

KONTAKT

Informationsveranstaltung

In regelmäßigen Abständen laden wir zu Informationsveranstaltungen ein. Gerne nehmen wir Sie in unsere Interessentenliste auf.

Termine und Kosten

Aktuelle Termine für Informationsveranstaltungen und Seminarwochenenden sowie die Kosten entnehmen Sie bitte unserer Internetseite unter:

www.zfw.uni-hamburg.de/introvision

Anmeldung

Bitte senden Sie uns per E-Mail oder Post die folgenden Unterlagen:

- ausgefülltes und unterschriebenes Anmeldeformular
 - kurzes Anschreiben mit Nennung der Motivation
 - tabellarischer Lebenslauf
 - Kopie des Berufs- oder Hochschulabschlusses
 - Nachweis über mindestens ein Jahr Berufstätigkeit
 - Nachweis über den Basis-Kurs Introvision bzw. Äquivalent
- Bei erfüllten Zugangsvoraussetzungen werden die Plätze in der Reihenfolge des Anmeldeeingangs vergeben.

Kontakt und Beratung

Universität Hamburg, Zentrum für Weiterbildung

Daniela Krückel

Junigiusstr. 9, 20355 Hamburg

daniela.krueckel@uni-hamburg.de

Weitere Informationen

www.zfw.uni-hamburg.de/introvision

ZENTRUM FÜR WEITERBILDUNG

Das Zentrum für Weiterbildung (ZFW) ist die zentrale Einrichtung der Universität Hamburg für berufliche Weiterbildung und lebenslanges Lernen. Das ZFW entwickelt Weiterbildungsangebote in Kooperation mit den Fakultäten der Universität Hamburg, Partnerhochschulen, Fachverbänden und Unternehmen. Kennzeichnend sind dabei wissenschaftliche Kompetenz, Forschungsnähe, Qualität der Lehre und Praxisbezug.

In der Exzellenzstrategie des Bundes und der Länder hat die Universität Hamburg den Zuschlag für vier Exzellenzcluster erhalten und wurde 2019 mit dem Status als Exzellenzuniversität ausgezeichnet. Diesen hohen Anspruch verfolgen wir auch in der Weiterbildung, mit exzellenter Lehre und anerkannten Universitätszertifikaten und Masterabschlüssen.

Das ZFW bietet Ihnen ein umfassendes und nachfrageorientiertes Weiterbildungsangebot:

- berufsbezogene Zertifikatsprogramme und Masterstudiengänge
- das Kontaktstudium: offenes Bildungsprogramm der Universität Hamburg
- das Allgemeine Vorlesungswesen (öffentliche Vorträge an der Universität Hamburg)

Das vollständige Angebot finden Sie unter

www.zfw.uni-hamburg.de

VERMITTLUNG VON INTROVISION

Introvisionsberatung lernen (Aufbaukurs 1)

Stressbewältigung, Entwicklung von Achtsamkeit und Resilienz mit Introvision



Universität Hamburg

DER FORSCHUNG | DER LEHRE | DER BILDUNG

ZENTRUM
FÜR WEITERBILDUNG

PROFIL

Gelassen und handlungsfähig mit Introvision

Innere Konflikte verhindern immer wieder Gelassenheit im (Berufs-)Alltag und in schwierigen Situationen. Sie können, insbesondere wenn sie sich verfestigen oder eskalieren, zu (chronischem) Stress, Handlungsunfähigkeit und psychischen Beeinträchtigungen führen.

Introvision ist eine theoretisch fundierte und empirisch erprobte Methode zur mentalen und emotionalen Selbstregulation. Sie führt zur Auflösung und Reduktion innerer Konflikte und so zu mehr Gelassenheit und größeren Handlungsspielräumen.

Ausbildung zur zertifizierten Introvisionsberaterin, zum zertifizierten Introvisionsberater

Introvisionsberatende ermöglichen Ratsuchenden im Rahmen von Beratung, Coaching und Therapie die Auflösung akuter Konflikte sowie die nachhaltige Entwicklung einer gelasseneren Haltung mit Introvision. Die Weiterbildung zu zertifizierten Introvisionsberatern nach Angelika C. Wagner umfasst insgesamt drei Stufen. Die Teilnehmenden werden befähigt zur

- Selbstanwendung (Basiskurs)
- Vermittlung von Introvision (Aufbaukurs 1) – Stufe 2
- Intervention mit Introvision (Aufbaukurs 2) – Stufe 3

Vermittlung von Introvision – Introvisionberatung lernen

In diesem zweiten Ausbildungsschritt wird der Transfer der Selbstanwendung von Introvision in die Introvisionsberatung vollzogen. Schwerpunkte im Aufbaukurs 1 sind die Erweiterung und Vertiefung des Basiswissens und die Selbsterfahrung als Introvisionsberatende: Vertiefung des Konstatierenden Aufmerksamen Wahrnehmens (KAW), Theorie, Instrumente und Ablauf des Beratungsprozesses und die Rolle der Introvisionsberatern. Introvisionsberatungsgespräche werden intensiv geübt und reflektiert.

INHALTE

Module

Modul 1: Einführung in die Introvisionsberatung

- KAW in Anwendungsfeldern der eigenen professionellen Praxis, Anleitung des KAW
- Ablauf der Introvisionsberatung
- KAW als Haltung im Beratungsprozess
- das NLD (Nachträgliches lautes Denken) als Methode
- Einüben eigener Beratungsprozesse

Modul 2: Praxis der Introvisionsberatung

- der konstatierende Modus des Beratenden
- konflikthafte Erlebnisse mit den Instrumenten der Introvision erkennen
- Konfliktumgehungsstrategien erkennen und abschneiden
- den Kern des Konflikts finden
- KAW auf den Kern des Konflikts
- Anwendungsfelder der Introvision

Modul 3: Reflexion der Introvisionsberatung

- eigene Beratungserfahrung
- Rolle des Introvisionsberatern
- Kern des Konfliktes finden
- personenzentrierte Gesprächsführung
- Anwendung der Introvision
- Blitzintrovision

Zielgruppe

Die berufsbegleitende Weiterbildung richtet sich an Personen aus interaktionsorientierten Handlungsfeldern wie Pädagogik, Beratung, Coaching oder Psychotherapie sowie an Fach- und Führungskräfte aus Unternehmen und Organisationen.

Lehrende

Wissenschaftliche Programmleitung: Prof. Dr. MEd. Telse A. Iwers, Universität Hamburg. Lehrende: Ulla Evers, Dipl.-Theol., Prof. Dr. MEd. Telse A. Iwers, Prof. Dr. Renate Kosuch, Prof. Dr. Angela Rohde, Joachim Wolf, Dipl.-Psych.

STUDIEN-ORGANISATION

Teilnahmevoraussetzungen

- abgeschlossene Berufs- oder Hochschulausbildung
- mindestens ein Jahr Berufserfahrung
- Bereitschaft zur aktiven Mitarbeit und Selbstreflexion
- erfolgreicher Abschluss des Basiskurses „Introvision zur Selbstanwendung“ oder äquivalente Leistungen

Studienorganisation

Die Weiterbildung wird berufsbegleitend an drei Wochenenden und drei Vertiefungsworkshops montagsabends durchgeführt. Die Lehrenden vermitteln in Doppeldozentur Theorie und praktische Anwendung der Introvisionsberatung. In den Workshops werden die Module nachbereitet, dabei vertiefen die Teilnehmenden ihre Selbsterfahrung. Hinzu kommen zwei individuelle Introvisionsberatungsgespräche für jeden Teilnehmenden sowie Selbststudium (Lektüre, Reflexions- und Übungsaufgaben). Studienmaterial wird über die Lernplattform OpenOLAT der Universität Hamburg zur Verfügung gestellt.

Umfang und Dauer

- drei Module innerhalb von drei Monaten
- drei Wochenendseminare (eins in Präsenz, zwei live-online), drei Vertiefungsworkshops (montagsabends, live-online)
- zwei persönliche Introvisionsberatungsgespräche
- 60 Unterrichtsstunden Lehre zzgl. Selbststudium und Abschlussarbeit; Workload insgesamt 120 Stunden

Abschluss und Zertifikat

Zum Abschluss wird das Universitätszertifikat „Vermittlung von Introvision“ (4 ECTS nach dem European Credit Transfer Service) vergeben. Voraussetzungen: regelmäßige Anwesenheit (mindestens 75% insgesamt), Bearbeitung der Aufgaben im Kurs, erfolgreiche Erstellung einer Abschlussarbeit.