



Burnout Prävention, Beratung & Intervention

Aufbaulehrgang für BeraterInnen, Coachs und Gesundheitsberufe

Externes Mentoring & Coaching

Aufbaulehrgang für UnternehmerInnen, Führungskräfte, BeraterInnen und Coachs

Systemische Organisations- und Projektstrukturaufstellung

Aufbaulehrgang für neue Beratungs- und Interventionsmethoden für ProjektleiterInnen, Coachs und Consultants

Die Meisterklasse Lehrgänge der European Systemic Business Academy

Die Aufbaulehrgänge der Meisterklasse sind innovative, ergänzende und weiterführende Lehrgänge für Profis der Beratung, des Coachings oder des Projektmanagements. In kompakten und praxisbezogenen Modulen werden neue Ansätze und innovative Methoden vermittelt und in bewährter Art reflektiert, um die eigene Professionalität zu stärken.

ReferentInnen der systemischen, lösungsorientierten Fachwelt garantieren in der Zusammenarbeit mit europäischen und internationalen Universitäten und mit einem wissenschaftlichen Beirat der Akademie stets den neuesten Wissenstand in Theorie und Praxis.

Der interdisziplinäre Austausch und die Kooperation engagierter FachexpertInnen und wissenschaftlich fundierter PraktikerInnen ermöglicht die Entwicklung und Innovation von Methoden und Konzepten in allen Lehrgangsbereichen. Das ermöglicht Ihnen in der professionellen Umsetzung die Sicherheit zu haben, mit praxiserprobten und kontexttauglichen Werkzeugen effektiv arbeiten zu können.

Die regelmäßige Weiterentwicklung der Abläufe, Ausbildungsinhalte und Methoden sowie der Austausch mit den Lehrbeauftragten über deren praktische Tätigkeit garantieren eine umfassende und kontinuierliche Qualitätssicherung.

Die Ausbildungsinhalte

In den Modulen werden aufbauend auf den Techniken und Ansätzen des systemisch-analytischen Coachings von Individuen, Teams und Organisationen für die jeweiligen Fachthemen spezifische theoretische Ansätze, Formate und Interventionen vermittelt. Das didaktische Hauptinstrument ist im Sinne des erfahrungs- und erlebnisorientierten Lernens die praktische Übung und das Reflektieren über persönliche Entwicklung.

Die potenziellen TeilnehmerInnen

Coachs, BeraterInnen, UnternehmerInnen, Führungskräfte, ManagerInnen, PersonalleiterInnen und -entwicklerInnen, Marketing- und VertriebsmitarbeiterInnen, Projekt- und TeamleiterInnen, MediatorInnen, TrainerInnen, PädagogInnen, PsychologInnen, PsychotherapeutInnen, Lebens- und SozialberaterInnen, MedizinerInnen, und bereits qualifizierte Personen mit Interesse an persönlicher Weiterbildung, die eine Zusatzqualifikation erwerben wollen, sich persönlich weiterentwickeln, ihre soziale Kompetenz stärken bzw. Coaching als Profession in spezifischen Fachbereichen ausüben und ausbauen wollen und in ihrer Arbeit eine nachhaltige Begleitung von Menschen in unterschiedlichen Rollen und mit hilfreichen Interventionsmethoden anbieten wollen.

Supervisionstage

Sie dienen der Reflexion, dem Erfahrungsaustausch und der Psychohygiene als Coach, MentorIn und AufstellungsleiterIn sowie zum Festigen der Lerninhalte.



Voraussetzungen

- Alter 27 Jahre (30 Jahre bei MK Externes Mentoring & Coaching)
- eine abgeschlossene umfassende Berater-, Coaching-, Mediations- oder Projekt-Coach-Ausbildung mit systemischen Ansätzen an einem anerkannten Ausbildungsinstitut
- oder lösungsorientierte Organisationsberatungsausbildung
- oder Psychotherapieausbildung bzw. ÖVS-anerkannte Supervisionsausbildung
- oder Lebens- und Sozialberatungsausbildung
- oder medizinische, psychologische Fachausbildung
- und mindestens drei Jahre Berufserfahrung im Beratungskontext (und mindestens fünf Jahre Berufserfahrung als Führungskraft und/oder im Beratungskontext bei MK Externes Mentoring & Coaching)
- und mindestens 80 Stunden Selbsterfahrung

Die Voraussetzungen in den Meisterklasse Lehrgängen sind bewusst auf hohem Niveau angesetzt.

Die geforderten Rollen professionell anzuwenden, setzt eine gewisse Lebens- und Berufserfahrung voraus kombiniert mit Selbstreflexion und Methodenkompetenz. Wir wollen gewährleisten, dass qualifizierte Menschen im Beratungssektor ebenso wie im Führungsalltag mit jeder Themenstellung und unterschiedlichen Mitarbeiterprofilen arbeiten können.

Zertifikat & Abschluss

Die Meisterklasse gilt als erfolgreich abgeschlossen, nachdem der/die TeilnehmerIn an sämtlichen Modulen und Supervisionstagen teilgenommen hat, sowie die schriftliche Abschlussarbeit positiv beurteilt wurde.

Die Ausbildung ist anrechenbar für diverse Berufsgruppen als Fachfortbildung und Methodenschulung.

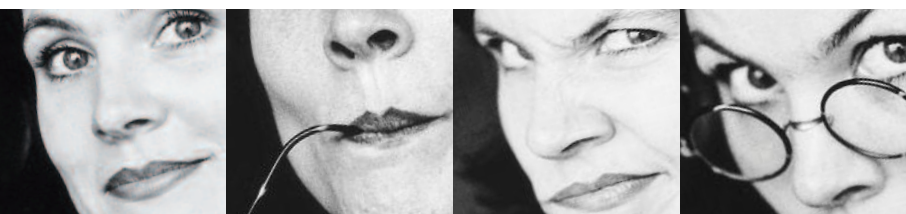
Die Lehrbeauftragten

Alle Lehrbeauftragten der E•S•B•A weisen umfassende Ausbildungen im wirtschaftlichen bzw. psychotherapeutischen Fachgebiet auf und haben anerkannte Coachingausbildungen mit akademischem Masterabschluss und anerkannter ISO Zertifizierung als Personenqualifikation für Coaching sowie spezielle mehrjährige Ausbildungen und praktische Erfahrung im entsprechenden Fachthemenbereich in der Anwendung von Interventionen und Methoden. Sie sind Senior- und Lehrcoachs im österreichischen Dachverband für Coaching (ACC).

Summer Academy

Die E•S•B•A bietet in den Sommermonaten Workshops und Intensivprogramme im eigenen Seminarzentrum Mandra auf der griechischen Insel Lemnos an:

- Systemische Organisation- & Projekt-Strukturaufstellung (SySt®)
- Burnout & Stressmanagement Regenerations- und Präventionsprogramm
- Coaching & Mentoring
- Persönlichkeitsentwicklung & Selbsterfahrung
- Leadership Forum in Greece





Meisterklasse Lehrgang Burnout-Prävention, Beratung & Intervention

Aufbaulehrgang für BeraterInnen, Coachs und Gesundheitsberufe

Die Menschen im 21. Jahrhundert sind gefordert wie noch nie. Alles ist machbar, nichts ist fix, das Tempo ist unfassbar. Im Business werden Arbeitsleistungen eines Spitzensportlers gefordert, ohne dabei ausreichende Aufbau- und Regenerationszeiten zu ermöglichen. Dies erzeugt ein Maß an Überforderung und damit einhergehend eine Regression, die geradewegs in die Stressspirale führt – bis hin zum seelischen, geistigen und körperlichen Burnout.

Bei allen aktuellen Umfragen unter den Coaching-Topics steht eine ausgewogene Life-Balance mittlerweile an zweiter Stelle. Die Frage nach der eigenen Leistungsfähigkeit beunruhigt auch die Führungsebenen so mancher Unternehmen. Diese beklagen den Ausfall von Top-PerformerInnen und suchen die Unterstützung durch Coachs und BeraterInnen.

Durch ein spezifisches Angebot mit gezielten lösungs- und ressourcenorientierten Methoden und dem Fokus der Sensibilisierung auf Erschöpfungssymptomatiken kann nachhaltige und wirksame Begleitung sowohl in der Prävention als auch in der Regeneration von Burnout geboten werden. Einer gelungenen Life-Balance und einer damit einhergehenden Lebens- und Arbeitszufriedenheit sind somit Tür und Tor geöffnet.

Fokus des Lehrgangs

- Was ist Burnout wirklich und wie kann es erkannt werden?
- Wann braucht es mehr als Coaching und welche gesundheitsfördernden Maßnahmen sind nachhaltig?
- Burnout-Prävention, Life-Balance und Interventionsmethoden, die dazu wirksam sind, das eigene Berufsleben wieder ins Lot zu bringen
- Coaching und das Prinzip der Salutogenese

Ziel des Meisterklasse Lehrgangs

Was seriöse und nachhaltige Burnout-Prävention tatsächlich bewirkt und was hilft, wenn nichts mehr geht, das wird in diesem kompakten Aufbaulehrgang aufgezeigt und eingeübt.

Wir wollen gewährleisten, dass qualifizierte Menschen, die im Beratungssektor ebenso wie im Gesundheitswesen mit Betroffenen multipler Belastungsstörungen (z.B. Burnout oder andere Stresserkrankungen) arbeiten wollen, bei Bedarf adäquat überweisen oder in der Prävention professionell begleiten können. Darüberhinaus sollen sie ihre eigenen Grenzen und Möglichkeiten in der jeweiligen Rolle und als Person bewußt wahrnehmen und damit umgehen können.

Aufbau

- Einführungsmodul á 3 Tage
- 4 Module á 3 Tage
- 1 Modul á 2 Tage
- 2 Supervisionstage
- 1 Gesundheitstag (optional)
- 1 Casual Cuisine Abend

Modul (3-tägig) – Kieler Beratungsmodell pur (für externe TeilnehmerInnen)
zum Vertiefen des systemisch-konstruktivistischen Coaching Ansatzes

Modul (3-tägig) – Grundlagen

Entstehungsbedingungen, Auswirkungen, Burnout Definition, Phasenverlauf, Symptome, Behandlungsmethoden, psychosoziale Faktoren, Prädispositionen und Organisationsstrukturen, Arbeit und Identität

Modul (3-tägig) – Coaching am Rande des Burnout

Life-Balance im Coaching, salutogenes Management, Methoden und Interventionen, professionelle Zusammenarbeit mit angrenzenden Fachgruppen

Modul (2-tägig) – Gesundheitsförderung

Coaching in Bewegung, gesundheitsfördernde Maßnahmen, Bewegung, Entspannung, Ernährung und Psychohygiene

Modul (3-tägig) – Sinn & Werte

Arbeit mit Werten, Glaubenseinstellungen und inneren Überzeugungen, Methoden zur Visionen- und Orientierungsfindung, Strategie und Strukturierung gesundheitsfördernder Verhaltensweisen, Stärkung des Originals, philosophische und spirituelle Aspekte

Modul (3-tägig) – Burnout – Prävention für Unternehmen

Gruppencoaching – Interventionen (angeleitete Selbstreflexion, Gruppenarbeiten, Coaching vor der Gruppe), Team-Coaching zur Burnout-Prävention – gesundheitsfördernde Teamkultur, Coaching im Rahmen von Gesundheitsförderungsprojekten

Gesundheitstag am Institut ibos

optional: eigene Burnout- und Leistungsdiagnose mit medizinischer und psychologischer Beratung

Casual Cuisine

Ein Abend in der Casual Cuisine von Jürgen Margetich's foodPark (www.foodPark.biz) – einer ideenreichen, aufmerksamen Küche.

Meisterklasse Lehrgang

Externes Mentoring & Coaching

Aufbaulehrgang für UnternehmerInnen, Führungskräfte, BeraterInnen und Coachs

Die Persönlichkeit und das Charisma bei Führungskräften stand immer schon im Vordergrund. In den letzten Jahrzehnten hat sich jedoch das Anforderungsprofil und auch die Generation in den Führungsetagen gewandelt.

Mittlerweile sehnen sich MitarbeiterInnen vor allem in unsicheren Zeiten nach einer „starken“ Führungskraft, die klare Ansagen macht und Ziele vorgibt – jedoch nicht im klassisch patriarchal autoritären Stil, sondern mit Umsicht und sozialer Kompetenz.

Anforderungen an Führungskräfte und UnternehmerInnen wachsen und die Zeit für Persönlichkeitsentwicklung und Selbstreflexion, um mit komplexen Aufgabenstellungen und sich rasch ändernden Bedingungen umgehen zu können, kommt meist zu kurz.

In vielen Bereichen fehlen für junge Führungskräfte ältere, erfahrene Personen, die als passendes Vorbild fungieren und für ältere Führungskräfte oder höhere Managementlevels gibt es oft keine adäquaten Sparringspartner auf Augenhöhe.

Für diese Zielgruppe ist Coaching in den letzten Jahren eine wertvolle Dienstleistung und Personalentwicklungsmaßnahme geworden. Die klassische Coach Rolle reicht aber in solchen Kontexten oft nicht aus. Erfahrung als Führungskraft oder Branchenkenntnis wird oft auch bei der Coach Auswahl gefordert – nicht um dem Kunden fachlichen Input als Consultant zu liefern, sondern um besser anschlussfähig zu sein. Aus diesem Bedarf entstand in den letzten Jahren eine neue Kombination zweier unterschiedlicher Rollen und eine Ausdifferenzierung der dazu passenden Methoden.

Externer Mentor und Coach zu sein, ermöglicht Ihren KundInnen eine umfassende Auseinandersetzung mit sich selbst, den eigenen Visionen und Strategien und eine Stärkung ihrer (Führungs-)Persönlichkeit.

Ziel des Meisterklasse Lehrgangs

Die unterschiedlichen Rollen als Coach und Mentor einnehmen zu können und diese zu einer neuen Form der Unterstützung und Förderung von KundInnen und MitarbeiterInnen zu nutzen.

Coaching als Führungskraft – was ist zu beachten?

Ab wann braucht es mehr als Coaching und wann hilft auch Mentoring nicht mehr weiter?

Neues Leadership braucht systemisch-analytische und kybernetische Kompetenz! Die eigene Persönlichkeit und das Charisma sind nicht lernbar, aber entwickelbar und brauchen Förderung.

Welche Rolle, Interventionen und Maßnahmen sind wann nachhaltig?

Aufbau

- Einführungsmodul á 3 Tage
- 3 Module á 3 Tage
- 3 Modul á 2 Tage
- 2 Supervisionstage
- 1 Abend Kamingespräch

Modul (3-tägig) – Kieler Beratungsmodell pur (für externe TeilnehmerInnen)
zum Vertiefen des systemisch-konstruktivistischen Coaching Ansatzes
KundInnenhoheit – Staatsgrenze, Grundhaltung – Rolle als Coach

Modul (3-tägig) – Kontext und Perspektive

Standortbestimmung und Ausgangssituation: Historie, gesellschaftspolitische Entwicklung

Rahmenbedingungen: Changeprozesse für Führungskräfte und Organisationen
Psychologie und innere Strukturen: analytische und entwicklungspsychologische Grundkenntnisse im Zusammenhang mit Mentoring

Modul (3-tägig) – Systemisch-analytisch orientiertes Coaching

Update systemisch-konstruktivistisch-analytisches Coaching
systemisch-analytische Eigenreflexion über Rolle, Werte, eigene Muster und Vorbild(er), Hierarchie, Autorität – Abhängigkeit und Verantwortung

Modul (3-tägig) – Externes Mentoring

Einführung in Grundlagen der Theorie und Praxis, Abgrenzung, Rolle und Setting, Methoden und Anwendung

Modul (2-tägig) – Unternehmenskultur & Systemische OE

Rahmenbedingungen und Unternehmenskultur für Mentoring & Coaching, Organisationsstrukturen und Trends (best practice), Einführung in die systemische Struktur- u. Organisationsaufstellung (Theorie u. Praxis), Systemische OE und Change Begleitung

Kamingespräch

Dialog mit Vorständen, UnternehmerInnen und Führungskräften unterschiedlicher Branchen mit Erfahrung über Externes Mentoring & Coaching und die Konsequenzen.

Modul (2-tägig) – Externes Mentoring & Coaching

Vertiefung und Erweiterung der Tool Box, Anwendungsbeispiele Einzelpersonen, Gruppen & Teams, Live Coaching & Mentoring mit Live Mentees und Live Mentee Team

Modul (2-tägig) – Summary und Abschlussmodul

Vertiefung und Transfer, Live Coaching & Mentoring mit Live Mentees und Live Mentee Team

Meisterklasse Lehrgang

Systemische Organisations- und Projekt-Strukturaufstellung

Aufbaulehrgang für neue Beratungs- und Interventionsmethoden für ProjektleiterInnen, Coachs und Consultants

„Bilder sagen mehr als tausend Worte“, diese alte Weisheit gilt auch für diverse Aufgabenstellungen und Situationen in Projekten, Teams und Organisationen, in denen der Grad an Komplexität und Vernetzung immer größer wird. Mit dem innovativen Instrumentarium der Systemischen Aufstellung gelingt es in kurzer Zeit, Überblick und Orientierung zu ermöglichen. Durch das symbolische Positionieren von Personen/Situationen/Aspekten/Eigenschaften zueinander im Raum wird manches deutlich und (be)greifbarer. Nächste Schritte und Strategien zur Verbesserung werden konkreter und planbarer. Lösungen tauchen auf und Teams und Organisationen können für die Zukunft gut „aufgestellt“ werden.

Aufbauend auf den Grundlagen und Methoden der Systemischen Strukturaufstellung (SySt®) von Insa Sparrer und Matthias Varga v. Kibéd wurden gemeinsam in den letzten Jahren die Methoden spezifisch in der Projektarbeit und im Coaching angewendet und daraus neue innovative Formate und Anwendungstechniken weiterentwickelt.

Neue innovative Aufstellungs-Formate

Tetralemma, Aufstellung des ausgeblendeten Themas, Projectscopingaufstellung, Projektsimulationsaufstellung, Problemlösungsaufstellung, Team- und Organisationsaufstellung, Projekt-Strukturaufstellung, Kontextfaktorenaufstellung, Projektzieleaufstellung, div. Projektdreiecke, Werte und Visionen Aufstellung, Strategieaufstellung, Projektbesetzungsaufstellung, Projektprozessaufstellung, Projektstrukturplanaufstellung, Projektressourcenaufstellung, Projekttransferaufstellung, u.v.a.

Ziel des Meisterklasse Lehrgangs

In diesem intensiven Aufbaulehrgang erlernen Sie, die Grundlagen und spezifischen Anwendungsmöglichkeiten der einzigartigen Methode und Sprache der Systemischen Strukturaufstellung in Coaching, Beratung und Projektmanagement anzuwenden.

Aufbau

- Einführungsmodul á 3 Tage
- 3 Module á 3 Tage
- 4 Module á 2 Tage
- 3 Supervisionstage

Modul (3-tägig) – Kieler Beratungsmodell pur (für externe TeilnehmerInnen)
zum Vertiefen des systemisch-konstruktivistischen Coaching Ansatzes

Modul (3-tägig) - Narrative Methoden und Ansätze im Coaching
systemisch narrative Interventionstechniken, Externalisieren von Problemen, Kreativitätstechniken für Gruppen und Teams

Modul (3-tägig) – Grundlagen Systemischer Strukturaufstellung (SySt®)
Grammatik, Formate, Anwendung und Grenzen

Modul (2-tägig) – Organisations- und Projekt-Strukturaufstellung
Einführung, Anwendungen, Rahmenbedingungen und Settings

Modul (2-tägig) – Systemische Strukturaufstellung Basisformate
Grammatik, Formate, spezifische Anwendungen im Organisations- & Beratungskontext

Modul (2-tägig) – Systemische Organisations- und Projekt-Strukturaufstellung in der Einzelarbeit
Systembrett, Metaplan, schriftliche Aufstellungen, multidimensionale Skalierungen

Modul (2-tägig) – SySt® Spezialformate für Teams & Organisationen
Intervention in Teams und Organisationen, Organisationsinterne- Struktur Aufstellung (OISYST)

Modul (3-tägig) – Systemische Projekt Strukturaufstellung in Praxis & Transfer



European Systemic Business Academy
A-1150 Wien, Gerstnerstraße 3
Tel.: +43/1/89 222 37
Internet: www.esba.eu
E-Mail: info@esba.eu

Lehrbeauftragte



Mag. Michael Tomaschek, MSc (Wien), Leitung E·S·B·A



Dr. Doris Eller-Berndl (Wien)



David Denborough, PhD (Adelaide/Australien)



Dipl.-Psych. Insa Sparrer (München)



Elfriede Tomaschek (Mödling)



Mag. Johann Tomaschek (Mödling)



Dr. Lisa Tomaschek-Habrina, MSc (Wien)



Prof. Dr. Matthias Varga von Kibéd (München)



Jürgen Margetich (Wien)



Ewald Wandas, MSc (Wien)



Cheryl White (Adelaide/Australien)



Gabriele Wiederkehr (Wien)

Service Team



Susanne Schwarzer



Christine Hölzl-Pfister

E·S·B-Family



EUROPEAN SYSTEMIC
BUSINESS ACADEMY



EUROPEAN SYSTEMIC
BUSINESS COMPETENCES



EUROPEAN SYSTEMIC
BUSINESS RESEARCH

Partner

Österreichischer Dachverband für Coaching (ACC)

Deutscher Bundesverband Coaching e.V. (DBVC)

Verband der Erwachsenen Bildungsträger Österreichs (VEBÖ)

Systemcert Austria

SySt® – Institut München (SySt)

Management Research Group (mrg)

Scheelen® – Institut für Managementberatung & -diagnostik