



Magazin
Nr. 15/Herbst 2022

Institut für systemische
Entwicklung
und Fortbildung

«Ich führe
ein Leben mit
viel Würde.
Und Wäre.
Und Hätte.»

PETER SPORK:

«Wir müssen als
Gesellschaft lernen,
Prävention zu leben.»

SYSTEMISCH VERTIEFT:

«Erfahrene Dozierende
vermitteln theoretisch
fundierte Praxis aus
ihren Spezialgebieten.»





Nach der Tagung ist vor der Tagung!

Die 4. Hypnosystemische Tagung in Zürich ist bereits Geschichte – eine ebenso beeindruckende wie auch nachhaltige Geschichte. Die fürsorgliche Betreuung und Organisation, ein anspruchsvolles Programm mit vielen «Highlights» und vor allem ein ebenso wohlgesinntes wie neugieriges Publikum ermöglichten ein stimmungsvolles Tagungserlebnis der ganz besonderen Art. Zum Glück war auch diese 4. Tagung nicht perfekt und wir können Gestaltung und Inhalte weiterentwickeln – eine Fortsetzung folgt!

Peter Hain, Martin Engel und Melanie Schellenberg

Weitere Impressionen finden Sie auf www.ief-zh.ch

Editorial

Liebe Kollegen*innen

Informative und anregende Vorträge, ein intensiver Austausch mit 28 hochkarätigen Referenten*innen in 24 Workshops, spannende Diskussionen unter 300 Teilnehmenden vor Ort sowie etwa zwei Dutzend im Live-Stream: Die 4. Ausgabe der **Hypnosystemischen Tagung** im hochsommerlichen Zürich ist gelungen!

Einer der Höhepunkte dieser Tagung war sicher der Beitrag von **Peter Spork**, der eindrücklich aufzeigte, wie die Systembiologie dank Digitalisierung und «Künstlicher Intelligenz» versucht, die gigantische Komplexität der biologischen, medizinischen und psychosozialen Zusammenhänge des menschlichen Lebens wissenschaftlich zu berechnen. Er ist überzeugt, dass die bisherige «Krankheitsmedizin» durch ein integratives und auf das Individuum zugeschnittenes «Gesundheitssystem» abgelöst werden kann. Diese herausfordernde und durchaus auch kontrovers diskutierbare Perspektive sowie die profunde Herleitung erläutert Peter Spork im Gespräch mit Martin Engel (ab Seite 4).

Themenwechsel: «Warum wird euer Magazin immer noch in einer **«Plastik-Folie** verschickt? – Liesse sich das aus ökologischen Gründen nicht vermeiden?»
Zu diesen berechtigten Fragen liegen mehrere unabhängige Studien vor, die alle zum gleichen Schluss kommen: Die verwendeten Polyethylenfolien sind umweltverträglicher als alle anderen Varianten, wenn sie in einer umfassenden Ökobilanz verglichen werden. Die grösste Umweltbelastung würde ein Versand im Papiercouvert verursachen!

Mit herzlichen Wünschen und herbstlichen Grüssen
Das IEF-Team

INHALT

- | | | | |
|----|--|----|------------------------------|
| 4 | Interview mit Peter Spork | 14 | Mediation und Konfliktkultur |
| 10 | Systemische Psychotherapie IEF | 16 | Elterncoaching |
| 12 | Hypnosystemische Fort- und Weiterbildungen | 18 | Systemisch vertieft |

«Unsere Intuition leitet uns oft auch in die Irre.»

Welches Potenzial liegt in der Systembiologie? Was können wir aus der Epigenetik und der Schlafforschung lernen? Der Neurobiologe und Publizist Peter Spork plädiert im Gespräch mit Martin Engel, Vorstandsmitglied des IEF, für ein hoch individualisiertes, ganzheitliches Gesundheitssystem, das die Prävention ins Zentrum stellt.

Martin Engel: Herr Spork, Ihr aktuelles Buch «Die Vermessung des Lebens» beschäftigt sich mit Systembiologie. Welche Verbindung sehen Sie zwischen dem systemischen Ansatz und der Systembiologie?

Peter Spork: Ich verstehe den systemischen Ansatz als Versuch, in komplexen Netzwerken verborgene Zusammenhänge aufzuspüren. Oder um es mit Nora Bateson zu sagen: Entscheidend sind die Beziehungen zwischen den Menschen, die durch Beziehungen entstehen, die auf Beziehungen aufbauen, die auf Beziehungen aufbauen und so weiter. Genau dies versuchen sowohl die systemische Therapie, Beratung oder Coaching wie auch die Systembiologie. Nur dass sich die systemische Therapie mit Traumatisierung, psychiatrischen Diagnosen und Ähnlichem beschäftigt. Systemische Beratung oder Coaching möchte oft Konflikte in Beziehungen oder kommunikative Probleme lösen. Die Systembiologie versucht ein ähnliches Denken auf die ganze Biologie zu übertragen. Die Fragestellungen werden hier so komplex, dass die Mathematik helfen muss. Die Systembiologie erfasst möglichst viele Daten aus dem Leben, füttert damit

«Die Systembiologie erfasst möglichst viele Daten, um verborgene Muster aufzuspüren.»

die Computer und benutzt künstliche Intelligenzen, um verborgene Muster aufzuspüren und so neue Informationen über das Leben zu gewinnen.

Damit sollen Erkenntnisse über die mögliche Zukunft eines Lebewesens gewonnen werden. Prognosen über die Gesundheit. Und letztlich macht eine gute Psychotherapie ja das Gleiche: Sie versucht, Probleme in der Gegenwart zu analysieren, beschäftigt sich mit der Vergangenheit und – wenn sie systemisch denkt – vor allem auch mit der Interaktion zwischen Individuen, aber auch der Interaktion zwischen mir und meiner Vergangenheit und versucht, daraus Ideen abzuleiten, wie ich vielleicht mein Leben in Zukunft besser gestalten kann.

Warum ist die Systembiologie für Therapeuten*innen, Coaches und Beratende ein so spannendes Thema?

Weil Medizin, Psychologie und Gesundheit letztlich ja auch Biologie sind, weil soziale Prozesse immer auch zu Biologie werden, ist die Systembiologie ein Ansatz, der, wenn er irgendwann mal wirklich umfassend gelingt, die heutige «Krankheitsmedizin» überflüssig machen wird. Dann entsteht etwas, was ich im ersten Übergang «Gesundheitsmedizin» nennen würde: Sie würde noch medizinisch denken, also eher monokausal und eher an Symptomen orientiert. Sie wäre noch auf direkte Kausalketten fixiert, hätte aber schon die Gesundheit und nicht mehr die Krankheit



im Fokus. In einem nächsten Schritt, wenn wir die Komplexität des Ganzen wissenschaftlich durchschaut haben, dann würde ich das, was daraus resultiert, «Gesundheitsbegleitung» nennen. Spätestens ab diesem Punkt ist zwingend die Psychotherapie mit im Boot, aber zum Beispiel auch die Hebammen, die Ernährungsberatung oder die Physiotherapie. Diese Expertinnen werden uns auf unserem Weg respektive im Prozess unserer Gesundheit begleiten. Da macht es dann keinen Unterschied mehr, ob es um eine Operation, ein Coaching oder eine Ernährungsberatung geht. Dieses integrierte «Gesundheitssystem» begleitet mich systemisch auf meinem Weg durch meine Gesundheit, es ist ganzheitlich – so, wie sich das ja eigentlich alle wünschen.

«Die Systembiologie wird die heutige «Krankheitsmedizin» überflüssig machen.»

Die heutige Medizin ist extrem reduktionistisch, weil sie naturwissenschaftlich vorgeht und angesichts der Komplexität des Lebens gezwungen ist, Einzelteile isoliert zu betrachten. Jetzt kommt aber dank den wachsenden informationstechnischen Möglichkeiten und vielen neuen Erkenntnissen aus der biologischen Grundlagenforschung die Wissenschaft in die Lage, sogar das grosse Ganze mit ihrem methodischen Ansatz durchzurechnen, zu modellieren, Formeln und Algorithmen zu finden, die das Leben ganzheitlich beschreiben. Letztlich wird es gelingen, den digitalen Zwilling eines Menschen zu konstruieren. Er wird dann gefüttert mit Informationen über seine Psychologie, über seine Kindheit, über die Kindheit seiner Vorfahren und was die für traumatisierende, aber vielleicht auch die Resilienz fördernde Erfahrungen gemacht haben. Hinzu kommen soziologische, soziokulturelle Dinge und der Lebensstil der Gegenwart; wie viel Sport ich mache, wie ich mich ernähre, aber natürlich auch knallharte medizinische Fakten. Aus diesen vielen, vielen Daten entwickelt sich letztlich ein Algorithmus, der dem lebendigen Zwilling dabei hilft, seine Gesundheit selbstbestimmt zu leben.

Das klingt vielversprechend. Ich könnte mir aber vorstellen, dass es für viele irritierend ist, dass der Weg zu einem ganzheitlicheren Gesundheitssystem über die Digitalisierung und «Big Data» führen soll.

Ich habe auch Angst vor Big Data. Und unsere Angst ist ja auch absolut berechtigt. Aktuell werden unsere Daten entweder von Regierungen wie in China oder von kapitalistischen Grosskonzernen wie Google und Amazon abgegriffen. Damit machen diese wahnsinnig viel Geld oder üben gnadenlose Kontrolle aus. Auf der anderen Seite gibt es aber auch unfassbar viele Wissenschaftler*innen, die überall in den modernsten Forschungsinstituten dieser Welt mit Gesundheitsdaten arbeiten und zugrunde liegende biologische und psychologische Modelle entwickeln, die helfen werden, dass man diese Daten in Zukunft noch viel besser nutzen kann. Ihr Antrieb ist, für uns Gutes zu tun und Big Data einzusetzen, damit wir unserer Evolution einen Schritt voraus sein können. Genau wie unsere natürlichen Sinnesorgane werden uns die neuen Methoden Rückkopplungsinformationen schenken, die für unser Leben in der modernen Welt wichtig sind. Der Traum ist, das Leben mithilfe wissenschaftlicher Methoden datenbasiert, quantifizierbar, hochpräzise, individuell und ganzheitlich zu betrachten. Es ist im Grunde nichts anderes als das, was unsere Biologie und unser Bewusstsein schon heute tun, nur mithilfe neuer Sinne. Meine Hypothese ist, dass wir die Kontrolle über unsere Daten eher verlieren, wenn wir diese Entwicklung ablehnen. Wenn wir hingegen anfangen, uns positiv damit auseinanderzusetzen, haben wir die Chance, dafür zu sorgen, den Umgang mit unseren Daten mitzugestalten. Wir sollten aufpassen, dass die Daten nicht in falsche Hände geraten und wir die Kontrolle darüber verlieren.

Das Konzept des «digitalen Zwillings» verspricht ja auch ein sehr viel individualisierteres Gesundheitsverständnis.

Ich bin überzeugt, jeder und jede sollte selber definieren, was er oder sie unter Gesundheit versteht. Mein zentrales Anliegen ist es, Gesundheit auf einer anderen Ebene zu beschreiben, sie als einen Prozess zu verstehen, den wir selber gestalten können. Es geht also um Prävention und Vorsorge, um das Vermeiden von Krankheiten respektive darum mit ihnen möglichst gut leben



«Letztlich wird es gelingen, den digitalen Zwilling eines Menschen zu konstruieren.»

zu können. So wird Gesundheit zu Anpassung. Psychotherapeuten, Medizinerinnen oder Hebammen begleiten uns dabei. Die Systembiologie stellt die individuellen Daten dafür zur Verfügung und wertet sie aus.

Was heisst das konkret?

Ich persönlich habe zum Beispiel chronisches Asthma. Für meine Gesundheit ist es wichtig, damit gut umzugehen. Andere sagen vielleicht, ich will 120 Jahre alt werden. Dann sagt der digitale Zwilling, wie man die Wahrscheinlichkeit dafür erhöht. Anderen dagegen ist es wichtig, ein erfülltes, fittes Leben zu haben und dann im Alter von 90 Jahren ohne Siechtum zu sterben. Alle haben ihr eigenes Verständnis von Gesundheit und sollten ihre Daten nutzen, dieses Leben zu leben. Zudem sind wir biologisch wie psychologisch hoch individuell. Es ist ein grosses Defizit der aktuellen Medizin, dass sie alle Menschen über einen Kamm

schert. Wenn man ein Medikament bekommt, dann wird man so behandelt, als wäre man der Mittelwert aus einer riesigen evidenzbasierten Studie. Aber wir sind doch kein Durchschnitt!

Das Ziel der Systembiologie ist es, mit den vielen guten, neuen Erkenntnissen aus der Grundlagenforschung ein Grundmodell zu entwickeln, das für alle Menschen gilt. Dieses Modell wird dann zum Beispiel mit meinen persönlichen Daten gefüttert. Daraus entstehen dann hochpräzise hoch individualisierte Prognosen für die Zukunft, die nur für mich in meiner speziellen Lebenssituation, mit meiner speziellen Biologie und Psyche gelten. Das ist dann mein eigener digitaler Zwilling. Gelingt das, brauchen wir die bisherige Medizin so nicht mehr. Natürlich wird man immer Knochenbrüche heilen und Pandemien bekämpfen müssen. Aber es wird etwas geben, wo Psychologie und Medizin eins sind und uns gemeinsam bei der Anpassung an die Herausforderungen unserer Umwelt helfen. Das ist ein zutiefst natürlicher Prozess.

Was der Psychotherapie derzeit oft fehlt, sind harte Daten über biopsychologische Veränderungen und das naturwissenschaftliche Fundament dahinter. Sie kann also von der Biomedizin viel lernen, auch von



«Gesundheit ist ein sich über viele Generationen fortsetzender Prozess.»

biologischer Ebene nämlich oft durch die Verstellung von epigenetischen Schaltern und Dimmern. Wenn ich als Therapeutin mit einer Klientin arbeite und deren Stressregulationssystem verstelle, dann verstellen sich epigenetische Schalter in ihren Nervenzellen und in den Zellen ihrer hormonproduzierenden Organe.

Dank Epigenetik habe ich also gelernt, dass wir Gesundheit völlig neu betrachten müssen und dass wir auch die Vergangenheit, die Kindheit, Erfahrungen aus vorherigen Generationen berücksichtigen müssen. Gesundheit ist ein sich über viele Generationen fortsetzender Prozess.

deren reduktionistischen Ansätzen. Und gleichzeitig kann die Medizin viel von der Psychotherapie lernen. Die Systembiologie betrachtet ja beides und integriert medizinische wie psychologische Daten. So gelingt es plötzlich, das Ganzheitliche, das in der Psychotherapie steckt, mit dem Reduktionistischen, Modellhaften aus der Biomedizin zu kombinieren – sozusagen das Beste aus beiden Welten in ihren Formeln zu vereinen. Deshalb hoffe ich, auch die psychosozialen Berufsgruppen sehen das Potenzial, das in der Analyse von Daten steckt. Wenn sie zum Beispiel ihren Klienten*innen einen Schlafracker geben und über längere Zeit verfolgen, wie deren Schlaf verläuft, so können diese Daten in einer Therapie unheimlich hilfreich sein.

Sie haben ja auch zur Epigenetik zwei wegweisende Bücher publiziert. Wie passen die neuen Erkenntnisse der Epigenetik zur Systembiologie?

Ich habe 2009 das weltweit erste allgemein verständliche Buch zur Epigenetik geschrieben. Dann habe ich irgendwann gemerkt, dass die Erkenntnisse der Epigenetik unseren Blick auf Gesundheit total verändern, weil sie uns zeigen, wie wir uns als Organismus an unsere Umwelt, an unseren Lebensstil, an unsere Psychotherapie anpassen. Das geschieht auf molekular-

Das ist für Psychotherapeuten*innen ja nichts Neues. Aber das Spannende an der Epigenetik ist, dass wir das jetzt molekularbiologisch messen können. Das ist auch für die Psychotherapie eine enorm wichtige Botschaft, weil ihre Erfolge dadurch sichtbarer und erklärbarer werden. Was die Molekularbiologie messen kann, hat nun mal in unserer Gesellschaft eine höhere Bedeutung. Und die damit verbundenen Biomarker sind für die Therapieforschung, für das Hinterfragen und Überprüfen der Methoden wichtig. Oder anders gesagt: Auch die Epigenetik liefert knallharte Daten, mit denen man einen digitalen Zwilling füttern würde. Und so ist das Systembiologie-Buch eigentlich nur die Fortsetzung meiner Epigenetik-Bücher.

Sie haben sich ja auch wissenschaftlich und publizistisch intensiv mit dem Schlaf und der Schlaforschung auseinandergesetzt. Gibt es einen roten Faden, der dieses Forschungsfeld in einen Bezug zur Epigenetik und zur Systembiologie bringt?

Der rote Faden ist die Bedeutung all dieser Themen für die Prävention. Der Schlaf ist ein extrem wichtiges und absolut unterschätztes Phänomen. Er ist eine Ressource für Resilienz, für psychische Stabilität, aber auch für körperliche Gesundheit. Das wissen wir alle.

Aber warum hat die Evolution den Schlaf überhaupt erfunden? Er ist ja eigentlich ein absurder Zustand. Wir schalten unser Wachbewusstsein ab und sind bedroht in dieser Situation. Wir müssen schlafen, zuallererst, damit unser Gehirn funktioniert und damit wir ein Gedächtnis und überhaupt ein Bewusstsein haben. Ohne Schlaf gäbe es kein Bewusstsein. Und das Bewusstsein ist der Film, der uns durchs Leben geleitet, ist der Film, den wir selbst produzieren, damit wir Vorhersagen über auf uns zukommende Situationen machen können.

Das Bewusstsein macht letztlich nichts anderes als die Systembiologie, nur vor einem anderen Zeithorizont. Auf der Basis der Erfahrungen aus der Vergangenheit entstehen mithilfe von gegenwärtigen Sinneseindrücken oder Daten Vorhersagen, was uns als Nächstes erwartet. Die Systembiologie kann dabei sehr viel weiter schauen. Und das hilft der Prävention.

**Sie sprechen gerne auch von einer
«Präventionsgesundheit».**

Was können wir uns darunter vorstellen?

Wir müssen als Gesellschaft lernen, Prävention zu leben. Wir haben es in der Pandemie gesehen und sehen es bei der Klimakatastrophe: Es ist für uns Menschen enorm schwierig, mit Dingen umzugehen und so zu handeln, dass wir langfristig profitieren, also in einem Zeitfenster, das über unser aktuelles Bewusstsein hinausgeht. Dafür ist unsere Biologie nicht ausgelegt. Wenn ich heute entscheide, ich schlafe mehr und besser, dann ist das gut für meine Gesundheit. Das wirkt sogar noch in vielen Jahren. Und es ist vielleicht sogar gut für die Gesundheit meiner Kinder. Wenn ich entscheide, kein Fleisch mehr zu essen, ist das gut für das Klima vielleicht der nächsten Generation. Aber solche Entscheidungen muss ich aus dem Verstand heraus treffen und nicht aus meinem Bewusstseinsfilm, der mir gerade erzeugt wird. Der sagt mir nämlich: Fleisch ist lecker und wieso soll ich jetzt schlafen und auf die tolle Party heute Nacht verzichten? So ticken wir ja in Wahrheit.

Die Wissenschaft findet Dinge über uns heraus, die wir auf der Basis unserer Intuition nicht verstehen. Das tut manchen Psychologen*innen und vor allem den Esoterikern total weh, wenn man sie mit dieser Tatsache konfrontiert, dass unsere Intuition uns oft

auch in die Irre leitet. Das hat damit zu tun, dass wir nun mal biologisch wie in der Steinzeit ticken. Ich habe keinen Messfühler dafür, ob ich ausreichend schlafe. Wenn ich gar nicht geschlafen habe, merke ich das. Aber wenn ich jede Nacht eine halbe Stunde zu wenig schlafe, merke ich das nicht. Ich habe auch keinen Fühler dafür, ob ich im richtigen Rhythmus schlafe. Solche Dinge waren für Steinzeitmenschen keine relevanten Probleme. Wir müssen also eine Technik entwickeln, wie wir unsere Intuition, die ja sehr wichtig ist und meist sehr gut funktioniert, noch ein wenig verbessern können. Dabei können uns die Wissenschaft und Big Data helfen. Und damit sind wir wieder bei der Systembiologie.

Herzlichen Dank für das Gespräch.

.....
Der promovierte Neurobiologe **Peter Spork** ist seit mehr als 30 Jahren als freier Publizist unterwegs. Er zählt zu den führenden Wissenschaftsautoren Deutschlands und seine Sachbücher wurden vielfach übersetzt. Peter Spork ist Mitglied des wissenschaftlichen Beirats des IEF. Mehr Informationen: peter-spork.de
.....

Aktuelle Bücher von Peter Spork:

«Die Vermessung des Lebens»

Wie wir mit Systembiologie erstmals unseren Körper ganzheitlich begreifen – und Krankheiten verhindern, bevor sie entstehen
DVA, München 2021
Nominiert für das Wissenschaftsbuch des Jahres 2022

«Gesundheit ist kein Zufall»

Wie das Leben unsere Gene prägt –
Die neuesten Erkenntnisse der Epigenetik
Taschenbuch: Pantheon Verlag, München 2019;
E-Book: DVA, München 2017

«Das Schlafbuch»

Warum wir schlafen und wie es uns am besten gelingt
Taschenbuch: Rowohlt Verlag,
3. Auflage, Hamburg 2019;
E-Book: Rowohlt Verlag, Hamburg 2011

«Begeisterung ist Dünger für das Gehirn!» (Gerhard Hüther)

In der Weiterbildung «Systemische Psychotherapie IEF» wird systemisches Denken und Handeln in Theorie und Praxis vermittelt. Dies vollzieht sich durch eine kontinuierliche zirkuläre Rückkoppelung von Wissensaneignung mit Erfahrungen aus der Praxis und der Selbstreflexion aller Beteiligten. Die Seminare sind praxisorientiert ausgerichtet und evidenzbasiert. Sie orientieren sich sowohl an klinischer Praxis als auch an neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen. In dieser Umgebung lernen die Teilnehmenden von- und miteinander, indem sie reflektieren, üben und sich austauschen. Sie erhalten dabei eine angemessene Unterstützung von Lehrtherapeuten*innen. Perspektivenwechsel, Methodenvielfalt und die Bereitstellung unterschiedlicher Übungssituationen unterstützen die Teilnehmenden in ihren individuellen Lernprozessen sowie in der Weiterentwicklung ihrer Wissens-, Fach-, Methoden- und Handlungskompetenz.

Die Teilnehmenden eignen sich auf diese Weise Fähigkeiten an, die es ihnen ermöglichen, in ihrem beruflichen Kontext mit Klienten*innen unterschiedlichen Alters sowie mit unterschiedlichen Themen, Inhalten, Symptomen und Störungsbildern in verschiedenen Settings zu arbeiten. Aus systemischer Sicht beinhaltet dies die Fähigkeit, Denk- und Handlungsmöglichkeiten zu erweitern, Symptome als Lösungsversuche in relevanten Beziehungsmustern zu erkennen sowie sowohl Diagnostik als auch störungsspezifische Interventionen ressourcen- und lösungsorientiert anzuwenden.

Hypnotherapeutische Konzepte ergänzen die systemische Sichtweise und ermöglichen die Rekonstruktion innerpsychischer Organisationsmuster, ihrer Wechselwirkung mit interaktionellen Mustern sowie deren Nutzung für in das System passende Lösungen.

Die Weiterbildung «Systemische Psychotherapie IEF» ist vom BAG ordentlich akkreditiert und richtet sich an Psychologen*innen und Ärzte*innen mit abgeschlossenem Hochschulstudium, die einen Weiterbildungstitel anstreben. Innerhalb von vier Jahren können durch die Weiterbildung am IEF die Anforderungen des Bundes an eine integrale psychotherapeutische Weiterbildung erfüllt werden.

Psychologen*innen sind nach erfolgreichem Abschluss berechtigt, den Fachtitel «eidgenössisch anerkannte*r Psychotherapeut*in» zu führen. Ausserdem erfüllt die Ausbildung die Anforderungen der FMH.

WEITERBILDUNGEN

Die Weiterbildung «Systemische Psychotherapie IEF» ist zweistufig aufgebaut, unterteilt in ein Grundlagen- und ein Vertiefungsstudium. Streben Psychologen*innen den Titel «eidgenössisch anerkannte*r Psychotherapeut*in» an, benötigen sie zusätzlich Einzelselbsterfahrung, Einzelsupervision, klinische Praxis und eigene psychotherapeutische Tätigkeit, um die Weiterbildung erfolgreich abzuschliessen. Ärzte*innen, welche das Zertifikat FMH erwerben wollen, ergänzen ihr Studium ebenfalls mit eigener psychotherapeutischer Tätigkeit, Einzelselbsterfahrung und Einzelsupervision. Die Weiterbildung ist von den Berufsverbänden FSP, SBAP und FMH anerkannt.

GRUNDLAGENSTUDIUM IN SYSTEMISCHER PSYCHOTHERAPIE

Das Grundlagenstudium beinhaltet Seminare «Wissen und Können», Gruppenselbsterfahrung und Gruppensupervision. Nach Abschluss der Grundlagen erhalten die Absolventen*innen eine Bestätigung über die absolvierten Weiterbildungsinhalte.

Nächster Beginn: 21. September 2023,
frühzeitige Anmeldung empfohlen

VERTIEFUNGSTUDIUM IN SYSTEMISCHER PSYCHOTHERAPIE

Das Vertiefungsstudium beinhaltet themen- und störungsspezifische Seminare sowie eine vertiefte Auseinandersetzung mit der eigenen psychotherapeutischen Arbeit in der Gruppensupervision. Das Vertiefungsstudium führt nach erfolgreichem Abschluss für Psychologen*innen zum Titel «eidgenössisch anerkannte*r Psychotherapeut*in» und ist für Ärzte*innen von der FMH anerkannt. Nächster Beginn: 10. November 2022, frühzeitige Anmeldung empfohlen



KONTAKT

Anita Hardegger,
eidg. anerkannte Psychotherapeutin,
Fachpsychologin für Psychotherapie FSP,
Co-Bereichsleitung Systemische Psychotherapie IEF,
anita.hardegger@ief-zh.ch

Mélanie Tripod,
eidg. anerkannte Psychotherapeutin,
Co-Bereichsleitung Systemische Psychotherapie IEF,
melanie.tripod@ief-zh.ch

INFORMATIONSVORANSTALTUNGEN

Finden regelmässig vor Ort oder digital statt,
bitte konsultieren Sie dafür unsere Website
www.ief-zh.ch

«Veränderungsprozesse hypnosystemisch zu beschreiben heisst gleichsam, sie Würde-voll zu beschreiben.»

Problematische und «symptomatische» Herausforderungen signalisieren uns nicht nur, «wo es weh tut», sondern sind gleichsam unsere Wegweiser, «wohin die Reise gehen könnte». Eine neugierig würdigende therapeutische Grundhaltung ermöglicht Klienten*innen nicht nur ein wohlwollendes Erkunden der scheinbar unveränderlichen Grenzen und Leidensgeschichten, sondern fördert auch einen verständnisvollen Zugang zu Problemen und «Symptomen».

Horizonte laden ein! Wir «therapieren» nicht die «Symptome» unserer Klienten*innen, sondern in erster Linie ihre Beziehung zu diesen «Symptomen» und den darin verborgenen Ressourcen und Fähigkeiten. Gemeinsam lassen sich dann Grenzen in Horizonte verwandeln, die einladen, sie zu erkunden, zu erweitern und die Entwicklung würdevoller Veränderungen anzubahnen.

WEITERBILDUNGEN

HYPNOSYSTEMISCHES COACHING IEF - MIT ZERTIFIKAT ODER ALS CAS IEF

**Die Entfaltung Ihrer «Coach-Persönlichkeit»:
innere Ordnung schaffen und
mit Leichtigkeit coachen lernen.**

17-tägige Weiterbildung mit Einstiegsseminar und Abschlusskolloquium. Zusätzliche Supervision in Kleingruppen von 3 bis 5 Personen: IEF-Zertifikat: 20 Einheiten, CAS IEF: 32 Einheiten à 45 Min.
Leitung: Peter Hain, Dr. phil.,
eidg. anerkannter Psychotherapeut
Nächster Beginn: 4. September 2023

EINSTIEG INS HYPNOSYSTEMISCHE COACHING

**Innere Ordnung schaffen, Ziele definieren,
Ressourcen aktivieren, Blockaden lösen.**

Ist Voraussetzung für die Weiterbildung
«Hypnosystemisches Coaching IEF».
Zweitägiges Seminar mit Ina Hullmann,
Dipl.-Psych., Coach
Nächste Durchführung:
Mo./Di., 3./4. April 2023,
Mo./Di., 22./23. Mai 2023
Kosten: Fr. 600.-

FORTBILDUNGEN

DER HYPNOTHERAPEUTISCHE WERKZEUGKASTEN 2

Vorstellung verschiedener hypnotherapeutischer Techniken für gelungene Induktionen und Interventionen.

Seminar mit Christian Schwegler, Dr. med.,
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH
Mo./Di., 24./25. Oktober 2022
Kosten: Fr. 600.-

HYPNOTHERAPIE BEI ZWÄNGEN

Die Bühne des Zwangs verlassen und das Leben wieder selbst in die Hand nehmen.

Seminar mit Birgit Hilse, Dipl.-Psych.,
psychologische Psychotherapeutin
Mo./Di., 14./15. November 2022
Kosten: Fr. 600.-

HYPNOSE, SCHMERZ UND PLACEBO – IM SYSTEMISCHEN KONTEXT

Techniken für den ökologischen Umgang mit Schmerzen.

Seminar mit Gisela Perren-Klingler, Dr. med.,
Fachärztin Psychiatrie und Psychotherapie
Mo./Di., 5./6. Dezember 2022
Kosten: Fr. 600.-

CHRONISCH KRANK

Kompetenz im Umgang mit chronisch körperlich kranken Patienten.

Seminar mit Martina Berchtold-Neumann,
Psychologin, zert. Hypnosetherapeutin,
Mo./Di., 16./17. Januar 2023
Kosten: Fr. 600.-

ENTWICKLE DEINE STÄRKE

Hypnosystemische Therapie und Klopftechniken in Kombination.

Seminar mit Eva Albermann,
Dr. med., Fachärztin für Allgemeinmedizin,
Psychotherapie und Homöopathie
Mo./Di., 17./18. April 2023
Kosten: Fr. 600.-

MEINE TRAUER WIRD DICH FINDEN

**Ein neuer Ansatz in der Trauerarbeit:
Hypnosystemische Trauerbegleitung**

Seminar mit Roland Kachler,
Dipl.-Psych., psychologischer Psychotherapeut
Fr./Sa., 8./9. Mai 2023
Kosten: Fr. 600.-

SUCHT, ANGST, ZWANG UND ESSTÖRUNGEN

Hypnosystemische Zugänge zu verdeckten Anliegen und Kompetenzen.

Seminar mit Reinhold Bartl,
Psychologe, systemischer Psychotherapeut
Mo./Di., 15./16. Mai 2023
Kosten: Fr. 600.-

TAGUNG

**VOM TRAUMA ZU BEFREITEM,
ERFÜLLENDEM LEBEN**

Hypnosystemische Traumatherapie für die Transformation traumatischer Erfahrungen in Kompetenzen für ein erfüllendes Leben.

Tagung mit Gunther Schmidt,
Dr. med., Facharzt für Psychotherapie
Mo./Di., 14./15. November 2022
Kosten: Fr. 600.-



KONTAKT

Peter Hain, Dr. phil.,
Fachpsychologe für Psychotherapie
und für Kinder- und Jugendpsychologie FSP,
Bereichsleiter Hypnosystemische
Fort- und Weiterbildungen IEF, info@drhain.ch

«Solange es Haare gibt, liegen sich Menschen in denselben.»

(Heinz Erhardt)

Mediation strebt eine ergebnisbezogene, verbindliche Lösung an, die von den Betroffenen persönlich und grundsätzlich freiwillig erarbeitet wird. Die Klienten*innen werden hierbei durch eine neutrale, allparteiliche Drittperson ohne Entscheidungsbefugnis, den/die Mediator*in, unterstützt.

Mediation hat sich zu einer gesellschaftlich immer wichtigeren Kernkompetenz entwickelt. Mediative Fähigkeiten sind hilfreich für Führungs- und Fachpersonen insbesondere aus Sozialarbeit, Psychologie, Pädagogik, Gesundheitswesen, Theologie, Recht, Wirtschaft, Technik, Umwelt, Beratung sowie verwandten Berufen. Die modulare und interdisziplinäre Ausrichtung des IEF bietet den Teilnehmenden die Möglichkeit, die Weiterbildung ihren Zielen, Erfahrungen, Bedürfnissen und Interessen sowie ihren zeitlichen und finanziellen Ressourcen anzupassen. Wir legen dabei besonderen Wert auf einen praxisbezogenen Ansatz für unterschiedliche Berufsrealitäten und eine Fülle verschiedener Trainingsmöglichkeiten.

WEITERBILDUNGEN

GRUNDLAGEN IN MEDIATION

Fundamentale Aspekte der Mediation, praxisbezogen und mit vielen Trainingsmöglichkeiten. Das grundlegende Handwerkszeug für die Mediationstätigkeit wird vermittelt und trainiert. So können die Teilnehmenden die Mediation in verschiedenen Arbeitsfeldern konkret anwenden und später, nach eigener Wahl und je nach Anwendungsgebiet, vertiefen.

18 Tage: Abschluss mit Zertifikat IEF

21,5 Tage: Abschluss als CAS IEF möglich

Leitung: Raymund Solèr,

lic. iur., Coach und Mediator SDM

Nächster Beginn: 24. Oktober 2022

VERTIEFUNG: MEDIATION FÜR VERSCHIEDENE ANWENDUNGSGBIETE

Modulare Vertiefung in die Besonderheiten der Familienmediation, der Mediation im öffentlichen Bereich sowie der Arbeitsplatz- und Organisationsmediation anhand von Praxisbeispielen.

13 Tage (inkl. 5 Tage Supervision),

Zertifikat anerkannt durch SDM-FSM

Leitung: Raymund Solèr,

lic. iur., Coach und Mediator SDM

Nächster Beginn: 18. September 2023

FORTBILDUNGEN/SEMINARE

KLÄRUNGSHILFE UND DIE LUST AM DOPPEL

Methoden im Umgang mit Vorwürfen und Kränkungen in eskalierten Konflikten.

Seminar mit Christian Prior,
Dipl. Psych., Mediator, Unternehmensberater
Mi./Do., 16./17. November 2022
Kosten: Fr. 780.-

DIE KUNST DES FRAGENS

Eine Frage, in der richtigen Art und Weise gestellt, ermöglicht einen neuen Blick auf das anstehende Problem und öffnet den Weg für eine Lösung.

Seminar mit Heiner Krabbe, Dipl.-Psych., Mediator
Fr./Sa., 21./22. April 2023
Kosten: Fr. 640.-

PROFESSIONELLE UNTERSTÜTZUNG BEI HOCHSTRITTIGEN FAMILIENKONFLIKTEN

Wie umgehen mit hocheskalierten Familienkonflikten? Warum können sie entstehen? Wie verläuft ihre Dynamik und welche Interventionsmöglichkeiten haben wir?

Seminar mit Heiner Krabbe,
Dipl.-Psych., Mediator
Fr./Sa., 9./10. Juni 2023
Kosten: Fr. 640.-

INFORMATIONSVANSTALTUNGEN

Finden regelmässig vor Ort oder digital statt,
bitte konsultieren Sie dafür unsere Website
www.ief-zh.ch

SPEZIALISIERUNG IN FAMILIENMEDIATION

MEDIATION IN ALTERS- UND GENERATIONENKONFLIKTEN

Lebensgestaltung im Alter ist Verhandlungssache!

Seminar mit Yvonne Hofstetter Rogger,
Sozialarbeiterin und Mediatorin SDM,
und Iris Fillié Utz,
Sozialpädagogin, Mediatorin
Mo./Di., 21./22. November 2022
Kosten: Fr. 640.-

JURISTISCHE ASPEKTE VON TRENNUNG, SCHEIDUNG UND KONKUBINATSAUFLÖSUNG

Wie wir die sich aus rechtlichen Normen ergebenden Verhandlungsspielräume für die Mediation erkennen und nutzen können.

Seminar mit Barbara Umbricht Lukas,
Rechtsanwältin, Mediatorin
Mi./Do., 15./16. März 2023
Kosten: Fr. 640.-

TRENNUNGS- UND SCHEIDUNGS-MEDIATION

Erarbeitung von Trennungs- und Scheidungsregelungen in der Mediation.

Seminar mit Barbara Umbricht Lukas,
Rechtsanwältin, Mediatorin
Do./Fr., 25./26. Mai 2023
Kosten: Fr. 640.-



KONTAKT

Raymund Solèr, lic. iur.,
Coach und Mediator SDM,
Bereichsleiter Mediation und
Konfliktkultur IEF,
raymund.soler@ief-zh.ch

«Alleine kannst du Gipfel erklimmen, doch nur gemeinsam können wir Berge versetzen.»

Die Eltern streiten sich lauthals, das Kind verkriecht sich in einer Ecke. Soll ich mich dazwischenstellen oder professionelle Distanz wahren oder mit dem Kind spielen? Die Alleinerziehende ist am Anschlag, ihre Tochter wird schon zum dritten Mal betrunken von der Polizei aufgegriffen. Was wird von mir erwartet? Der Vater von drei Kindern hat seine Frau verloren, er ist überfordert, emotionell und organisatorisch. Es geht mir nahe, eigentlich möchte ich mit ihm weinen. Wenn ich nur einen Anhaltspunkt hätte, wie ich richtig beraten soll.

Sie erraten es, allgemeingültige Verhaltensweisen für die Arbeit mit Eltern und Familien suchen wir vergebens. Jeder einzelnen Situation gebührt Respekt. Doch die Sicherheit im Umgang mit schwierigen Familien ist trainierbar, ob Sie als Berater*in, Beistand*in, Pädagoge*in, Familienbegleiter*in oder in einer anderen Rolle beruflich mit Familien zu tun haben. In unseren Kursen spielen Sie vorgegebene und eigene Fallbeispiele durch. Sie werden ein Gefühl dafür entwickeln, was in einer bestimmten Situation passt. Praxiserfahrene Trainer*innen und Dozierende bieten dazu den fachlichen wie auch systemischen Hintergrund. Ob Sie sich für Module oder gleich für eine neun- oder elftägige Weiterbildung entscheiden, Sie werden auf jeden Fall in Ihrer Kompetenz als Elterncoach oder Familienbegleitende gestärkt.

WEITERBILDUNGEN

SOZIALPÄDAGOGISCHE FAMILIENBEGLEITUNG

Familien in der Krise so zu unterstützen, damit diese so rasch als möglich wieder Orientierung finden, Handlungskraft erhalten und ihren Alltag sicher bewältigen können: Die neuntägige, praxisbezogene Weiterbildung gibt Ihnen fundierte Grundlagen und einen effizienten Werkzeugkasten für die professionelle Familienbegleitung.

Leitung: Marianne Egloff,
Familienmediatorin und Erziehungscoach
Nächster Beginn: Herbst 2023
Dauer: 9 Tage
Kosten: Fr. 2970.-

INFORMATIONSVORANSTALTUNGEN

Finden regelmässig vor Ort oder digital statt, bitte konsultieren Sie dafür unsere Website www.ief-zh.ch

SYSTEMISCHES ELTERNCOACHING

Die elftägige Weiterbildung beschäftigt sich mit Problematiken in der Familie: Lebenseinstellung, Komplexität, Sucht, Krankheit, unterschiedliche Modelle, Gewalt und andere mehr. Sie werden nicht nur lernen, sondern erleben, wie Sie sich verschiedenen Situationen flexibel anpassen können.

Leitung: Marianne Egloff,
Familienmediatorin und Erziehungscoach
Nächster Beginn: 20. März 2023
Dauer: 11 Tage inkl. Zertifizierung, Kosten: Fr. 3650.-

SYSTEMISCHES ELTERNCOACHING UND MARTE MEO, CAS IEF

Kombinieren Sie unsere Weiterbildungen Systemisches Elterncoaching und Marte Meo, so können Sie mit einer zusätzlichen Abschlussarbeit einen Abschluss als CAS IEF (mit 15 ECTS-Punkten) erreichen.

Nächster Beginn: 20. März 2023
Dauer: 28 Tage plus zwei Abschlussarbeiten

FORTBILDUNGEN/SEMINARE

KURZ-LERNCOACHING

Ein System, um in einer Kurzzeit-Intervention Lernerfolg aufzubauen – systemisch, hypnotherapeutisch und ressourcenorientiert.

Seminar mit Regina Hunter,
Dr. phil., klinische Psychologin
Mo./Di, 13./14. März 2023
Kosten: Fr. 660.-

«VON DER KUNST, EINEN KAKTUS ZU UMARMEN»

Haltungen und Konzepte in der psychosozialen Begleitung von Menschen mit einer Komplextraumatisierung.

Seminar mit Lucas Maissen,
Heil- und Sozialpädagoge, Psychologe
Mo./Di., 20./21. März 2023
Kosten: Fr. 660.-

«ICH SCHAFF'S»

Das lösungsorientierte Programm für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen.

Seminar mit Thomas Hegemann, Dr. med.
Mo. - Mi., 27. - 29. März 2023
Kosten: Fr. 900.-

DIGITALE MEDIEN UND NEUE AUTORITÄT

Internet, Smartphone & Co.: Grenzen setzen ist gefragt.

Seminar mit Martin Fellacher,
Diplomsozialarbeiter
Do./Fr., 30./31. März 2023
Kosten: Fr. 660.-

«MACH DOCH EIFACH!»

Instrumente, um Jugendliche mit psychischen Erkrankungen in ihrem Alltag besser zu verstehen und zu unterstützen.

Seminar mit François Gremaud,
Dr. phil., Psychotherapeut, Supervisor
Mo./Di., 19./20. Juni 2023
Kosten: Fr. 660.-

MARTE MEO

Wenn ich das Mädchen ganz genau beobachte, wundert es mich nicht, warum es Schwierigkeiten hat, Kontakte zu knüpfen. Es liegt an seinen Verhaltensmustern. Aber wann schaue ich denn so gezielt hin? Das Festhalten und die Wiedergabe in Slow Motion bringen erstaunliche Erkenntnisse und ersetzen so manche Abklärung. Sie dürfen gespannt sein auf die Marte-Meo-Ausbildung in drei Stufen.

MARTE-MEO-EINFÜHRUNGSTAG

Dozentin: Simone d'Aujourd'hui,
Marte-Meo-Supervisorin
Mi., 8. März 2023, Kosten: Fr. 310.-

MARTE-MEO-BASIS

Abschluss: Marte-Meo-Practitioner
Dozentin: Simone d'Aujourd'hui,
Marte-Meo-Supervisorin
Nächster Beginn: 26. Oktober 2022
Dauer: 5 Tage inkl. Zertifizierungstag
Kosten: Fr. 1550.-

MARTE-MEO-THERAPEUT*IN

Abschluss: Marte-Meo-Therapeut*in
Dozentin: Marianne Egloff,
Familienmediatorin und Erziehungscoach
Nächster Beginn: 1. März 2023
Dauer: 12 Tage inkl. internationale Zertifizierung
Kosten: Fr. 3600.-



KONTAKT

Marianne Egloff,
Familienmediatorin und Erziehungscoach,
Bereichsleiterin Elterncoaching IEF,
marianne.egloff@ief-zh.ch

«Wenn wir glauben, etwas sicher zu wissen, müssen wir uns um eine andere Perspektive bemühen.»

(aus dem Film «Der Club der toten Dichter»)

Das IEF bietet im Bereich «Systemisch vertieft» Weiterbildungen mit verschiedenen thematischen Schwerpunkten an. Diese richten sich an ausgebildete Psychotherapeuten*innen und Fachärzte*innen für Psychiatrie und Psychotherapie sowie an Fachpersonen aus dem psychosozialen Bereich, welche in einem dieser Bereiche arbeiten und sich nebenher vertieft weiterbilden, oder sich in einem neuen Bereich spezialisieren möchten.

WEITERBILDUNGEN

SYSTEMISCHE THERAPIE MIT KINDERN UND JUGENDLICHEN

Die Weiterbildung richtet sich an Fachpersonen, welche sich in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen mehr systemisches Know-how aneignen möchten. Im Fokus stehen die therapeutische Arbeit mit dem Kind und der Einbezug des sozialen Umfeldes.

Dozierende: Peter Allemann, Sabine Brunner, Rüdiger Retzlaff, Gabriella Selva, Claudia Starke und Charlotte Wirl

12 Tage, Abschluss mit Zertifikat IEF

Zusätzlich und fakultativ: Gruppensupervision

Leitung: Anna Gunsch, lic. phil., eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin

Nächster Beginn: 30. August 2023

SYSTEMISCHE SUPERVISION

Die Weiterbildung «Systemische Supervision» vermittelt systemische Theorien, Methoden und Haltungen für den supervisorischen Kontext. Im Fokus systemischer Supervision steht die Wechselwirkung zwischen Person, Rolle, Funktion, Auftrag und Organisation, sie ist immer kontextbezogen.

12 Tage, Abschluss mit Zertifikat IEF

Zusätzlich und fakultativ: Gruppensupervision

Leitung: Anna Gunsch, lic. phil., eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin

Nächster Beginn: 3. Februar 2023

Vorankündigung:
Im 2023 startet unsere neue
12-tägige Vertiefungs-
weiterbildung in
SYSTEMISCHER PAARTHERAPIE
unter anderem mit:
Angelika Eck, Stefan Geyerhofer
und Arnold Retzer

FORTBILDUNGEN/SEMINARE

EINFÜHRUNG IN SYSTEMISCHES DENKEN UND HANDELN

Für Fachpersonen aus anderen Therapierichtungen und andere an systemischem Denken und Handeln interessierte Personen.

Dozentinnen: Anna Gunsch und Katja Wichser, eidg. anerkannte Psychotherapeutinnen
Do./Fr., 17./18. November 2022
Kosten: Fr. 600.-

SYSTEMISCHE TRAUMATHERAPIE - GRUNDLAGEN UND BEHANDLUNGSDIEEN

Geht Traumabehandlung systemisch? Der Nutzen von systemischen Konzepten für die Behandlung von Traumafolgestörungen.

Seminar mit Reinert Hanswille, Diplom-Pädagoge, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut, Traumatherapeut
Mo. - Mi. 27. Februar - 1. März 2023
Kosten: Fr. 900.-



KONTAKT

Anna Gunsch,
eidg. anerkannte Psychotherapeutin,
Fachpsychologin für Psychotherapie FSP,
Bereichsleiterin Systemisch vertieft IEF,
anna.gunsch@ief-zh.ch

Impressum

IEF Institut für systemische Entwicklung und Fortbildung, Schulhausstrasse 64, 8002 Zürich
Institutsleitung: Anna Gunsch, Martin Engel, Peter Hain, Raymund Solèr
Konzeption, Redaktion und Gestaltung: riomedia.ch
Fotos: Nadine Kägi, František Matouš (S. 2), Børje Müller (Umschlag)
Druck: Stuedler Press; Auflage: 21200 Exemplare

ANMELDUNG

Ich melde mich für die folgenden Angebote verbindlich an. Es gelten die Allg. Geschäftsbedingungen des IEF: www.ief-zh.ch/Über-uns/AGB

Angebot, Datum

Angebot, Datum

Name, Vorname

Strasse, Nummer

PLZ, Ort

Beruf/Titel

Telefon

E-Mail

Unterschrift

Bitte senden an IEF, Schulhausstrasse 64, 8002 Zürich



Das IEF ist EDUQUA-zertifiziert.



**IEF Institut für systemische Entwicklung
und Fortbildung**
Schulhausstrasse 64, 8002 Zürich
+41 (0)44 362 84 84
ief@ief-zh.ch
www.ief-zh.ch