

Ausgabe 13 Frühling/Sommer 2011

Imago

Imagospiegel – eine Information der Imagogesellschaft Österreich

IMAGO PROFESSIONAL FACILITATOR

Ein Training für Imago
in Beruf und Familie

NEUSTART GEGLÜCKT

Paare berichten über
ihre Erfahrung mit Paar-
therapie

SINGLE als Schicksal?

Mit Imago Beziehung verstehen





editorial

„Wenn wir das vorher gewusst hätten, wäre uns viel erspart geblieben!“ Ein Satz, den ich immer wieder von Paaren höre, nachdem klar wurde, wie sie sich gegenseitig und miteinander über Jahre hinweg in scheinbar ausweglose Konfliktsituationen manövriert haben. Erst durch die intensive Auseinandersetzung in einer Imago Paartherapie wird deutlich, was denn die Motivation in der so genannten „unbewussten Beziehung“ war, die letztendlich die Konflikte eskalieren ließ. Viel einfacher wäre es doch, am Beginn einer Beziehung zu wissen, wie man miteinander für ein positives Beziehungsklima sorgen kann.

Seit diesem Jahr gibt es nun in Österreich auch die Möglichkeit für Singles, in einem Workshop präventiv zu verstehen, worum es bei Beziehungskonflikten eigentlich geht. Harville Hendrix hat in seinem Buch: „Ohne Wenn und Aber“ die unbewussten Mechanismen der Partnerwahl beschrieben, die jeden Single auf der Suche nach einer Beziehung begleiten. Im dem Imago Workshop für Singles „Die Liebe, die du suchst“ lässt sich nun herausfinden, wie denn die eigene Geschichte die Wahl eines Partners, einer Partnerin beeinflusst und sich auf eine zukünftige Beziehung auswirken wird. Termine dazu finden Sie auf der letzten Seite.

Auch in einem weiteren Bereich außerhalb von Paarbeziehungen kann nun mit Imagomethoden gearbeitet werden. „Imago Professional Facilitator“ ist die Bezeichnung für Menschen, die spezielle Imago-Werkzeuge im eigenen Berufsfeld außerhalb der Bereiche Psychotherapie oder Psychologie anwenden möchten. Dieses in Österreich entwickelte Training findet immer größeren Zuspruch, wächst doch in vielen gesellschaftlichen Bereichen die Notwendigkeit des gegenseitigen Verständnisses und des Zuhörens.

Herzlichst, Ihr

Mag. (FH) Klaus Brehm

WIEDU MIR SO ICH DIR



Wenn wir uns auf etwas freuen, dann haben wir eine Erwartung, von der wir hoffen, dass sie sich erfüllt. Wenn dem nicht so ist, sind wir enttäuscht. Und beim nächsten Mal freuen wir uns etwas weniger und sind schon vorsichtiger. Denn wir haben ja schon einmal erlebt, dass es nicht geklappt hat. So beginnt die Negativspirale in Beziehungen. Partner haben Erwartungen aneinander und wenn diese sich nicht erfüllen, versucht jeder, die eigene Enttäuschung zu verringern, indem er sich so verhält, dass die Erwartung auf jeden Fall enttäuscht wird. Eine selbsterfüllende Prophezeiung, die vor allem dann funktioniert, wenn man nicht über die eigenen Erwartungen spricht. Der Beginn der Positivspirale: Dialog und Austausch darüber, was jeder wirklich braucht!

EIN ABSCHIED, DER BEFREIT!

Eine ungelöste Bindung und die Trauer über den Verlust einer Beziehung verhindern häufig die emotionale Bindung an einen neuen Partner. Wenn kein wirklicher Abschied stattgefunden hat, bleibt ein Teil der Aufmerksamkeit und Energie in der vergangenen Beziehung gebunden. Auch eine Scheidung bedeutet nicht automatisch den emotionalen Abschluss. Viele Menschen halten noch Jahre nach der Trennung an Hoffnungen und Enttäuschungen fest. 50% der Frauen und 33% der Männer sind noch mehrere Jahre nach der Scheidung ärgerlich auf den früheren Partner. Wirkliches Abschiednehmen ist nicht immer leicht. Doch es hilft, einen Schlusspunkt am Ende eines Lebensabschnitts zu setzen. Dadurch wird Energie frei, um etwas Neues zu beginnen.

Neue Wege in IMAGO Imago Professional Facilitator

Viele Menschen glauben, Imago ist nur etwas für Paare, die Probleme haben. Doch überall, wo es Beziehungen gibt, kommt es auch zu Spannungen. Ein neues Imagotraining hilft, Konflikte und Auseinandersetzungen in allen Bereichen zu verstehen, zu verändern und zu lösen. Für jeden Menschen, in jeder Beziehung!



TEXT: Klaus Brehm

„Was wir hier lernen, trifft absolut auf unsere Paarbeziehung zu. Aber kann es sein, dass ich in meinem Beruf Ähnliches erlebe?“ Robert, ein Teamleiter bei einer großen Telekommunikationsfirma, spricht mich in der Pause bei einem unserer Imago-Workshops für Paare an. Und er erzählt mir weiter: „Was ich hier bei Imago über Konfliktodynamik, unerfüllte Bedürfnisse und Kindheitsverletzungen höre, erinnert mich an unsere Teambesprechungen. Manchmal geht es bei uns zu wie in einer Chaostruppe! Keiner hört dem anderen zu und alle reden durcheinander. Und am

Ende ist jeder beleidigt, weil sich keiner verstanden fühlt und nichts weitergeht. Als Teamleiter habe ich schon fast resigniert. Ich weiß nicht mehr, was ich noch machen soll. Gibt es denn von Imago etwas, das mir in dieser Situation weiterhelfen kann?“

Roberts Beobachtungen sind nachvollziehbar. Die von Harville Hendrix entwickelte Imago-Theorie beschreibt nicht nur Ursachen, Auswirkungen und Veränderungsmöglichkeiten für Konflikte bei Paaren. Vielmehr lassen sich die Grundannahmen auch auf alle anderen zwi-

schenmenschlichen Beziehungen, egal in welchem Kontext, übertragen. Kein Wunder also, dass Robert bei Auseinandersetzungen seiner Kollegen und Kolleginnen während einer Teambesprechung gewisse Ähnlichkeiten zu Beziehungskonflikten von Paaren erkennt.

Vergangenheit ist immer jetzt!

Imago geht davon aus, dass jeder Mensch während der frühen Kindheit bewusste, vor allem aber auch unbewusste Erfahrungen mit seinen Eltern macht, die sich prägend auf das weitere Leben auswirken.



Hauptsächlich geht es dabei um die Reaktion der Eltern auf entwicklungspsychologisch wichtige Reifungsphasen eines Kindes. Um bestimmte Entwicklungsschritte erfolgreich zu bewältigen, brauchen kleine Kinder stimmige Reaktionen ihrer Eltern. Dann entsteht ein Gefühl von Verbindung und Sicherheit und der nächste Entwicklungsschritt kann beginnen. Wenn die un-

terstützende Reaktion der Eltern nicht in dem Maße erfolgt, wie es notwendig wäre, „protestieren“ Kinder. In eine „Erwachsenensprache“ übersetzt sagen Sie: „Liebe Mama, lieber Papa, damit ich in meiner Entwicklung weitergehen kann, bräuchte ich bitte von dir ...“. Je nach Entwicklungs- und Altersstufe sind dies unterschiedliche Reaktionen. Die wichtigsten Themen sind: Eine sichere Verbindung spüren, Dinge ausprobieren und erforschen können, als eigenständige Personen wahrgenommen oder in der reifenden Kompetenz unterstützt zu werden.

Kinder wollen also durch ihr Schreien oder Weinen das „Bindungsverhalten“ der Eltern aktivieren, um eine Reaktion zu erreichen, die ihnen hilft, die gerade anstehenden Entwicklungsschritte erfolgreich zu bewältigen. Gelingt es, kann die unbewusste Lernerfahrung sein: Ich muss nur laut genug schreien, dann kümmert sich jemand um mich. Gelingt das nicht, führt das häufig zu Resignation, stillem Rückzug und der verinnerlichten Überzeugung: Ich bekomme sowieso nicht, was ich brauche. In beiden Fällen bleibt jedoch über, dass eine bestimmte Entwicklungsphase

nicht in dem Maß abgeschlossen werden konnte, wie es notwendig gewesen wäre. Das alles passiert während der ersten sechs Lebensjahre und gerät schnell in Vergessenheit, wurde es doch überwiegend als emotionales Erleben wahrgenommen und meist als implizite, dem Bewusstsein nicht zugängliche Erinnerung abgespeichert.

Was allerdings bestehen bleibt, ist der unbewusste Versuch, in jeder späteren Beziehung diesen „nicht abgeschlossenen Entwicklungsschritt“ zu vollenden, indem erhofft oder auch verlangt wird, das jeweilige Gegenüber sollte sich in einer „erfüllenden Weise“ verhalten.

Geschieht dies nicht, kommt es zu „Affekten“, d.h. Gefühlen wie Ärger, Wut oder Traurigkeit. Sie werden in Beziehungen immer dann sichtbar, wenn eine aktuelle Situation einen Menschen an ein frühes Kindheitserlebnis erinnert, bei dem ein Entwicklungsbedürfnis nicht im notwendigen Maß erfüllt wurde. Dabei wird üblicherweise nicht die Erinnerung dafür verantwortlich gemacht, denn diese ist meist unbewusst. Vielmehr wird das Gegenüber

als Verursacher des Gefühls erlebt und in der Folge unbewusst von unserem Gehirn mit dem ursprünglichen Auslöser, also den Eltern, verwechselt.

So ist Vergangenes zwar lange vorbei, entsprechende Auslöser im Hier und Jetzt führen aber zu Reaktionen, die wir seit frühester Kindheit gelernt haben, ohne dass wir uns dessen bewusst wären.

Bei der Imago-Arbeit mit Paaren gehen wir davon aus, dass Partner lernen, sich gegenseitig die jeweiligen Bedürfnisse zu erfüllen und dabei miteinander zu wachsen. Zeit bevor Paare die Dynamik verstehen lernen, in der so genannten „unbewussten Beziehung“, kommt es zu wechselseitiger Abwertung, Auseinandersetzung und Enttäuschung, weil sich die Hoffnungen nicht erfüllen. Ziel ist die Bewusstwerdung des eigenen offenen Entwicklungsbedürfnisses und der sich daraus ergebenden Konfliktodynamik. Das Ergebnis ist ein verständnis- und liebevoller Umgang und die gegenseitige Unterstützung im gemeinsamen Wachstum.

Aufträge im Team

Wenn wir nun an Roberts Team denken, können wir uns vorstellen, dass es auf der einen Seite viele offene Entwicklungsbedürfnisse der einzelnen Mitglieder gibt, und zum anderen vielleicht noch mehr unbewusste Erwartungen, von wem oder wie diese Bedürfnisse erfüllt werden könnten. Denn diese offenen Entwicklungsbedürfnisse richten wir nicht nur an den Partner oder die Partnerin. Bei jedem Menschen, mit dem wir näher oder länger zu tun haben, wird überprüft, ob auch in dieser Beziehung Offenes zum Abschluss kommen kann. Dabei müssen wir uns erinnern, dass dies in der Regel nicht bewusst ist.

Nachdem ein Team eine Aufgabe im Rahmen eines Unternehmens zu erfüllen hat, gibt es zwei Arbeitsaufträge. Den Offiziellen, der in der Ziel- und Aufgabenbeschreibung des Unternehmens benannt ist. Und den Inoffiziellen, Individuellen, den jedes Teammitglied nach der Agenda der eigenen Lebensgeschichte verfolgt. Dabei ist die inoffizielle Aufgabe immer die, die Interaktionen und Handlungen vorgibt. Häufig leidet darunter die Aufgabenerfüllung des Teams. Es kommt zu Streit und Auseinandersetzungen, wobei niemand so recht weiß, was die eigentliche Quelle ist. Dreht es sich dabei doch häufig vordergründig um Probleme auf einer Sachebene, die scheinbar leicht zu lösen wären, aus unerfindlichen Gründen aber immer wieder zu heftigen Auseinandersetzungen führen.

Auf der Strecke bleiben Wertschätzung, aufeinander Eingehen, Zuhören und kons-

truktive Zusammenarbeit. Doch gerade bei einer erfolgreichen Aufgabenerfüllung im beruflichen Bereich geht es um das Erfassen komplexer Zusammenhänge, Differenzierung, Genauigkeit und wertschätzende Kommunikation.

Doch was ist die Konsequenz dieses Gedankens? Heißt das, dass in Roberts Team alle miteinander über ihre Kindheitserlebnisse sprechen müssen? Oder vielleicht sogar einander ihre offenen Kindheitsbedürfnisse erfüllen sollten? Nein, das ist nicht notwendig. Es gibt einen Unterschied zwischen einem Team in einem Unternehmen und einer Therapiegruppe. Die Frage ist, wie Robert als Teamleiter mit dem Wissen und den speziellen Methoden der Imagotheorie seine Mitarbeiter dabei unterstützen kann, verständnisvoll miteinander zu kommunizieren und eine Balance zwischen Teamaufgaben und eigenen Erwartungen zu finden.

Imago Professional Facilitator

Für Menschen wie Robert, die mit Imago-Methoden im eigenen Berufsfeld arbeiten möchten, wurde das Training zum „Imago Professional Facilitator“ entwickelt.

Dabei lernen die Teilnehmer und Teilnehmerinnen auf der Basis einer inneren Imago Grundhaltung, andere Menschen bei Wachstum und Entwicklung mit Imago-Methoden zu unterstützen. Das englische



Ein Training geht um die Welt

Die Ausbildung zum Imago Professional Facilitator stößt in vielen Ländern auf großes Interesse.

Nachdem das Training erst im letzten Jahr von IRI weltweit zugelassen wurde, werden IPF Trainings mittlerweile in **USA, Südafrika, Norwegen** und **Dänemark** angeboten.

Wort „facilitate“ bedeutet „ermöglichen“ und „erleichtern“ und beschreibt die Unterstützung anderer Menschen im eigenen Arbeitsbereich. Anwenden lässt sich diese neue Art des Miteinanders z. B. im Management, in der Personalführung, im Coaching, im Kindergarten, in der Schule, in Sozialarbeit, in Lebens- und Sozialberatung und ähnlichen Berufsfeldern.

Schwerpunkt des Trainings ist dabei die Anwendung von Imago-Methoden in der Arbeit mit einzelnen, mit Dyaden, mit Familien und Gruppen, mit Teams und in Organisationen. So zeichnet sich ein Imago Facilitator nicht nur durch das Beherrschen der verschiedenen Methoden und Werkzeuge aus. Vielmehr ist es die innere Haltung, mit der ein Imago Facilitator Menschen, Beziehungen und die Welt wahrnimmt. Eine innere Haltung, die sich daraus ergibt, sich selbst zu kennen und zu erkennen, die eigene Geschichte zu kennen und Bewusstheit über die eigene Reaktivität und das eigene offene Entwicklungsbedürfnis erlangt zu haben. So ist dieses Training mehr ausgerichtet auf ein „Werden“ als ein „Aneignen“. Ein „Werden“ als Person, die interessiert ist an der Entwicklung und dem Anderssein anderer Menschen, mehr als am Lernen einer neuen Methode.

Dieses Training ist mittlerweile von IRI, Imago Relationships International, der Dachorganisation von Imago in New York zertifiziert, und wird seit Sommer 2010 weltweit angeboten. Es ist das erste Imago-Training, das außerhalb der USA entwickelt wurde und weltweit Verbreitung findet. In Österreich haben bisher zwei Trainings stattgefunden, das Dritte läuft gerade. Mittlerweile gibt es in Österreich 13 zertifizierte Imago Professional Facilitators in den unterschiedlichsten Arbeitsfeldern. So gibt es nun zwei Bereiche, um mit Imago zu arbeiten. Die Imago-Paartherapie, angeboten von PsychotherapeutenInnen oder PsychologInnen als zertifizierte Imagopaartherapeuten. Und die Anwendung spezieller Imagomethoden im eigenen Berufsfeld außerhalb der Psychotherapie oder Psychologie als Imago Professional Facilitator.

Und Robert und seine Kollegen und Kolleginnen? Sie sind auf einem guten Weg! Nachdem Robert mit seinem Team einige Male mit bestimmten, dafür geeigneten Imago-Methoden gearbeitet hat, hat sich die Stimmung grundlegend verändert. Es sind nicht alle Probleme gelöst. Aber der Boden ist bereitet, um einander wieder mit Verständnis und Offenheit zu begegnen. Und Robert ist froh, dass mit Imago nun zu Hause und in der Arbeit sein Leben entspannter und die Stimmung besser geworden ist.

Imagotherapeuten Österreich



Maria Thaler
Imagotherapeutin

Judengasse 1/19
1010 Wien
Tel. 01/5356888
thalermaria@aon.at



Dr. Peter Battistich
Imagotherapeut

Rathausstr. 11, 1010 Wien
Tel. 01/4038360
Fax 01/4038360
peter@battistich.at
www.psyweb.at/battistich



Mag. Evelin Brehm
Imagotherapeutin
Workshop Präsenter
Clinical Instruktor

Im Werd 6, 1020 Wien
Tel. 01/9426152
evelin@brehmsimago.eu
www.brehmsimago.eu



Mag. (FH) Klaus Brehm
Imagotherapeut
Workshop Präsenter
Clinical Instruktor

Im Werd 6, 1020 Wien
Tel. 01/9426152
klaus@brehmsimago.eu
www.brehmsimago.eu



Mag. Barbara Stadler
Imagotherapeutin

Vorgartenstrasse 193/20
1020 Wien
Tel. 0676/4332505
psychotherapie@barbarastadler.com
www.barbarastadler.com



DSA Irene Penz Msc
Imagotherapeutin

Preysinggasse 48/12
1150 Wien
Tel. 0699/10609200
irene.penz@gmx.at
www.irene-penz.at



Dr. Lucia Monschein
Imagotherapeutin*

Clementinengasse 24, 1150 Wien
Gaminger Straße 23 3270 Scheibbs
Tel. 0664/2522246
info@paarambulanz.at
www.paarambulanz.at



Ing. Helmut Monschein
Imagotherapeut*

Clementinengasse 24, 1150 Wien
Wiener Straße 41, 3100 Sankt Pölten
Tel. 0664/2522246
info@paarambulanz.at
www.paarambulanz.at



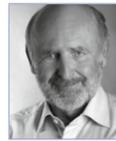
Sibylle Wirth
Imagotherapeutin

Thaliastraße 113/1
1160 Wien
Telefon. 06991/9477564
www.psyonline.at/wirth
sibylle.wirth@chello.at



Prof. Dr. Gerti Senger
Imagotherapeutin

Strehlgasse 32
1190 Wien
Tel. 01/4791238
gertisenger@aon.at
www.gerti-senger.at



Helmut Dalik
Psychotherapeut

Robertgasse 1/3/1/57a, 1020 Wien
Rosendornberggasse 17
2372 Gießhübl
dalik.h@aon.at
www.psychotherapie-dalik.at
Tel. 0676/9237917



Mag. Ursula Fellner
Imagotherapeutin

Institut vierplus
Favoritenstraße 70/9
1040 Wien
Tel. 0699/11204914
seestern@utanet.at
www.institutvierplus.at



Antonio Strauss
Imagotherapeut

Institut vierplus
Favoritenstraße 70/9
1040 Wien
Tel. 0676/4099728
imago.as@gmx.net



Mag. Christoph Koder
Imagotherapeut

Brahmsplatz 4/13, 1040 Wien
Tel. 01/2080000
und 0664/1404020
office@humane-balance.at
www.humane-balance.at



Therese Kunyik
Imagotherapeutin

Favoritenstrasse 4-6/2/14
1040 Wien
Tel. 6991/2632959
therese.kunyik@chello.at



Prof. Dr. Karl Leitner
Imagotherapeut

Springriedelgasse 25
1190 Wien
Tel. 01/320 56 27
karleitner@aon.at



MSc Peter Cubasch
Imagotherapeut
Single u. Paar Workshop Präsenter

Wehrgasse 32, 1050 Wien
Tel: 0676/6387287
peter@cubasch.com
www.cubasch.com



Dr. Renate Hutterer-Krisch
Imagotherapeutin

Kantnergasse 51, 1210 Wien
Tel: 01/290 14 79 (Mo-Do)
Herbert Spieß Gasse 12
2103 Langenzersdorf
Tel./Fax 02244/2546
praxis@paarcoaching.at
ww.paarcoaching.at



Dr. Martha Aslan
Imagotherapeutin

Perchtoldsdorferstr. 21/10
1230 Wien
Tel. 0664/5119519
dr.m.aslan@gmx.at
www.psy-aslan.at



Dr. Ursula Czink
Imagotherapeutin*

Wiener Strasse 19
2230 Gänserdorf
Tel. 0699/ 144 244 06
ursula.czink@gmx.at



Mag. Dr. Gabriele Schreiber
Imagotherapeutin

Rechte Wienzeile 81/21
1050 Wien
Tel. 01/ 5818100
www.bestHELPat/schreiber
gabrieleschreiber@chello.at



Dr. Gabriele Dörflinger-Wohlschak
Imagotherapeutin

Schönbrunnerstr. 99/3
1050 Wien
Tel. 01/802 64 65
oder 0676/9391401
gabriele.doerflinger@gmx.at
www.licht-und-liebe.at



Astrid Amann
Imagotherapeutin*

Loquaipplatz 9/3/10
1060 Wien
Tel. 0676/6167037
astrid@amannundamann.org
www.amannundamann.org



Dr. Andreas Amann
Imagotherapeut*

Loquaipplatz 9/3/10
1060 Wien
Tel. 0676/6367167
andreas@amannundamann.org
www.amannundamann.org



Dr. Volker Neubauer
Imagotherapeut

Siebensterngasse 42-44/18
1070 Wien
Tel. 01/2311792
voneu@gmx.at
www.volker-neubauer.at



Mag. Erwin Jäggle
Imagotherapeut / Consultant
Single u. Paar Workshop Präsenter

Richard Wagner G. 22, 2340 Mödling
Institutgasse 11, 2721 Bad Fischau
Stiftergasse 1, 2601 Sollenau
Tel. 0676/4912459
erwin.jaeggel@myimago.at
www.myimago.at



Dr. Kurt Nöllner
Imagotherapeut

Bahngasse 44
2700 Wr. Neustadt
Tel. 0650/2604642
www.noellner.at



Dr. Andrea Nöllner
Imagotherapeutin

Institutgasse 11
2721 Bad Fischau
Tel. 0650/6519111
www.noellner.at



Mag. Eva Renoldner-Gansch
Imagotherapeutin

Hauptplatz 6
3580 Horn
Tel. 0664/2742481
eva.renoldner@aon.at



Sigrid Wögerbauer
Imagotherapeutin

Pernegg 1
3753 Kloster Pernegg
Tel. 02913/21840
Fax 02913/21844
sigridwoegerbauer@aon.at
www.dr.woegerbauer.at



Adalbert Gschosmann
Imagotherapeut

Maria Treu-Gasse 1/3
1080 Wien
Tel. 01/402170050
a.gschosmann@tz8.at
www.tz8.at



Judith Skocek
Imagotherapeutin

Maria Treu-Gasse 1/5, 1080 Wien
Wienerstr. 11
2405 Bad Deutsch Altenburg
Tel. 0676/7387515
judith.skocek@paardialog.at
www.paardialog.at



Sabine Bösel
Imagotherapeutin

Workshop Präsenter
Maria Treu-Gasse 1/5, 1080 Wien
Tel. 01/402170010
Fax 01/402170040
beziehungswiseiglucklich@boesels.at
www.boesels.at



Roland Bösel
Imagotherapeut

Workshop Präsenter
Maria Treu-Gasse 1/5, 1080 Wien
Tel. 01/402170010
Fax 01/402170040
beziehungswiseiglucklich@boesels.at
www.boesels.at



Mag. Gabriele Raß-Hubinek
Imagotherapeutin

Schönbrunnerstr. 238/1
1120 Wien
Tel. 0676/7825119
gaby.rass-hubinek@gmx.at
www.gaby.rass-hubinek.at



Dr. Georg Wögerbauer
Imagotherapeut

Pernegg 1
3753 Kloster Pernegg
Tel. 02913/21840
Fax 02913/21844
georg@woegerbauer.at
www.dr.woegerbauer.at



Mag. Elisabeth Gatt-Iro
Imagotherapeutin
Workshop Präsenter

Klammstr. 14, 4010 Linz
Tel 0664/144 9746
e.gatt-iro@challengeoflove.at
www.challengeoflove.at



Mag. Marianne Kunz
Imagotherapeutin

Hessenplatz 8
4020 Linz
Tel. 0732/732626
m@psychotherapie-kunz.at
www.psychotherapie-kunz.at



Hans Giffey
Imagotherapeut
Workshop Präsenter

Schubertstraße 46, 4020 Linz
Nußdorferstraße 47, 1090 Wien
Tel. 0699/10517949
Info@giffey.at, www.giffey.at



Ute Giffey-Koschka
Imagotherapeutin

Schubertstraße 46
4020 Linz
Tel. 0699/10517949
Info@giffey.at, www.giffey.at



Dr. Evelin Urbanski
Imagotherapeutin

Wattmanngasse 23/B8
1130 Wien
Tel. 01/8794733
praxis.urbanski@gmx.at



Maria König-Eichhorn
Imagotherapeutin
Workshop Präsenter

Maria König-Eichhorn
Friedenszeile 50, 1130 Wien
Tel. 0664/3116278
maria_koenigeichhorn@yahoo.de
www.beziehungswisee.net



Dr. Andrea Ekmekcioglu
Imagotherapeutin*

Alltasse 25a/1/9
1130 Wien
Tel. 0680/2081448
dr.ekmekcioglu@gmx.at



Dr. Claudia Luciak-Donsberger
Imagotherapeutin

Salzberggasse 15/2
1140 Wien
Tel. 0699/12008324
claudia.luciak@meduniwien.ac.at
www.imago.omgym.at



Mag. Barbara Tillich
Imagotherapeutin

Klostergasse 19/12
1180 Wien
Kremstalstraße 72, 3500 Krems
Tel. 0699/10518688
b.tillich@gmx.at
www.der-erste-schritt.eu



Eva Riedler
Imagotherapeutin

Griesmayrstr.19
4040 Linz
Tel. 0650/2911945
e.riedler@aon.at
www.eva-riedler.eu



Christine Schallauer
Imagotherapeutin

Lifhausstr. 24
4111 Walding
Tel. 07234/83220
christine_schallauer@hotmail.com
www.beziehungsarbeit.at



Dr. Max Schallauer
Imagotherapeut
Workshop Präsenter

Lifhausstr. 24, 4111 Walding
Tel. 07234/83220
max.schallauer@aon.at
www.beziehungsarbeit.at



Mag. Walter Leeb
Imagotherapeut

Am Südhang 1
4152 Sarleinsbach
Tel. 0699/10731178
w.leeb@gmx.at



Mag. Sigrid Unterstab
Imagotherapeutin

Tannbrunnweg 7
4201 Gramastetten
Tel. 07239/8835
Mobil 0699/11749941
unterstab.sigrid@aon.at

Imagotherapeuten Österreich



M Mag. Beate Rodlauer-Aigner
Imagotherapeutin

Schillerstr 16, 4400 Steyr
Tel. 07252471 27

Mobil 0676/4215690
b.rodlaue@inode.at
www.beaterodlauer.at



Marianne Huber-Imer
Imagotherapeutin

Im Löbelfeld 9
4490 St. Florian

Tel. 07224/5133
marianne.huber-imer@gmx.at



Elisabeth Ardelt
Imagotherapeutin

Beethovenstr. 4
4614 Marchtrenk

Tel. 07243/58494
ardelt.lisi@gmx.at



MSc Cornelia Cubasch-König
Imagotherapeutin, Single u.
Paar Workshop Präsenter

Erzherzog-Eugenstr.10, 6020 Innsbruck
Kommernstraße 4, 6900 Bregenz
Tel. 0676/7572246
cornelia@cubasch.com
www.cubasch.com



Irene Schwinger
Imagotherapeutin

Waldmüllerstr.13a
6850 Dornbirn

Tel. 05572/54829
Fax 05572/54829
irene.schwinger@gmail.com



Verena Moispointner
Imago Facilitator

Maria-Treu-Gasse 1/5
1080 Wien

Tel: 0664/9258482
vm@boesels.at



Mag. Sandra Teml-Jetter
Imago Facilitator

Arbeitsbereich Familien
Stutterheimstrasse 4/37+38
1150 Wien

Tel. 0676/6325281
office@wertschaetzungszone.at
www.wertschaetzungszone.at
www.als-eltern-paar-bleiben.at



Margit Schröer
Imago Facilitator

Arbeitsbereich Familien

Schrückgasse 22/6
1220 Wien

Tel. 0676/5394017
margit.schroerer@gmx.at
www.ichundwir.at/margit



Gerhild Tscherne
Imago Facilitator*

Arbeitsbereich Schule, Pädago-
gische Teams, Eltern, Familien

Pfaffstättnerstraße 4/7/4
2352 Gumpoldskirchen

Tel. 0680/1290747
gerhild.tscherne@gmx.at



Sonja Kroneis
Imago Facilitator

Arbeitsbereich
Natural Horsemanship
Hauptstraße 73

2392 Sulz im Wienerwald

Tel. 0676/7194456
sonja.kroneis@drei.at
www.sonjakroneis.at



DSA Andreas Rachbauer
Imagotherapeut

Franz-Liszt-Gasse 9
7100 Neusiedl/See

Tel. 0664/5204141
andreas.rachbauer@paardialog.at
www.paardialog.at



Dr. Martina Gavornik
Imagotherapeutin

Schillerstraße 6, 8010 Graz
Tel. 0316/386886

Fax 0316/338551
martina.gavornik@institut-impuls.at
www.institut-impuls.at



Dr. Günther Bitzer-Gavornik
Imagotherapeut

Schillerstraße 6, 8010 Graz
Tel. 0316/386886

Fax 0316/338551
bitzer-gavornik@institut-impuls.at
www.institut-impuls.at



Irene Christen
Imagotherapeutin

Höglsteig 4
85665 Moosach

Tel.+49(0)8091/539276
info@glueckliche-beziehungen.de
www.glueckliche-beziehungen.de



Günter Kopp
Imagotherapeut

Akazienhofstr. 61/1/5
9020 Klagenfurt

Tel. 0699/11105900
guenter.kopp@chello.at
www.talk-kopp.com



Peter Emanuel Koci
Imago Facilitator

Arbeitsbereich Innerbetriebliche
Personal und Prozessentwicklung
Hauptstrasse 73

2392 Sulz im Wienerwald

Tel. 0664/2358716
peemko@drei.at



Mag. Ernst Moispointner
Imago Facilitator

Arbeitsbereich
Coaching und Management
Flugfeldstrasse 18

2401 Fischamend

Tel: 0664/2136674
moispointner@drei.at



Birgit Hold
Imago Facilitator

Arbeitsbereich Gesundheitsvorsorge
Michael Moserstr. 36

2483 Weigelsdorf

Tel. 0664/9430412
birgit.hold@institut-lamano.at
www.institut-lamano.at



Peter Hold
Imago Facilitator

Arbeitsbereich Innerbetriebliche
Personalorganisation
Moserstr. 36, 2483 Weigelsdorf

Tel. 0664/4943480

peter.hold@institut-lamano.at
www.institut-lamano.at



Barbara Kratochwil
Imago Facilitator

Arbeitsbereich Mediation

Neustift 25/3
3123 Obritzberg

Tel. 0676/6627173
barbara_kratochwil@yahoo.de



Mag. Dr. Stefan Gatt
Imago Facilitator, Imago Work-
shop Presenter Educator

Arbeitsbereich Wirtschaft
Klammstraße 14, 4020 Linz

Tel. 0664/2105095
office@challengeoflove.at
www.challengeoflove.at



Paula Wintereder
Imago Facilitator*

Arbeitsbereich Familien

Am Kreuzberg 12
4724 Neukirchen/Wald

Tel. 0664/3858343
paula.wintereder@dioezese-linz.at



Mag. Monika Gotownik-Kopp
Imago Facilitator

Arbeitsbereich Familien

Akazienhofstrasse 61/1
9020 Klagenfurt am Wörthersee

Tel 0664/2829099
office@imagokopp.at



MACHEN SIE EIGENTLICH SELBST DIALOGE?

Was Paare von Imagotherapeuten wissen möchten

„Wie ist das bei Ihnen eigentlich, wenn Sie mit Ihrem Partner streiten, machen sie dann immer einen Dialog? Oder streiten Sie gar nicht mehr? Sie müssten ja eigentlich glücklich in Ihrer Beziehung sein. Wahrscheinlich stehen Sie da schon drüber“. Fragen, die viele Paare in Imago Paartherapie in Bezug auf ihren Imagotherapeuten/ihre Imagotherapeutin beschäftigt.

Nun, ob jede Imagotherapeutin, jeder Imagotherapeut bei jedem Konflikt immer einen Dialog macht, das sei dahingestellt. Jede Partnerschaft hat ihre speziellen Themen und Aufgaben, die zu bewälti-

gen und durcharbeiten sind. Dies gelingt mal besser, mal weniger gut, und ist immer ein längerer Prozess. Doch Imagotherapeuten haben während ihrer Ausbildung gelernt, die eigene Beziehung intensiv zu reflektieren und mit dem Partner, der Partnerin im Dialog zu bearbeiten. Zum einen ist der Besuch eines Imago Workshops verpflichtend, zum anderen ist es eine Voraussetzung während der Ausbildung, mindestens 10 Paarsitzungen bei einem zertifizierten Imago Paarthérapeuten zu absolvieren. Jedes Paar kann sich also sicher sein, „Ich höre, du sagst ...“ kennt, jeder Imagotherapeut aus eigener Erfahrung.

IMAGOTHERAPEUTIN...

...ist die Bezeichnung für PsychotherapeutInnen oder PsychologInnen mit abgeschlossener Zusatzausbildung zum zertifizierten Imago Paarthérapeuten.

IMAGO PROFESSIONAL FACILITATOR...

...ist die Bezeichnung für Menschen mit unterschiedlichem Berufshintergrund, die im Rahmen des Educational Trainings zertifiziert wurden, um Imago in ihrem jeweiligen Berufsfeld anzuwenden.

IMAGO WORKSHOP PRÄSENTIERIN...

...sind ImagotherapeutInnen, die zusätzlich die Ausbildung und Berechtigung zum Anbieten von Imago Workshops absolviert haben.

IMAGO CONSULTANT...

...ist die Bezeichnung für eine(n) SupervisorIn der Imago Paartherapie

CLINICAL INSTRUKTOR...

...ist die Bezeichnung für Ausbilder der Imagotherapeuten



Das Zeichen steht bei ImagotherapeutInnen, die sich in Zertifizierung befinden, d.h. die entsprechende Ausbildung noch nicht abgeschlossen haben.



Uli (43) und Walter (47) lernen sich 1995 kennen. 2002 und 2004 kommen ihre Söhne zur Welt. Heirat 2005.

NEUSTART GEGLÜCKT

APRIL 2009: Die seit langem währende Sprachlosigkeit zwischen Uli und Walter bekommt ein Gesicht. Dieses Wissen ist ein Schock. Sie sind an einem Punkt angelangt, wo alles offen ist. Uli möchte raus aus diesem Leben zu zweit. Walter möchte Uli und seine Familie nicht verlieren. Und dann sind da ihre beiden Jungs, die ebenfalls die Aggressionen, Wut und Streit ihrer Eltern erleben – unmittelbar und aus direkter Nähe. Uli und Walter haben den drängenden Wunsch, ihre Beziehung zu klären – und zwar mit der Imago-Methode.

IMAGO-SPIEGEL: Ihr seid aufgrund einer Krise zu Imago gekommen?

WALTER: Ja, mir war klar, dass ich einen Fehler gemacht und viel aufs Spiel gesetzt habe. Um inneren Stress zu bewältigen, habe ich einen Ausgang gesucht! Das war

falsch und hat viel zerstört. Unsere Krise war ein Schock. Wir wollten herausfinden, warum das passiert ist. Verstehen hilft, auch wenn es weh tut. Mich auf die Imago-Methode einzulassen, war für mich ein schwerer Schritt. Aber ich wollte alles tun, um mit Uli an unserer Beziehung zu arbeiten und eine Lösung für uns zu finden.

IMAGO-SPIEGEL: Wie hat sich Eure Beziehung mit Imago entwickelt?

ULI: Mich hat es jedes Mal große Überwindung gekostet, zu den Sitzungen zu gehen. Ich war wütend und ablehnend gegenüber Walter. Nähe wollte ich überhaupt nicht. Während der Arbeit mit Imago sind aber beide Teilnehmer stark aufeinander bezogen! Gleich bei der ersten Sitzung: Walter und ich nehmen vis-à-vis voneinander Platz. Der Abstand zwischen den

Stühlen ist zu groß. Wir werden gebeten, näher zu rücken. Dann der Augenkontakt: Meine Augen drücken Hass und Verachtung aus, Walters Augen Traurigkeit und Angst. Ich kann den Blickkontakt anfangs nur schwer halten, zu sehr bin ich in meinen Gefühlen gefangen. Im Laufe einer Sitzung passiert etwas Besonderes: Die Ablehnung verschwindet. Nähe und Verbundenheit entstehen.

WALTER: Ich hatte vor jeder Sitzung Angst, weil ich nicht wusste, ob Uli den Schlusstrich zieht. Für mich war es schwierig, ständig mit dem Bewusstsein zu leben, dass alles vielleicht vergebens ist. Heute weiß ich: Es ist nicht umsonst, weil ich durch Imago sehr viel über mich selbst gelernt habe.

IMAGO-SPIEGEL: Wie seid Ihr von der Angst bzw. Ablehnung in die Verbundenheit gekommen?

WALTER: Das liegt am Imago-Dialog. Als Empfänger konzentriere ich mich voll darauf, Uli als Senderin zu spiegeln und „über die Brücke in ihr Land zu gehen“ und umgekehrt. Dadurch treten meine Gedanken und Gefühle in den Hintergrund. Der Imago-Dialog mit seiner klaren Struktur nimmt das Tempo raus und fördert das Verständnis für den anderen.

ULI: Was die Verbundenheit noch fördert, sind Einstieg und Abschluss einer Sitzung: „Was ich in letzter Zeit an Dir geliebt und geschätzt habe ...“

WALTER: Du hast das „geliebt“ meistens weggelassen ...

ULI: Ja, das war nahezu unmöglich für mich auszusprechen. Mit diesem Einstieg war ich gefordert, Wertschätzendes für Walter zu artikulieren und damit war ich positiver auf ihn eingestimmt. Genauso das Ende mit nonverbalen Abschluss: „Was ich heute an Dir geschätzt und geliebt habe ...“ bringt die enorm konzentrierte Beschäftigung miteinander nochmals liebevoll auf den Punkt.

IMAGO-SPIEGEL: Ihr habt es geschafft, über Monate an Imago dranzubleiben?

WALTER: In einer Sache waren wir uns einig: Wir machen es in erster Linie für uns, aber auch für unsere Kinder. Denn egal, wie wir weitermachen würden – getrennt oder zusammen – die Jungs haben immer uns als Eltern. Bei uns stand alles auf dem Spiel. Uli und ich haben beide hart gearbeitet – das war oft sehr schmerzhaft und erforderte Offenheit und die Bereitschaft, dem anderen zu helfen sich zu verändern. Ich habe mich nicht



WALTER:

Vor der Beschäftigung mit Imago ...

Ich muss funktionieren, Gefühle zeigt man nicht offen und Probleme werden hinuntergeschluckt.

... UND HEUTE

Ich kenne mich besser. Ich weiß, was ich von Uli brauche und kann ihr das auch sagen. Ich habe gelernt, mit meinen Gefühlen umzugehen und auch mit den Gefühlen von Uli. Was schön ist: Wir gehen sehr bewusst miteinander um.



Unser Beziehungs-Fahrplan mit Imago

• REGELMÄSSIGE PAARSITZUNGEN

Regelmäßige – anfangs wöchentliche – Paarsitzungen waren notwendig, um die starken Emotionen einzufangen, die Vorwürfe zu kanalisieren und miteinander in einen konstruktiven Kontakt zu treten – wenn auch nur für 1,5 Stunden. Die Krise selbst haben wir nur im Beisein der Imagotherapeutin thematisiert. Denn zwischen den Sitzungen kam immer wieder alles hoch.

• IMAGO-PAARWORKSHOP

Im Workshop haben wir Fragen bearbeitet, die wir uns noch nie gestellt hatten. Diese strategische Herangehensweise an Beziehung kannten wir nur von Workshops im Job. Das Ergebnis war ein neues Bild unserer Partnerschaft. Unsere Partnerschaftsvision hängt am Kühlschrank. Immer wieder orientieren wir uns daran, ob wir unsere Leitsätze im Alltag berücksichtigen. Und freuen uns, wenn wir einen Punkt gedanklich abhaken können. Oder überlegen, wo wir Nachholbedarf haben.

• TRAINING ZUM IMAGO PROFESSIONAL FACILITATOR

Die Arbeit mit Imago hat uns persönlich und in der Beziehung so weitergebracht, dass wir die Erfahrungen beim Training zum Imago Professional Facilitator vertieft haben.

entmutigen lassen, weil ich das Ziel vor Augen hatte. Was für uns wichtig war: Viel reden und gemeinsame Aktivitäten zu zweit und mit den Kindern.

ULI: Mir hat auch die Imagotherapeutin sehr geholfen. Ihre klaren Perspektiven gaben mir zu denken: „Du kannst Dich jetzt trennen. Oder Ihr könnt miteinander herausfinden, was die wirkliche Ursache dieser Krise ist. Du bist nicht der Nabel der Welt.“ Diese Aussagen haben mich dazu gebracht, nicht nur mich und meinen Schmerz zu sehen. Für mich passt das Bild gut, mich für den anderen zu dehnen – wie beide füreinander etwas tun können, auch wenn es im Moment un bequem sein mag.

IMAGO-SPIEGEL: Was hat sich für Euch als Familie verändert?

WALTER: Wir haben mit unseren Jungs offen über unsere Krise gesprochen. Ich habe heute eine sehr enge Beziehung zu den Kindern und kann Situationen mit allen – auch unangenehmen – Gefühlen erleben und aushalten. Ich habe gelernt, Wertschätzung zu geben ...

ULI: ... und ich habe gelernt, sie anzunehmen. Auch unsere Kinder können Gefühle besser spüren und ausdrücken. Wir haben gelernt, mit Konflikten lösungsorientiert umzugehen. Das Praktische an Imago ist für mich, dass es so alltagstauglich ist und hilft, miteinander

in Verbindung zu bleiben, auch wenn es gerade kracht.

WALTER: Ich bin Uli dankbar, dass wir diesen anstrengenden Weg miteinander gegangen sind und persönlich und gemeinsam noch immer weiterkommen.

ULI: Ich schätze und liebe an Dir, Walter, dass Du mich nach Rückschlägen immer aufgefangen hast und wir uns gegenseitig so unterstützen.

ULI und WALTER: Bedanken möchten wir uns bei unserer Imagotherapeutin, die uns offen, konsequent und professionell durch diese Zeit begleitet hat.

IMAGO-SPIEGEL: Ich danke Euch für dieses offene Gespräch.



ULI:

Vor der Beschäftigung mit Imago ...

habe ich nur den Walter gesehen, der funktioniert. Ich habe mich Hals über Kopf in mein Bild von ihm verliebt: seine Stärke, Souveränität, seinen Humor, sein Auftreten etc. Und so wie Walter habe auch ich funktioniert – als Partnerin und Mutter.

... UND HEUTE

Die Arbeit mit Imago hat mir die Augen für Walter in seiner Ganzheit geöffnet: Ich habe ihn mit seinen Bedürfnissen und Verletzungen kennen gelernt. Und ich habe erfahren, warum ich so bin, wie ich bin, und was ich brauche. Das hilft mir, besser aus meiner Reaktivität wieder herauszukommen. Was nicht immer leicht ist.





Imagotherapeuten stellen sich vor

Mag. Christoph Koder

Brahmsplatz 4/13, 1040 Wien
Tel.: +43 (0)664 140 40 20
www.humane-balance.at
office@humane-balance.at

Ausbildungen in systemischer Familientherapie, Supervision, Coaching und Aufstellungsarbeit, sowie in Mediation und in IMAGO-Paartherapie. Schwerpunkte meiner Praxis sind Persönlichkeits-Coaching, Psychotherapie mit Themen wie depressiven Reaktionen, Burnout, Verlustbewältigung sowie die Arbeit mit Paaren und Generationen-Paaren. Daneben arbeite ich auch mit Teams bzw. im Trainingsbereich (Kommunikation, Konfliktmanagement).

IMAGO bedeutet für mich persönlich eine besondere Art des Zuganges und der Einstellung zu mir und anderen: Mich und anderen mit Respekt und Freundlichkeit anzusehen, zu verstehen und zu behandeln ... immer neu ein Gespür zu entwickeln für die ganz eigene „Welt“ bzw. „Kultur“, die jede Einzelne in sich trägt.

An meiner Arbeit mit Paaren gefällt mir die Möglichkeit dazu beizutragen, dass der „Draht“ in der Partnerschaft (wieder) entsteht oder sich weiter entwickeln kann, dass blockierte Zwischenräume frei werden, dass sich eine/r von der/m anderen (wieder) berühren lassen und beide aneinander wachsen können.

Das Besondere an IMAGO für mich ist einerseits, dass Ressourcen und Wertschätzung so sehr im Mittelpunkt stehen; andererseits die besondere Verbindung der eigenen Lebensgeschichte und „Kultur“ mit der Chance auf persönliche Entwicklung - und das im Zusammenspiel mit der/m PartnerIn: Gerade der Gegensatz und Unterschied - der Konflikt - zwischen den PartnerInnen wird als Wachstumschance gesehen.

IMAGO IN ÖSTERREICH- eine starke Gemeinschaft

TEXT: Sabine Bösel

Wenn es um Beziehungen geht, sind wir in Österreich besonders gut aufgestellt. Denn Österreich hat die höchste Pro-Kopf-Anzahl an Imago-Therapeuten weltweit. Dementsprechend stark ist auch die Imago Gesellschaft Österreich, die vor 11 Jahren gegründet wurde.

Seitdem hat sich die Imago-Therapie erfolgreich etabliert. Der Verein hat sich dafür eingesetzt, dass die Imago-Paartherapie als psychotherapeutische und psychologische Weiterbildung für Psychotherapeuten und Psychologen anerkannt ist. 2009 hat der ÖBVP – der Österreichische Bundesverband für Psychotherapie – die Anerkennung offiziell bestätigt. Der Verein hat dafür gesorgt, dass die Methode an Bekanntheit gewinnt und ein starkes Image bekommt. Unter dem Dach der Imago Gesellschaft sind alle Imago Therapeutinnen und Therapeuten sowie alle Imago Facilitators gut vernetzt und können sich regelmäßig fachlich austauschen und entwickeln.

Transparenz auf der Website www.imagoaustria.at

Das Revolutionäre an Imago ist nicht nur die Methode selbst. Es ist auch die Qualität, in der die amerikanischen Begründer Harville Hendrix und Helen LaKelly Hunt die Methode entwickelt haben. Das Trainingsprogramm ist ausgeklügelt, es hat einen klaren roten Faden, dem jede zertifizierte Person in der späteren eigenen Arbeit gut folgen und damit für Qualitätssicherung sorgen kann. Im Sinne der Transparenz hat der Verein alle zertifizierten und in Zertifizierung stehenden Therapeuten und Facilitators auf der Website gelistet – zur Sicherheit für alle, die sich in die Obhut von Imago-Therapeuten und Imago Facilitators begeben wollen.

Die Imago-Tage als Plattform für Lernen und Vernetzen

Es gehört zu den wichtigsten Aufgaben der Imago Gesellschaft, die Gemeinschaft der Therapeuten und Facilitators zu stärken. In kaum einem anderen europäischen Land wird so viel Wert auf Vernetzung gelegt. Deshalb finden unter anderem jährlich die Imago-Tage statt. Schon zum dritten Mal in meiner Funktion als Obfrau des Vereins gelingt es mir, mit einem attraktiven Angebot an Seminaren, Workshops, Erfahrungsaustausch-Gruppen und einem tollen Rahmenprogramm, dass nicht nur der Großteil der österreichischen Imago-Spezialisten teilnehmen, sondern auch internationale Gäste kommen. Wir werden uns über neue Trends austauschen, über Techniken und Weiterentwicklungen, und werden an den Erfahrungen der anderen lernen – zum Wohl unserer Klientinnen und Klienten.



KREATIVITÄT UND ERFOLG

Kreativität und Erfolg, eine Frage der Atmosphäre?

Es gibt Arbeitsgruppen, Teams oder Abteilungen, die sind erfolgreich und alles klappt wie geplant. Informationen werden unter den Mitarbeitern weitergegeben, Ziele erreicht und der Erfolg geteilt. Und es gibt das genaue Gegenstück. Doch was macht den Unterschied aus, was ist das Geheimnis einer erfolgreichen Abteilung, eines effektiven Teams? Bei einer Untersuchung fand man heraus, dass weder die Bezahlung noch das Berufsfeld dafür ausschlaggebend sind. Vielmehr ist es die Atmosphäre, die zwischen den Mitarbeitern herrscht. Eine offene und achtsame Kommunikation trägt zu über 60% zum Erfolg einer Arbeitsgruppe bei. Wichtig dabei ist, dass dies vor allem von den Vorgesetzten vorgelebt wird. Denn dadurch wird ein Gefühl der Sicherheit vermittelt und Sicherheit ist die Grundlage für Kreativität, Leistung und Erfolg. Für die Umsetzung in größeren Abteilungen ist es allerdings auch notwendig, dass diese Form der Kommunikation durch eine Struktur unterstützt wird.

Imago Professional Facilitators lernen in ihrer Ausbildung, mit einem besonderen Werkzeug Gruppen oder Teams bei der „Umstrukturierung“ ihrer Kommunikation und ihres Umgangs miteinander zu unterstützen. Dabei wird unter anderem der Communologue verwendet, eine Form des Dialogs, die auch bei Gruppen mit einem hohen Konfliktpotenzial erprobt wurde. Der Communologue, zusammengesetzt aus den Worten „community“, engl. für Gemeinschaft, und „dialogue“, engl. für Dialog, wurde vor einigen Jahren von Imago Therapeuten aus verschiedenen Ländern entwickelt, um israelische und palästinensische Gruppen dabei zu unterstützen, miteinander zu kommunizieren. Diese Form des Austausches hat sich mittlerweile so bewährt, dass sie in vielen Bereichen zur Anwendung kommt. Eine wesentliche Eigenschaft des Communologues ist es, die Atmosphäre zwischen den Teilnehmern so zu verändern, dass in einem kreativen Prozess neue Perspektiven und Lösungsmöglichkeiten entstehen, die häufig am Anfang eines Communologues nicht für möglich gehalten wurden.

Wenn das eigene Team nicht so erfolgreich wie erhofft arbeitet, ist es ja vielleicht eine Überlegung wert, mit einem Communologue eine Atmosphäre zu schaffen, in der Kreativität und Erfolg wieder wachsen können.



Imagofacilitators stellen sich vor

Mag. Sandra Teml-Jetter

Satzberggasse 8/9, 1140 Wien
Wertschätzungszone Beratungspraxis
Stutterheimstr. 4/37, 1150 Wien
Tel. 0676/63 25 281
www.wertschaetzungszone.at

Jahrgang 1969, Ehefrau und Berufspartnerin von Stefan, Mutter dreier wunderbarer Kinder (*1995, 2002, 2004), Mitglied einer Patchworkfamilie, Pädagogin, Dipl. Lebensberaterin, Imago Professional Facilitator für Eltern & Familien, familylab Seminarleiterin (Jesper Juul)

Imago bedeutet für mich persönlich vor allem in der engsten Familie ein Innehalten und ein Sich-Einander-Zuwenden; es bedeutet für mich Wachstum, wenn ich wirklich hören kann, was mir mein Mann und meine Kinder sagen; und es ist immer wieder ein Geschenk an alle Familienmitglieder, wenn sie spüren, dass ihnen wirklich zugehört wird; es ist ein gegenseitiger Kennenlernprozess getragen von Entschleunigung und Wertschätzung.

Mein Berufsfeld, in dem ich Imago anwende, ist zum einen im Mütter- bzw. Vätercoaching als auch in unseren Tagesworkshops „Eltern sein – Paar bleiben“.

Das besondere an Imago in diesem Bereich ist, dass ich oft miterleben darf, wie innerhalb einer Familie die Prioritäten neu gesetzt werden, wie sich Eltern einander wieder zuwenden und Verantwortung für die Familienatmosphäre übernehmen. Besonders berührend sind die Momente, wenn das, was in der Familie gut läuft, wieder in den Vordergrund rückt und somit weiter gedeihen kann.



Ohne WENN und ABER

„Ich dachte, „Imago“ wäre nur für Paare!“ Irrtum! „Imago“ hilft auch Singles zur Liebe fürs Leben, also genau das Richtige für sie (Sie?).

TEXT: Mag. Erwin Jäggle

Single-Sein – (k)ein Schicksal?

Was ist ein Single? Jemand, der ohne feste intime Paarbeziehung lebt. Nun, Single ist nicht gleich Single. Richtig! Der eine will's, der andere leidet darunter.

Ob alle, die ihr Single-Dasein begrüßen, im Innersten ihres Herzens wirklich glücklich sind, kann vorsichtig bezweifelt werden. Doch jene Singles, die unter ihrem Single-Sein leiden, suchen sehnsüchtig nach einem Partner, einer Partnerin. Diese Sehnsucht nach einem liebevollen, passenden Partner ist ein gesunder Aspekt der menschlichen Natur. Verzweiflung stellt sich ein, wenn man wieder und wieder vergeblich versucht, einen Partner zu finden oder eine glückliche Partnerschaft auf Dauer zu leben. Sie verlieben sich einfach nicht, fühlen sich in Beziehungen schnell gelangweilt, erleben den Gedanken an eine dauerhafte Beziehung bedrohlich

oder finden, der aktuelle Partner ist nicht der Richtige. Bald wird das Single-Dasein als böses Schicksal erlebt. Manche resignieren, geben auf, ziehen sich verbittert zurück. Sie versuchen aus ihrem vermeintlich unausweichlichem Single-Dasein das Beste zu machen: sie gehen auf in ihrer Arbeit, Hobbys, Freundschaften. Vielleicht gehen sie gelegentlich oberflächliche Beziehungen ein.

Doch die meisten geben den Traum von der „großen Liebe“, von einer gelungenen dauerhaften Beziehung nicht auf.

Dieser Traum kann Wirklichkeit werden!

Wer ihm nachgeht, kann ihn sich erfüllen. Dazu müssen wir uns allerdings um die Einsicht bemühen, wie wir unserem Glück selbst im Weg stehen. Wir müssen erkennen, in welchen Bereichen unserer Persönlichkeit Wachstum wichtig ist. Und wir müs-

sen diese Erkenntnisse in unserem Leben umsetzen.

Jeder von uns ist verantwortlich für seinen eigenen ganz persönlichen Weg von Wachstum und Heilung. Die „Imago-Methode“ bietet Singles und auch Paaren einen theoretischen Rahmen, der das Erkennen von Zusammenhängen, Verstrickungen und möglichen Auswegen sehr einfach ermöglicht, und sie bietet Hinweise und „Werkzeuge“ (z.B. den Imago-Dialog), diese Auswege erfolgreich beschreiten zu können.

Der Ausweg

Der Ausweg, den uns „Imago“ zeigt, ist die „bewusste Beziehung“, und die beginnt bei uns selbst. Dies gilt ganz besonders für Singles, denen ja die Arbeit mit einem heilenden Partner (noch) verwehrt ist. Zunächst muss man sich des eigenen „Erbes“

aus der Kindheit bewusst werden und sich mit folgenden Fragen beschäftigen:

- was sind meine Kindheitsverletzungen bzw. die darauf entwickelten Schutz- und Überlebensmuster?
- was sind meine nicht ausgebauten und/oder abgespaltenen Persönlichkeitsteile?
- was sind meine unerfüllten Bedürfnisse aus der Kindheit?
- was sind meine „Glaubenssätze“?
- was ist mein „Imago“, das im Unbewusstsein existierende Idealbild eines Partners?

In der Folge gilt es wahrzunehmen, wie sich dieses „Erbe“ der Kindheit im Alltag auf die eigenen Neigungen und Gefühle

und schließlich auf die Handlungen - vor allem in der Begegnung mit anderen Menschen - auswirkt, bzw. in früheren Beziehungen ausgewirkt hat.

Und dann sind die Schutz- und Überlebensmuster abzubauen und durch „funktionale“ Muster zu ersetzen sowie die nicht ausgebauten oder abgespaltenen Persönlichkeitsteile aufzubauen oder zu integrieren – letztlich neues Verhalten zu erlernen als Vorbereitung für eine „bewusste Beziehung“ mit einem künftigen Partner! Haben Sie solche Fortschritt gemacht, so werden jene Energien, die bisher in den Schutz- und Überlebensmustern gebunden waren und die gebraucht wurden, um sich selbst

vor Schmerzhaftem zu schützen, nun frei - und Sie werden auf ganz natürliche Weise und ohne großen Aufwand einen heilenden Partner anziehen.

Die Imago-Hilfen für Singles

Eine der zentralen Botschaften von Imago: „Ohne Dehnung kein Wachstum!“

Das heißt, die eigene Beziehungsfähigkeit auszubauen braucht die unbedingte Bereitschaft zu neuem Handeln gegen den inneren Widerstand. Auch der deutsche Titel des Imago-Buchs für Singles „Ohne Wenn und Aber“ drückt es deutlich aus: nur konsequente persönliche Entwicklungsarbeit führt zum Erfolg.

Wer sich dieser Herausforderung stellt, kann dabei auch auf folgende Hilfen setzen:

• Literatur:

Eine theoretische Einführung in „Imago-Beziehungstheorie“ mit vielen Übungsvorschlägen bietet das Imago-Buch für Singles von Harville Hendrix „Ohne Wenn und Aber“, Renate Götz Verlag, 2009.

• Persönliche Begleitung:

Jeder Imago-Paartherapeut gibt persönliche Unterstützung auf dem oben genannten Weg.

• Imago-Singlesworkshop:

Besonders für Singles ist der Imago-Singlesworkshop „Die Liebe, die du suchst“ konzipiert - er wird seit einiger Zeit auch in Österreich von speziell ausgebildeten Imago Singlesworkshopleitern angeboten.

Singlesworkshoptermine mit Cornelia & Peter Cubasch sowie mit Erwin Jäggle finden Sie auf der letzten Seite dieses „Imago Spiegels“ und auf www.imagoaustria.at.



DER IMAGO-SINGLESWORKSHOP

„Die Liebe, die du suchst“, ist ideal für Sie ...

... wenn Sie Grundsätzliches und Neues über die „Liebe“ und das Wesen von Paar-Beziehungen lernen wollen.

... wenn Sie sich auf eine neue – vielleicht die erste – Paar-Beziehung vorbereiten wollen.

... wenn Sie Schmerzhaftes aus vergangenen Beziehungserfahrungen abschließen und sich für neue öffnen wollen.

... wenn Sie (noch immer) auf der Suche nach der/dem „richtigen“ Partnerin/Partner sind und Einsichten gewinnen möchten, wie es klappen könnte.

... wenn Sie lediglich lernen wollen sich selbst und andere besser zu verstehen.

... wenn Sie Ihre Beziehungsfähigkeit ausbauen wollen.

DER IMAGO-SINGLESWORKSHOP

nicht nur für Singles!

In diesem Workshop erfahren Sie in kurzen Vorträgen, Phantasie Reisen und durch persönliches Bearbeiten von speziellen Übungen im Workshopbuch u.a., welche Auswirkungen Ihre persönliche Geschichte auf Ihre Beziehungen hat, was Sie tun und entwickeln müssen, um in guten Beziehungen und insbesondere in einer erfüllenden Liebesbeziehung leben zu können - und Sie lernen eine neue Form der Kommunikation.

Wer kann am Singlesworkshop teilnehmen?

- Singles und Alleinstehende!
- Jeder, der am Thema „Beziehungen und Beziehungsfähigkeit“ interessiert ist!
- Menschen, die in Partnerschaften leben, deren Partner aber nicht bereit ist, an einem Paar-Workshop teilzunehmen!



IMAGO WORKSHOPS

Die IMAGO Workshops für Paare oder Singles mit geprüften und zertifizierten Workshopleitern

In den Singles-oder Paar-Workshops hören Sie Vorträge, sehen Demonstrationen über neue Formen der Kommunikation, werden auf Fantasiereisen begleitet und erfahren, welche Auswirkungen Ihre persönliche Geschichte auf Ihre Beziehung hat. Und Sie lernen, was Sie tun können, um glücklich in Beziehung zu leben. Geprüfte und zertifizierte Workshopleiter garantieren Vertraulichkeit und Sicherheit in jedem original "So viel Liebe, wie du brauchst" Imago Workshop für Paare und dem Imago Workshop „Die Liebe, die du suchst“ für Singles.

IMAGO WEITERBILDUNG

IMAGO Weiterbildung für PsychotherapeutInnen, PsychologInnen und andere Berufsgruppen

Im Herbst 2011 beginnen die nächsten berufsbegleitenden Trainings zum zertifizierten Imago Paartherapeuten und zum zertifizierten Imago Professional Facilitator für die Anwendung von Imago in speziellen Berufsfeldern. Die Clinical InstruktorInnen Evelin und Klaus Brehm begleiten Sie bei Ihrem Weg der intensiven Integration von Imago in Ihr persönliches und berufliches Leben.

Informationen und Termine: www.imagoaustria.at

WORKSHOPTERMINE:

PAARWORKSHOPS

Dr. Sabine und Roland Bösel 29.04.-01.05.11 Reichenau/Rax
17.-19.06.11 Reichenau/Rax
23.-25.09.11 Reichenau/Rax
18.-20.11.11 Reichenau/Rax
20.-22.01.12 Reichenau/Rax
09.-11.03.12 Reichenau/Rax
04.-06.05.12 Reichenau/Rax
Tel.01/402 17 00-10
www.boesels.at

brehms+imago 01.-03.04.11 Reichenau/Rax
11.-13.06.11 Reichenau/Rax
08.-10.07.11 D-Moosach
16.-18.09.11 Reichenau/Rax
11.-13.11.11 Reichenau/Rax
Eveline und Klaus Brehm
Tel.01/9426152
www.brehmsimago.eu

Cornelia und Peter Cubasch 29.04.-01.05.11 Südtirol (I)
27.-29.05.11 Wien
16.-18.09.11 St. Arbogast
23.-25.09.11 Zürich (CH)
07.-09.10.11 St. Michael (Tirol)
18.-20.11.11 Bregenz
Tel. 0676/7572246
www.cubasch.com

Mag. Elisabeth Gatt-Iro und Mag. Dr. Stefan Gatt 25.-27.03.11 Neuhofen a.d.Ybbs
17.-19.06.11 Strobl am Wolfgangsee
16.-18.09.11 Strobl am Wolfgangsee
18.-20.11.11 Neuhofen a.d.Ybbs
Tel. 0664/144 97 46
www.challengeoflove.at

PAARWORKSHOPS

giffey-impulse für erfolgreiche Beziehungen 08.-10.07.11 Hotel Steigenberger/Linz
30.09.-02.10.11 Hotel Steigenberger/Linz
02.-04.12.11 Hotel Steigenberger/Linz
Tel. 0699/10517949
www.giffey.at

Mag. Erwin Jäggle 01.-03.04.11 Wiener Neustadt
17.-19.06.11 Mödling
16.-18.09.11 St. Pölten
14.-16.10.11 Wiener Neustadt
04.-06.11.11 Mödling
Tel.0676/4912459
www.myimago.at

Zentrum für Beziehungsarbeit 25.-27.03.11 Waxenberg
03.-05.06.11 Kirchschatz bei Linz
06.-13.08.11 Urlaubshotel in Österreich
30.09.-02.10.11 Waxenberg
25.-27.11.11 Waxenberg
Dr. Max Schallauer
(mit Christine Schallauer)
Tel.07234/83220
www.beziehungsarbeit.at

SINGLEWORKSHOPS

Cornelia und Peter Cubasch 23.-25.06.11 Wien
04.-06.11.11 Wien
Tel. 0676/7572246
www.cubasch.com

Mag. Erwin Jäggle 25.-26.06.11 St. Gabriel in Mödling
12.-13.11.11 Wiener Neustadt
Tel.0676/4912459
www.myimago.at