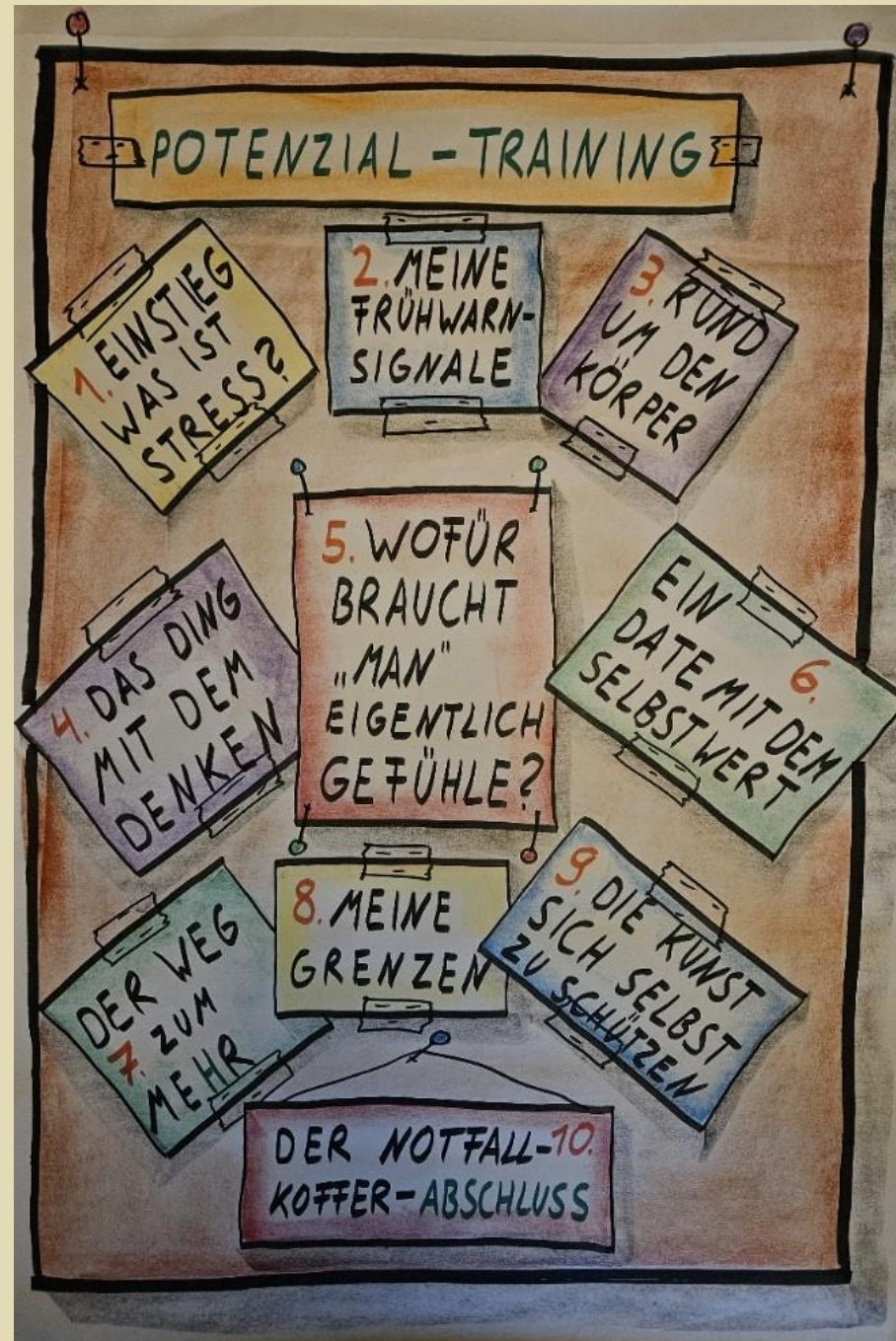
- 2 Einzelcoachings
- 10 Sitzungen á 2 Stunden in der Gruppe
- Potenzial- Café

Gartenroutine

1. Erlebnisorientierte Vermittlung von Inhalten
2. Steigerung des Selbstbewusstseins
3. Wie tut „man“ das?
4. Entspannung



Dünger, Wasser und Gemeinschafts- pflege (Inhalte)



Wachstumsherausforderungen u.a.:

(Anlässe & und wie kommen sie zu mir)

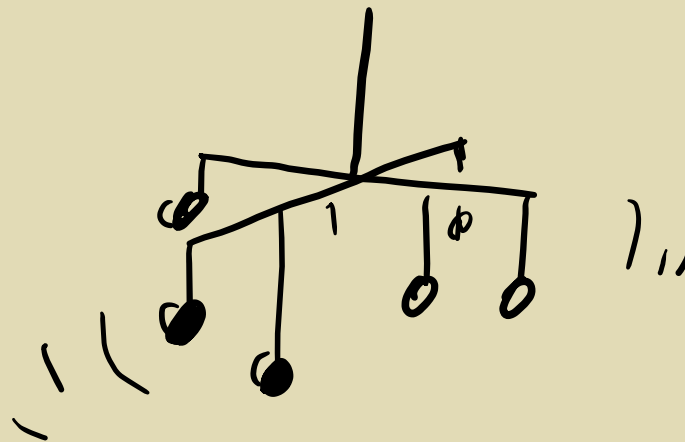


- Veränderung der Aufgaben durch Umstrukturierung und des Arbeitsklimas
- Nicht immer ist agiles Arbeiten hilfreich
- Krankheit, Tod, Trennung
- Belastungen durch Corona, übersteigerte Erwartungen,...
- Konflikte mit Kolleg:innen, Vorgesetzten, Ehepartner:in, Herkunftssystem,...
- Überlastung durch hohe Anforderungen einer AG
- Ängste vor Verlust des Arbeitsplatzes
- Und alles weitere, was das Leben im Angebot hat



4 Fragen:

- Was zeichnet das systemtherapeutische Arbeiten in diesem Feld aus?
- Welche besonderen Kompetenzen braucht es?
- Welchen Mehrwert hat das therapeutische Wissen?
- Wo sind die Grenzen?



Was zeichnet das systemtherapeutische Arbeiten in diesem Feld aus?

- Unabhängigkeit in meiner Rolle und Funktion – keine Verwicklungen
- Freiwilligkeit der Mitarbeiter –keine Konsequenz seitens der Firma, bei Nichtteilnahme
- Reine Orientierung am Auftrag der Klient:in - kann aus der ganzen Fülle schöpfen
- Das Arbeiten in systemischer Haltung
- gelebte Umsetzung der Definition von Gesundheit nach der WHO

Welche besonderen Kompetenzen braucht es?

- Hohe Anschlussfähigkeit, um sehr unterschiedliche Menschen mit sensiblen Themen in Kontakt zu bringen, ohne, dass es zu schwer wird.
- Sensibilität für u.a. berufliche und interkulturelle Kontexte
- Großes Vertrauen in die Ressourcen der Menschen, dass diese ihren Weg gehen werden – und dadurch Hoffnung schöpfen
- Ein breites Erfahrungsspektrum und Bewusstsein dafür, dass ich das „Problem“ nicht bis in die Tiefe verstanden haben muss.
- Viele Ideen von „Wie tut man das?“ - Selbstwirksamkeitserleben

Welchen Mehrwert hat das therapeutische Wissen?

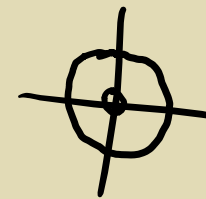
- Wissen über Prozessgestaltung
- Wissen/Verständnis von Mustern und deren Veränderung
- Ein systemisches Verständnis im Umgang mit Diagnosen
- Kontextberücksichtigung und das Bewusstsein über Interdependenzen
- Berücksichtigung von Wirkfaktoren (Grawe)
- Wissen aus den verschiedenen Feldern ermöglicht, hilfreichere systemische Hypothesen

Wo sind die Grenzen?

- Solange sich der Mensch auf die Gruppe einlassen kann > Keine!
- Evtl. braucht es weitere (psycho-)therapeutische Begleitung
- Durch Vorstellung bei den Sozialen Diensten, sowie eines betriebsärztlichen Konsils und eines Einzelcoaching eine rechtliche Absicherung > ggf. werden weitere Maßnahmen initiiert

Systemische Therapie – Fit für die Zukunft 2035?

Eindeutig "Ja"



Was noch? (meine subjektive Einschätzung)

- Wenn die systemische Welt >

Gesundheitsorientierung als systemische Haltung

bewusst annimmt, lebt und als systemische Haltung lehrt

- Mehr Gelassenheit und Mut im Umgang mit „Tools“
Stichwort: „Tooligan“
- Das Systemische Gesundheitscoaching ein anerkannter und eigenständiger Bereich in der Lehre wird

Vielen Dank !

