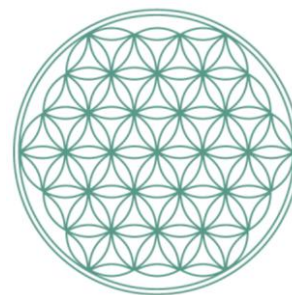


INSTITUT FÜR  
GANZHEITLICHES ERLEBEN (IFGE)  
ENERGETISCHE PRAXIS – SILVIA PODLISCA

DIPL. LEBENS- & SOZIALBERATERIN/SEXUALBERATERIN/KINESIOLOGIN

Einzel- & Paarberatung · Familienaufstellung nach Bert Hellinger  
Kinesiologie · Klangschalenmassage · Supervision & Coaching



## PRESSEMAPPE

Institut für ganzheitliches Erleben (IFGE) .....	2
Das Team des IFGE .....	3
Angebote des IFGE >> Selbsterfahrung .....	6
Angebote des IFGE >> Ausbildungen .....	9
Angebote des IFGE >> Firmenangebote .....	10
SystemDimensionsBrett® .....	12
Fotoübersicht .....	13

## **Institut für ganzheitliches Erleben (IFGE)**

Im April 2001 gründete Silvia Podlisca die „Energetische Praxis – Silvia Podlisca“ in Wien mit dem Ziel, Menschen in schwierigen Situationen zu begleiten und zu unterstützen. Sie arbeitet dabei mit Einzelpersonen, Teams und Gruppen. Im Laufe der Zeit entwickelte sie eigene Ausbildungsprogramme, erweiterte das Angebot um die Betreuung von Firmen und vergrößerte das Team. 2009 änderte sie den Namen auf „Institut für ganzheitliches Erleben (IFGE)“, um die Breite des Angebots adäquat abzubilden.

Das IFGE bietet Leistungen in drei Bereichen:

### **Selbsterfahrung**

Podlisca bietet ihren KlientInnen auf respektvolle Art Hilfe zur Selbsthilfe. Ihre umfassende Ausbildung in Energetik und klassischer Lebensberatung ermöglicht es ihr individuell auf die KlientInnen einzugehen. Gemeinsam mit den KlientInnen entscheidet sie, welche Methode die wirkungsvollste ist. Ihre Arbeit unterstützt und begleitet medizinische Behandlungen.

### **Ausbildung**

Die Ausbildungsprogramme des IFGE sind geprägt von Herzlichkeit und Kompetenz, von Schulung in systemischer und personenzentrierter Gesprächsführung, von Flexibilität sowie der individuellen, persönlichen Betreuung in Kleingruppen mit maximal 12 Personen. Alle ReferentInnen befinden sich laufend in Fort- und Weiterbildung, um einen hohen Ausbildungsstandard zu garantieren.

### **Firmenangebote**

Die Firmenangebote des IFGE orientieren sich an den Bedürfnissen der KundInnen. Statt fertiger Packages werden bewährte Settings mit den jeweils am besten geeigneten Zugängen und Methoden gefüllt, um die unterschiedlichen Bedürfnisse großer und kleiner Unternehmen zu berücksichtigen. Statt schneller, oberflächlicher Scheinverbesserungen begleitet das IFGE langfristige Veränderungsprozesse.

## Das Team des IFGE

### Silvia Podlisca

Gründerin und Geschäftsführerin

Leitung sämtlicher Programme

#### Ausbildungen

Supervision (pro mente, 2010)

KlangschalenInstructor-IFGE® (2009)

Dipl. systemischer KlangschalenPractitioner-IFGE® (2009)

Touch for Health Instructor (2009)

Upgrading: Sexualberaterin (pro mente, 2009)

Lebens- und Sozialberatung (pro mente, 2007)

Systemische Familienaufstellungen nach Bert Hellinger (ehemaliges Bert Hellinger Institut 2004)

Kinesiologie: Touch for Health (2001) und Three in One (2002)

Bachblüten und Australische Buschblüten (seit 2001)

Lehrseminare für Klangschalenmassage (seit 2001)

Arbeit mit Klangschalen (seit 1999)

Diverse Ausbildungen in Energiearbeit (seit 1998)

„Ein besonders großes Anliegen ist mir meine persönliche laufende Weiterbildung und Selbsterfahrung. Schon während meiner kaufmännischen Tätigkeit widmete ich mich der Ausbildung von Lehrlingen. Gleichzeitig besuchte ich einen einjährigen Kurs an der Volkshochschule für Pädagogik und Psychologie. Es folgten Seminare in Energiearbeit, viele davon bei Martin Wagner. Durch meine persönlichen Erfahrungen legte ich den Schwerpunkt meiner weiteren beruflichen Entwicklung auf Kinesiologie und Klangschalenmassage. Am meisten prägte mich allerdings die Arbeit mit der phänomenologischen Familienaufstellung nach Bert Hellinger. Diese Ausbildung genoss ich bei Michaela Kaden, die meine heutige Arbeit zum größten Teil beeinflusst.“

## **Sigrid Kappl, MSc**

Seit 1996 in der Privatwirtschaft tätig: Investment, Produktentwicklung, Personalwesen.

### Ausbildungen

Dipl. systemischer KlangschaalenPractitioner- IFGE® (2010)  
Kinesiologie/Touch for Health (2009)  
MSc in Human Resources and Organizational Development (2004)  
Coachingausbildung bei Trigon (2002)  
Diplomlehrgang Fachakademie für Finanzdienstleister (2000)

### Am IFGE

Co-Trainerin in der Firmenbetreuung  
Systemischer KlangschaalenInstructor-IFGE® i.A.u.S

## **Linda Boden**

Biomedizinische Analytikerin im Zentrallabor eines Wiener Spitals

### Ausbildungen

Dipl. biomedizinische Analytikerin (2009)  
staatlich geprüfte Dokumentationsassistentin (2006, Dresden)

### Am IFGE

Referentin für „Der menschliche Körper - verständlich erklärt“

## **Michaela Gold**

Selbstständig als Dipl. systemische KlangschaalenPractitioner-IFGE® und als Kinesiologin

### Ausbildungen

Dipl. systemischer KlangschaalenPractitioner-IFGE® (2011)  
Kinesiologie/Touch for Health (2009)  
Trommel-Kurse (seit 2006)  
Bachblüten (seit 2004)  
Diverse Ausbildungen in Energiearbeit (seit 2003)

### Am IFGE

Dipl. systemischer KlangschaalenInstructor-IFGE® i.A.u.S.

## **RA Mag. Gregor Rathkolb**

Selbständiger Rechtsanwalt

Vortragender für Pflegehelfer, Heilmasseur, Hypno- und Kunsttherapeuten an diversen Ausbildungseinrichtungen in Wien und Niederösterreich.

### Ausbildungen

Mediator seit 2001  
Studium der Rechtswissenschaften (1995)

### Am IFGE

Referent für „Rechtliche Grundlagen / Unternehmensgründung“

## **Dr. Dieter Schmutzer**

Lebens- und Sozialberater, Universitätslektor, Vortragender und Autor.

### Ausbildungen

Institut für Lebensgestaltung (2005)

Praxis für Lebens- und Sozialberatung (1996)

### Am IFGE

Referent für Sexualberatung und Krisenintervention für Lebens- und Sozialberater

## **Mag. Magareta Miel**

Steuerberaterin, Wirtschaftsprüferin und Wirtschaftsmediatorin

### Ausbildungen

Steuerberaterin seit 1990

Wirtschaftsprüferin seit 1998

Wirtschaftsmediatorin seit 2001 (eingetragen seit 2004)

### Am IFGE

Referentin für Gesprächsführung und

BWL/Marketing

## Angebote des IFGE >> Selbsterfahrung

„In der Energetik geht man davon aus, dass alles Leben auf der Grundlage von Energie basiert. Kann die Lebensenergie – auch Qi genannt – ungehindert fließen, fühlen wir uns kraftvoll und gesund. Ist die Energie längerfristig blockiert, entsteht Krankheit. Einige reagieren eher körperlich andere emotional“, weiß Podlisca. Das Selbsterfahrungsangebot des IFGE hat diesen Zugang als Grundlage. Es bietet präventive Hilfe und begleitet medizinische Behandlungen.

### Lebens- und Sozialberatung

Lebens- und Sozialberatung – neben Medizin, Psychotherapie und Psychologie eine der Säulen im "4-Säulen-Modells" der österreichischen Gesundheitspolitik - dient der Persönlichkeitsentwicklung und Selbstfindung. Sie unterstützt KlientInnen darin, Lösungen zu finden, bevor sich krankhafte Störungen einstellen. Lebens- und Sozialberatung dient der Gesundheitsprävention.

Die Lebens- und Sozialberatung im IFGE umfasst Einzel-, Paar- und Familienberatung, Krisenintervention, Trauerarbeit, Sexualberatung, Beratung bei Angstzuständen, Aggression, Gewalterfahrung und sexuellem Missbrauch, bei Suchtverhalten, Co-Abhängigkeit, Arbeitslosigkeit, Burn-out und Überforderung.

### Sexualberatung

Sexuelle Gesundheit und sexuelles Wohlergehen haben einen großen Einfluss auf das allgemeine Wohlbefinden. Denn ein befriedigendes Sexualleben schafft Lebensfreude und Vitalität.

Häufige Themen in der Sexualberatung sind eigene Bedürfnisse und Wünsche kennen zu lernen, Erlebnisse zu verarbeiten, Freude am eigenen Körper und Lust (wieder) finden und über Sexualität sprechen lernen.

### Familienaufstellung

Familienaufstellung nach Bert Hellinger ermöglicht Versöhnungsarbeit mit der eigenen Geschichte. Sie hilft neue Erkenntnisse und Sichtweisen in alte oftmals krankmachende Muster zu integrieren. Familienaufstellung öffnet den Blick und kann der Beginn für Lösungen sein. Dabei geht es nicht um Rationalisierung oder Schönfärberei sondern darum, anzuerkennen, was ist: die Grundvoraussetzung für langfristige Lösungen.

### Kinesiologie

Die Kinesiologie stellt anhand von Muskeltests sehr präzise fest, wo Stressoren im Körper versteckt sind. Kinesiologische Methoden trennen das Gefühl von der belastenden Situation und bringen den Körper ins Gleichgewicht. Dabei wird im gleichen Maße auf die körperliche, geistig-emotionale und chemische Ebene geachtet. Ziel der Arbeit ist es, die Wahrnehmung unterschiedlicher Stressoren zu verändern, Selbstheilung zu aktivieren und bereits Erlebtes besser zu verarbeiten.

## Kinesiologisches Zielcoaching

Beim kinesiologischen Zielcoaching werden alte Informationen aufgerufen und dem Körper neue Verhaltensmuster angeboten, um diese im Körper zu verankern. Im Gegensatz zur Lebensberatung erfolgt die Arbeit größtenteils über den Körper.

Anwendungsgebiete sind körperliche und/oder seelische Schwierigkeiten, chronische und akute Erkrankungen, Umgang mit Stresssituationen, Angstzustände und Suchtverhalten, Schulschwierigkeiten, Verhaltensauffälligkeiten sowie das Setzen und Erreichen von Zielen.

## Allergiedesensibilisierung mittels Kinesiologie

Aus kinesiologischer Sicht ist eine Allergie eine Überreaktion auf eine natürliche Substanz und bricht meistens erstmalig in Stresssituationen aus. Eine kinesiologische „Allergie-Sitzung“ desensibilisiert den Körper auf das Allergen, das zuvor mittels Muskeltest ausgetestet wurde, und bringt ihm Schritt für Schritt bei, wie er auf natürlichem Weg damit umgehen kann. Dadurch werden unangenehme Symptome deutlich reduziert. Oft verschwinden sie vollständig. Kinesiologie ist eine sanfte und schmerzfreie Methode ohne Nebenwirkungen und kann mit jeder schulmedizinischen Methode kombiniert werden.

## Lebensmittelaustestung mittels Kinesiologie

Mittels Muskeltest werden Lebensmitteln bestimmten Gruppen zugeordnet: stärkende Gruppe (Nahrungsmittel, die dem Körper gut tun und viel Energie liefern), neutrale Gruppe (Nahrungsmittel, die dem Körper nicht viel Energie liefern aber auch keine Energie nehmen) und schwächende Gruppe (Nahrungsmittel, die dem Körper Energie nehmen, da er viel Zeit für die Verdauung braucht). Die KlientInnen erhalten eine umfassende Liste, um den Körper optimal ernähren zu können.

## Klangschalenbehandlung

Klangschalen werden bei der Bewältigung von Stress sowie unterstützend bei der Behandlung körperlicher und seelischer Symptome eingesetzt. Häufig wird die Klangschalenmassage im Wellnessbereich angewandt, zum Entspannen und um Kraft zu tanken.

Im IFGE wird die Klangschalenbehandlung auch im Beratungsprozess, insbesondere in der systemischen Arbeit eingesetzt, um deren volles Potential auszuschöpfen. KlientInnen erlernen so mit der größten Belastung umzugehen ohne in destruktive Verhaltensmuster zu fallen. Und sie verinnerlichen Lösungsansätze.

## Supervision

Supervision ist eine Form der Beratung, die in beruflichen Angelegenheiten begleitend und unterstützend in Anspruch genommen werden kann. Es werden Themen aus dem Berufsalltag bearbeitet, reflektiert und geklärt sowie zukünftige alternative Handlungs- und Lösungsmöglichkeiten erarbeitet.

## Gruppenstunden

Gruppendynamik kann sichtbar machen, was in Einzelsitzungen im Verborgenen bleibt, langfristige Begleitung fördert das noch mehr. Daher bietet das IFGE Gruppenstunden an: Touch for Health Gruppenstunde, Supervisions-Jahresgruppe und Selbsterfahrungs-Jahresgruppe.

## **Angebote des IFGE >> Ausbildungen**

„Durch meine über 10jährige intensive Auseinandersetzung mit den Klangschalen habe ich sehr schnell festgestellt, dass die Klänge, Schwingungen und Wirkungen weit tiefer gehen, als ich es selbst für möglich gehalten habe. So war es nur mehr eine Frage der Zeit, bis ich begann die Klangschalenarbeit in meine restliche Arbeit einzubeziehen“, erklärt Silvia Podlisca. In einem nächsten Schritt erweiterte sie das bestehende Ausbildungsprogramm entsprechend.

„In den Ausbildungsprogrammen des IFGE lege ich großen Wert auf inhaltliche Tiefe, fachliche Kompetenz und Praxisnähe. Zum besseren Verständnis unterrichtete ich mit PowerPoint, Lehrtafeln, medizinischem Torso und einem menschlichen Skelettmodell.“

### **Dipl. systemischer KlangschalenPractitioner-IFGE®**

### **Dipl. körperorientierte KlangschalenPractitioner-IFGE®**

Die Ausbildungen zum Dipl. systemischen KlangschalenPractitioner-IFGE® und zum Dipl. körperorientierten KlangschalenPractitioner-IFGE® vermitteln umfangreiches Wissen und tiefere Einsichten über mögliche Ursachen von Krankheit, Leid, Glück und Unglück.

KlangschalenPractitioner-IFGE® setzen die Klangschalenbehandlungen nicht nur als Wellnessbehandlung oder zum Kraft tanken ein. Sie verwenden sie unterstützend im Beratungsprozess: Mit Hilfe der Klangschalen lernen KlientInnen mit belastenden Situationen umzugehen ohne in destruktive Verhaltensmuster zu fallen. Klangschalen bieten aber auch eine Möglichkeit, eine im Gespräch gefundene Lösung zu stabilisieren.

Die Ausbildung umfasst neben der reinen Klangschalenausbildung Seminare zu allgemeiner Gesprächsführung, Medizin, Systemik und Recht. Die TeilnehmerInnen absolvieren einen umfassenden Selbsterfahrungsblock, der in den Ausbildungskosten enthalten ist.

Die Ausbildung dauert vier Semester (352 Stunden), ab dem dritten Semester können die TeilnehmerInnen den Schwerpunkt auf systemische oder körperorientierte Arbeit bei der Klangschalenmassage legen. Die Ausbildung schließt mit einer Diplomarbeit sowie einer praktischen und theoretischen Prüfung ab.

### **Dipl. Lebens- und Sozialberater**

Beginnend mit September 2012 bietet das IFGE den zertifizierten Lehrgang zum Dipl. Lebens- und Sozialberater entsprechend den gesetzlichen Bestimmungen laut Bundesgesetzblatt vom 14. Februar 2003 (140. Verordnung für den "Befähigungsnachweis für das Gewerbe Lebens- und Sozialberatung") an.

Der Schwerpunkt der Ausbildung am IFGE liegt in der Systemischen Familienaufstellung, der Sexualberatung und Work-Life-Balance. Die Ausbildung dauert fünf Semester und berechtigt dazu, in Österreich Familienaufstellungen zu leiten. Um den Gewerbeschein zu erlangen muss man zusätzlich 750 Stunden fachliche Tätigkeit nachweisen.

## Angebote des IFGE >> Firmenangebote

Silvia Podlisca optimiert die Abläufe in Firmen. Sie verbessert die Zusammenarbeit zwischen MitarbeiterInnen und zwischen Abteilungen: „Dazu analysiere und hinterfrage ich Hierarchien und Strukturen, orte Störfaktoren und Zeiträuber.“ Wer den notwendigen Veränderungswillen mitbringt, profitiert von ihrer vielschichtigen Kompetenz.

Podlisca vernetzt und verlinkt, erkennt Zusammenhänge, reagiert situativ und schließt Scheren. Zugute kommt ihr dabei ihre mehr als 10jährige Erfahrung im Zielcoaching, in der Organisationsaufstellung und der Arbeit mit Klangschalen, in der Supervision und als Dipl. Lebens- und Sozialberaterin. Bei einzelnen Firmenangeboten ist die Co-Trainerin Sigrid Kappl mit an Bord.

Der Beratungs- und Betreuungsprozess ist geprägt von wertschätzender Kompetenz. Podlisca: „Ich spreche Probleme an, komme schnell auf den Punkt. Ich mache auch und erst recht dann weiter, wenn es unbequem wird. Denn nur so können eingefahrene Muster verlassen werden.“ Sie bietet Raum zur Entfaltung und behält das Ziel im Auge.

### Optimierungsbetreuung in-house

Mit der Optimierungsbetreuung in-house begleitet Podlisca ein Unternehmen langfristig, mindestens ein halbes Jahr. Erst diese kontinuierliche Betreuung ermöglicht es, dass Konflikte abgebaut und Kommunikationsabläufe optimiert werden. Darüber hinaus werden Arbeitsabläufe und tägliche Routinen verbessert. Durch ihren ganzheitlichen Zugang kann sie komplexe und vielschichtige Prozesse bearbeiten. Das Unternehmen erfährt eine Effizienz- und Leistungssteigerung und entwickelt ein gesünderes Betriebsklima. Die Betreuung findet ausschließlich im Unternehmen statt.

Im Rahmen der Optimierungsbetreuung in-house bietet Podlisca den MitarbeiterInnen Räume, in denen sie ihre Ziele finden, Motivationshemmer erkennen, verborgene Wünsche artikulieren und Konflikte bearbeiten. Das Management ist Teil des Prozesses, dessen Veränderungswille Grundvoraussetzung. Podlisca optimiert das Zusammenwirken einzelner Personen und Abteilungen in einer Firma und verbessert so die Arbeitssituation zum Wohle aller.

### 4-2-4 Verbinden durch Kommunikation

4 Stunden Beobachtung, 2 Tage Workshop und 4 Stunden Nachbetreuung durch zwei Trainerinnen. Die Formel 4-2-4 optimiert die Kommunikationsabläufe und Zusammenarbeit im Unternehmen nachhaltig.

4 Stunden intensive Vorbereitung im Unternehmen stehen am Anfang des Prozesses. Anhand der so gewonnen Einblicke entwickeln Podlisca und Kappl einen 2tägigen Intensivworkshop speziell abgestimmt auf die Ziele des Unternehmens. Sie suchen jene maximal 15 Personen aus, die - quer durch alle Hierarchieebenen - an den Schnittstellen zur Zielerreichung sitzen. Auch das Management nimmt an dem Workshop im IFGE teil. In diesem sehr praxisorientiertem Prozess, der sich Problemen systemisch aber auch auf spielerische Weise nähert, werden Stolpersteine am Weg der Zielerreichung gesichtet und beiseite geräumt. Die TeilnehmerInnen verlassen den Workshop ausgestattet mit Ideen, Lösungsansätzen und praktischen Werkzeugen für den Arbeitsalltag. Einen Monat nach dem Workshop klären die Trainerinnen in einer vierstündigen Nachbetreuung, an welchen Stellschrauben noch (weiter) gedreht werden muss.

## Teams in Balance

Der 2-Tagesworkshop „Teams in Balance“ richtet sich an Unternehmen, die die Work-Life-Balance ihrer MitarbeiterInnen und somit der Firma an sich verbessern wollen. Denn ein Unternehmen kann nur gut arbeiten und gesund wachsen, wenn seine MitarbeiterInnen gesund sind.

In dem Reflexionsprozess fördern Podlisca und Kappl soziale Kompetenz und sensibilisieren für Eigenverantwortung. Kurz, sie rücken Menschlichkeit in den Mittelpunkt. Die TeilnehmerInnen üben sich im Grenzen stecken und Nein sagen, im Delegieren und Abgrenzen. Sie lernen sich auf ihre eigentliche Arbeit zu konzentrieren und werden mit Methoden ausgestattet, damit sie auch unliebsame Tätigkeiten zukünftig motiviert angehen.

## Organisationsaufstellung - Die Ordnungen des Erfolgs

Erfolgreiche Menschen, Teams und Unternehmen sind solche, die "gut aufgestellt" sind: Sie stehen an ihrem richtigen Platz und werden entsprechend ihrer Leistung und Position anerkannt. Neben der äußeren, sichtbaren Ordnung wie Organigrammen und Hierarchien, existiert auch eine innere Ordnung - ein Kräftefeld von Menschen und Aufgaben mit einer komplexen Dynamik.

Der Betreuungsprozess macht diese Dynamik sichtbar, die sodann möglichst gut gesteuert werden kann. Auch können Ressourcen effizient genutzt werden. Anwendungsgebiete sind Veränderungsprozesse (Unternehmensgründung, Zusammenlegen von Firmen oder Teams, Teambildung), negative Entwicklungen (ausbleibender wirtschaftlicher Erfolg, drohender Konkurs, Stagnation eines Projektes) und Betriebsklima (Work-Life-Balance, Mobbing, Burn-out, Führungsverhalten, Änderungen in der Hierarchie).

## Coaching

Coaching dient der individuellen (Weiter-) Entwicklung im beruflichen Kontext. Es ist ein Mittel zur lösungs- und zielorientierten Begleitung von Menschen bei beruflichen Prozessen. Als neutrale Gesprächspartnerin betrachtet und reflektiert Silvia Podlisca dabei gemeinsam mit dem Kunden dessen aktuelle Lage. Durch gezielte Fragen und Interventionen werden mögliche und realisierbare Lösungen sowie Wege zum Ziel und zur Zielerreichung erarbeitet.

## SystemDimensionsBrett®

Ich entwickelte das **SystemDimensionsBrett®** gemeinsam mit dem Rechtsanwalt und Mediator Mag. Rathkolb.

Das **SystemDimensionsBrett®** ist eine Weiterentwicklung klassischer Aufstellungsbretter, wie sie seit vielen Jahren in der systemischen Aufstellungsarbeit verwendet werden. Klassische Aufstellungsbretter erlauben es einem, eine Dimension oder eine Dynamik nach der anderen darzustellen. Mit dem **SystemDimensionsBrett®** arbeitet man mehrdimensional. Es werden mehrere Einsichten oder Zeitebenen gleichzeitig dargestellt. Das öffnet den Blick, verdeutlicht Zusammenhänge und Wechselwirkungen, und schafft Klarheit. Bei allen Ausbildungen, systemischen Seminaren und in Selbsterfahrungsstunden kommt das **SystemDimensionsBrett®** zum Einsatz.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.systemdimensionsbrett.at](http://www.systemdimensionsbrett.at)



## Fotoübersicht

© Institut für ganzheitliches Erleben (IFGE)

Für Fotos in Druckauflösung schicken Sie bitte ein Mail an: [silvia.podlisca@ifge.at](mailto:silvia.podlisca@ifge.at)

Silvia Podlisca

Das IFGE



## Kinesiologie



## Klangschalen



## Lebens- und Sozialberatung



## Aufstellungsarbeit

## Firmenbetreuung

