

Informationsbroschüre zur

# Coachingausbildung

**Lösungsfokussierte Gesprächsführung &  
Systemische Strukturaufstellungen SySt® für die  
Einzelarbeit**

2025/2026



Rita Wawrzinek | Christina Ohnrich

Taborstr. 17  
10997 Berlin

[www.fiberlin.de](http://www.fiberlin.de)

## Allgemein

Das Konzept der Coachingausbildung vereint die Essenz der wirksamsten Instrumente meiner mehr als 20jährigen freiberuflichen Praxis in der Begleitung von Menschen in Krisen-, Wachstums- und Konfliktsituationen. Durch meine eigene Qualifikationsreise, die mich und mein Leben fortlaufend bereichert, fügen sich die unterschiedlichen Ansätze zu einem kurativ wirkenden ganzheitlichen Coachingansatz, der sowohl im beruflichen und privaten Feld Anwendung findet.

Das in mehreren Jahren erprobte und fortlaufend optimierte Konzept der Coachingausbildung ermöglicht durch einen hohen Anteil Selbsterfahrung einen beeindruckenden Wissenszuwachs, der sich nahtlos in das berufliche Wirken einfügen lässt.

## Schwerpunkte der Ausbildung

### Lösungsfokussierte Gesprächsführung

Die Basis der Coachingausbildung bildet der lösungsfokussierte Ansatz der Schule von Milwaukee (SFT – Solution focused therapy, SFC – Solution focused coaching), der von Insoo Kim Berg und Steve de Shazer konzipiert wurde. Von Milton H. Erickson inspiriert, widmet sich der lösungsfokussierte Ansatz ganz der Loslösung von Problemen und vollzieht damit einen beeindruckenden Paradigmenwechsel: Weg von der Analyse von Problemen hin zur Entdeckung, Entwicklung und Konstruktion von Lösungsräumen!

Ganz im Gegensatz zu der Überzeugung „*Ich muss den Konflikt/das Problem nur richtig gut verstehen, um eine Lösung zu finden*“ wird im lö-

sungsfokussierten Vorgehen die Aufmerksamkeit auf bereits vorhandene Lösungen aus der Vergangenheit und Gegenwart und auf das Konstruieren von Lösungen in der Zukunft gerichtet.

Dieser ressourcenaktivierende, stärkende und selbstermächtigende Ansatz findet sowohl in Organisationen und bei Führungskräften als auch in privaten und familiären Kontexten zunehmend an Bedeutung und bietet eine Fülle von Methoden für den Einsatz in Beratung, Therapie, Coaching und Mediation.

Aufbauend auf dem strukturierten lösungsfokussierten Gespräch widmet sich die Ausbildung diverser Methoden zur Einbeziehung der gesamtkörperlichen Intelligenz in die Lösungsprozesse. Da ca. 80% der Informationen, die unser Gehirn auswertet, vom Körper zum Gehirn gehen (bottom up), ist die Einbeziehung des Körpers bzw. somatischer Aspekte in Beratungsprozesse äußerst erfolgversprechend!

### **Systemische Strukturaufstellungen SySt®**

Die Systemische Strukturaufstellungen nach SySt®, bieten eine Fülle von Methoden, die im Einzelgespräch den Erkenntnisgewinn erhöhen. Durch das „Aufstellen“ von Aspekten (Menschen, abstrakte Begriffe, Werte, Ziele...), die in der Einzelarbeit durch Platzhalter repräsentiert werden, werden neue Erkenntnisse, Erfahrungen und Entwicklungen ermöglicht. Die Ziele der Arbeit liegen darin, berufliche oder private Themen auf neue Weise ganzkörperlich zu erleben und mit der Veränderung des Aufstellungsbildes neue Lösungsräume zu entdecken und dadurch mehr Freiheit, Gestaltungs- und Handlungsspielraum zu gewinnen.

### **Generative Trance**

Die Arbeit von Stephen Gilligan reiht sich organisch in den selbststärkenden, den Möglichkeits- und Handlungsspielraum erweiternden Ansatz der Coachingausbildung ein. Im Mittelpunkt steht die Entwicklung des COACH-State, der durch einen zentrierten, offenen, bewussten - achtsamen, verbundenen und haltenden Zustand gekennzeichnet ist. In diesem kreativen Flow-Zustand eröffnen sich den Klient:innen bzw. uns neue Lösungsräume, die über einen rein kognitiven Zugang schwer zugänglich sind.

### **Hypnosystemische Modell**

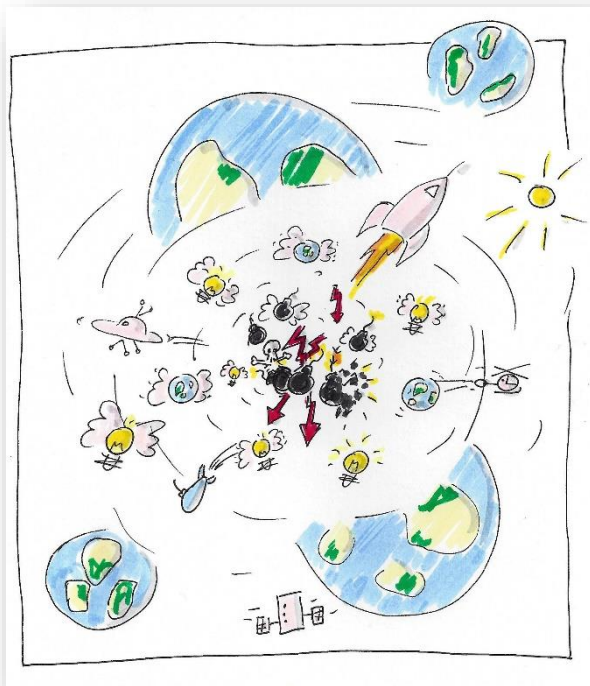
Gunther Schmidts Hypnosystemischer Ansatz ermöglicht einen spielerischen Zugang zu inneren Anteilen (Ich-Zustände, Ego-States), die belastete Themen begleiten. Durch die neugierige Erkundung der widerstrebenden, schwächenden & stärkenden Ich-Zustände, wird die Integration und Befriedung aller beteiligten Aspekte eingeladen und in einer dynamischen Problem-Lösungsgymnastik nachhaltig gefestigt.

### **Selbstfürsorge & Stabilisierung**

Neben der lösungsfokussierten Gesprächsführung und diversen Instrumenten zur Einbeziehung der Körperwahrnehmung in die Coachingprozesse, steht die Befähigung zur Selbstregulation im Vordergrund der Ausbildung. Die Regulation des Nervensystems ist eine Grundvoraussetzung zur Begleitung von Menschen in Krisensituationen und eröffnet den Raum, um Veränderungsprozesse beim Coachee einzuladen.

## Erkenntnisse der modernen Neurophysiologie und Traumaarbeit

Um die Wirkung der lösungsfokussierten Gesprächsführung und der weiteren vermittelten Coachinginstrumente zu begreifen, werden aktuelle Erkenntnisse der neurophysiologischen Forschung vorgestellt. Je mehr Coach und Coachee die Mechanismen z.B. von Stresserleben physiologisch und neurophysiologisch verstehen, desto leichter gelingt es, eine verstehende und zuversichtliche Haltung zu gewinnen und bestenfalls mit mehr Humor die eigenen „Besonderheiten“ zu betrachten.



## 2. Die Ausbildung im Überblick

- **200 Stunden** Ausbildungszeit in acht Präsenz-Seminarmodulen im Zeitraum zwischen April 2025 – März 2026
  - inkl. 10 Stunden Supervision im Rahmen der Präsenzblöcke
  - inkl. 20 Stunden Intervision – selbstorganisiert
  - Sieben Module jeweils Donnerstag-Samstag
  - Ein Intensivmodul von Mittwoch-Sonntag im Gästehaus Reichenow inkl. Vollverpflegung
- Feste Ausbildungsgruppe bis 12 Teilnehmer\*innen
- Bildungszeit nach dem Berliner Bildungszeitgesetz (BiZeitG)

## 3. Zielgruppe und Zulassungsvoraussetzungen

Die praxis- und erfahrungsorientierte, berufsbegleitende Coachinausbildung richtet sich an alle, die intensiv in die systemisch-lösungsfokussierte Welt eintauchen und ihr Repertoire rund um die hilfreich-stärkende Begleitung von Menschen ausbauen möchten.

Dabei steht die Ausbildung Interessent\*innen verschiedenster fachlicher Orientierungen und Ursprungsberufen offen und lädt Diversität und Vielfalt der Teilnehmer\*innen (Alter, Ausbildung, Berufe, Herkunft, Lebensformen...) ein. Führungs- und Leitungskräfte, Ärzt\*innen, Projektleitungen, Berater\*innen aus dem sozialen Bereich, Coaches, Therapeut\*innen, Pädagog\*innen, Mediator\*innen und Neugierige bereicherten die vergangenen Ausbildungsjahre!

Kenntnisse über Grundlagen gelingender Kommunikation sind

wünschenswert. (Literaturhinweise <https://fiberlin.de/links/>)

Darüber hinaus erwarten wir die Bereitschaft und Fähigkeit zur Selbstreflexion sowie die Annahme und das Geben von ressourcenorientiertem Feedback.

Eine formale Voraussetzung für die Teilnahme an der Coachinausbildung ist ein telefonisches bzw. persönliches Vorgespräch und/oder die Teilnahme an einem der Infoabende in Berlin.

Die Teilnahme an einem der monatlich stattfindenden Offenen Aufstellungsabende bietet darüber hinaus eine gute Gelegenheit, die Ausbildungsleitung(en) in der Praxis zu erleben und dadurch einen Eindruck von den Methoden, den Menschen und dem Ort zu gewinnen.

#### 4. Ausbildungsziele

Das Ziel der Coachinausbildung liegt in der Integration systemisch-lösungsfokussierten Denkens und Handelns in die eigene (berufliche) Lebenswelt. Dabei ermöglicht die Kompetenzerweiterung rund um die lösungsfokussierte Gesprächsführung den Ausbau von mehr Sicherheit in herausfordernden (Gesprächs-) Situation und mehr Entspannung & Gelassenheit im Umgang mit den täglichen Herausforderungen des Lebens.

Die Erweiterung des methodischen Instrumentariums jenseits der Sprache eröffnet zudem ein weites Spektrum an hilfreichen Methoden in der Begleitung von Lösungsprozessen. Die ressourcenorientierte Begleitung von Mitarbeiter\*innen und Klient\*innen jeden Alters in Krisensituationen, dient zudem der Gesundheitsförderung, sowohl auf der mentalen, als auch auf der körperlichen Ebene.

Die praxisbetonte Struktur der Coachinausbildung bietet darüber hinaus die Möglichkeit zur persönlichen Klärung und Wachstum, da die verschiedenen Instrumente sowohl aus der Perspektive des Coaches, als auch aus der Perspektive der Klient\*in erfahren werden.

#### Die Coachinausbildung befähigt Sie

- Lösungsfokussierte Methoden in Ihre Gespräche zu integrieren
- Das systemischere Denken zur Entdeckung neuer Möglichkeitsräume zu trainieren
- Diversität in Ihre Beratungsarbeit zu integrieren und Ihren Methodenkoffer zu erweitern
- Menschen zu begleiten, die eigenen Lösungen zu entdecken und eigenverantwortlich zu verfolgen
- Körperwahrnehmung, Unwillkürliches und „Nicht-Benennbares“ in die Arbeit einzubeziehen
- Hilfreiche Methoden aus der Systemischen Aufstellungsarbeit für Einzelgespräche oder Mediationen zu nutzen
- Mehr Entspannung und Gelassenheit in der eigenen Arbeit zu erfahren
- Das eigene Leben und die Arbeit durch die lösungsfokussiertere Haltung zu bereichern

## 5. Abschluss

Der Abschluss der Ausbildung wird mit einem Zertifikat des Fokus Institut – Rita Wawrzinek bescheinigt.

Die Coachingausbildung ist als Fortbildung anrechenbar im Sinne der Rechtsverordnung Mediation (ZMediatAusbV)

## 6. Inhalte und Themen

- Einführung in die Grundprinzipien lösungsfokussierter Gesprächsführung nach der Schule von Milwaukee
- Lösungsfokussiertes Handwerkzeug zur Prozessgestaltung
- Das Brügger Modell der Lösungsfokussierung
- Lösungsfokussierte Arbeit im Kontext Konfliktcoaching, Mediation sowie mit Gruppen und Teams
- Einführung in die Arbeit mit Systemischen Strukturaufstellungen SySt®
- Syst-Miniaturen: Die Essenz der Systemischen Strukturaufstellungen für den Einsatz im Einzelsetting
- Hypnosystemische Modell für Coaching und Organisationsberatung nach Gunther Schmidt
- Self-Relation Therapy von Stephen Gilligan
- Stärkende Methoden aus der Schatzkiste der hypnotherapeutisch-lösungsfokussierten Arbeit von Yvonne Dolan und

Hélène Delucci

- Varianten zur Ich-Stärkung/Abgrenzung  
– Ich & Selbst & Grenze in der Einzelarbeit und im Kontext Paarberatung (Holm von Egidy)
- Methoden zur Selbstregulation und Selbststärkung
- Neurophysiologische Grundlagen

## 7. Methoden & Arbeitsformen

### Seminarzeiten in Präsenz

- Kurzvorträge
- Einzel- und Gruppenarbeit
- Demonstrationen & Praxisarbeit
- Diskussion
- Prozessarbeit
- Kreative Methoden
- Entspannungstechniken
- Supervision erster Praxisfälle
- Umfangreiches Handout sowie Fotoprotokoll der Flipcharts und Arbeitsergebnisse

### Begleitung und Verfestigung des Lernprozesses

- Reflexion des Seminarblocks in Kleingruppen (Triaden)
- Selbststudium nach Aufgabenstellung
- Intervisionsgruppentreffen zwischen den Ausbildungsblöcken nach Aufgabenstellung

Lehr- und Lernverständnis basieren auf Ganzheitlichkeit, prozessorientiertem Vorgehen, teilnehmer\*innenzentriertem Arbeiten und Praxisorientierung.

Eine lerngerechte Methodenvielfalt zeichnet seit Jahren die Ausbildung aus, in der auch Humor und Leichtigkeit ihren Platz haben!

## 10. Ausbildung in Berlin und Reichenow

Neben dem erprobten Ausbildungskonzept sprechen zusätzlich folgende Aspekte für die Coachinausbildung „Lösungsfokussierte Gesprächsführung und Systemische Strukturaufstellungen“ in Berlin:

- Familien- und freizeitfreundliche Planung der Ausbildungszeiten inkl. freier Sonntage (Life-Balance)
- Anerkennung zum Antrag auf Bildungszeit liegt vor
- Beschränkung der Teilnehmer\*innenzahl auf eine Gruppengröße von bis zu 12 Teilnehmer\*innen
- Ausgewogener Rhythmus von Präsenzzeiten und Intervisionsgruppentreffen ermöglichen dem Lernprozess ausreichend Zeit zur Reifung
- Behagliche Räumlichkeiten in der Taborstrasse in Kreuzberg
- Highlight: Intensiv-Ausbildungstage im liebevoll ausgestatteten Gästehaus der ehemaligen LPG in Reichenow inkl. delikater Verpflegung im Restaurant "Delicato"

## 11. Fachliche Leitung



**Rita Wawrzinek**, Dipl. Pädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Mediatorin und Ausbilderin BM<sup>®</sup>, Systemische Beraterin für Systemische Strukturaufstellungen SySt<sup>®</sup>, Somatic Experiencing (SE<sup>®</sup>) Anwenderin, PEP<sup>®</sup>-Praktikerin....

Seit 2001 gestalte ich in freier Praxis leidenschaftlich Lern- und Wachstumsprozesse mit Einzelnen und in Ausbildungsgruppen. Angeregt durch meine eigene Fortbildungsleidenschaft kristallisierten sich über die Jahre neue Schwerpunkte meiner Arbeit heraus, die sich in der Coachingausbildung "Lösungsfokussierte Gesprächsführung und Systemische Strukturaufstellungen" wiederfinden. Durch die intensive lösungsfokussiert-prozesshafte Coachingarbeit fanden zudem zunehmend Instrumente der Trauma-Arbeit ihren Weg in meine Praxis, die ich auch weiterhin ausbaue. So biete ich auf dem Boden lösungsfokussierter Psychotraumatologie, PEP<sup>®</sup>-Sitzungen sowie Traumatherapie an.

**Christina Ohnrich:** Heilpraktikerin, Mediatorin, Systemische Therapeutin für Systemische Strukturaufstellungen, EMDR-Therapeutin begleitet seit vielen Jahren die Ausbildungsgruppen und steht den Teilnehmenden mit Rat und Tat zur Seite!



## 12. Termine & Kosten

### Informationsabende in Berlin

Erstes Kennenlernen der Ausbilderin Rita Wawrzinek, Informationen über Ausbildungsinhalte, Organisatorisches und Raum für alle offenen Fragen!

Termine: 03. Juli, 25. September, 12. November, 2024, 12. Februar, 06. März 2025 jeweils 18.30 – 20.00 Uhr im Fokus Institut – Rita Wawrzinek.

### Ausbildungszeiten

- Modul 1: 03. – 05. April 2025
- Modul 2: 08. – 10. Mai 2025
- Modul 3: 18. – 22. Juni 2025
- Modul 4: 17. – 19. Juli 2025
- Modul 5: 11. – 13. September 2025
- Modul 6: 16. – 18. Oktober 2025
- Modul 7: 04. – 06. Dezember 2025
- Modul 8: 22. – 24. Januar 2026

## Gesamtkosten der Ausbildung

3.400,-€ inkl.

- Umfangreiches Handout
- Seminarverpflegung in Berlin: Tee, Kaffee, Wasser, Knabberien, Obst
- Übernachtung mit Frühstück, Mittag- und Abendessen während der Intensivwoche im Gut Reichenow

**400,-€ Frühbuchungsrabatt bei Anmeldung bis zum 01.12.2024**

Ratenzahlungen im Vertrag wählbar

Die Coachingausbildung ist nach §4 Nr. 21 Buchstabe a, Doppelbuchstabe bb von der Umsatzsteuer befreit.

## 13. Seminarzeiten

Wochenendblöcke:

Donnerstag 16.00 – 20.00 Uhr  
Freitag 10.00 – 19.00 Uhr  
Samstag 10.00 – 18.00 Uhr

Intensivwoche:

Mittwoch 15.00 – 19.00 Uhr  
Donnerstag 09.30 – 13.00 Uhr & 15.30 – 19.00 Uhr\*  
Freitag 09.30 – 13.00 Uhr & 15.30 – 19.00 Uhr\*  
Samstag 09.30 – 13.00 Uhr & 15.30 – 19.00 Uhr\*  
Sonntag 09.30 – 13.00 Uhr

\*1,0h Selbststudium (Mittagszeit & Tagesauswertung)

## 16. Ausbildungsorte

Wochenenden Do-Sa



Rita Wawrzinek | Christina Ohnrich

Tabostr. 17 | 10997 Berlin

0179 473 96 56

[post@fiberlin.de](mailto:post@fiberlin.de) | [www.fiberlin.de](http://www.fiberlin.de)

## Intensivwoche

Gutshof Reichenow  
Neue Dorfstrasse 7  
15345 Reichenow-Möglin

<http://www.alles-gut-reichenow.de/Web-Site/gut-reichenow.html>