



Für die Menschen. Mit den Menschen.

Adler-Pollak-Institut

Ausbildungsinstitut für Individualpsychologie



Informationsbroschüre

Adler-Pollak-Institut

Leitung: Peter Pollak

Rheinstraße 24

55283 Nierstein

Tel. 49 (0) 6133 - 38 59 760

Fax 49 (0) 6133 - 3859 761

Mail info@adler-pollak-institut.de

Web www.adler-pollak-institut.de

Nierstein, Juli 2012



Vorwort

„Da hat sich was getan bei dem Menschen.“

Sätze wie diese hören Individualpsychologische Berater und Beraterinnen immer wieder nach ihrer Ausbildung am Adler-Pollak-Institut (API). Familie und Freunde nehmen deutlich wahr, dass sich jemand verändert hat, verändert zum Positiven.

Jochen zum Beispiel ist geduldiger geworden, hört besser zu, ist aufmerksamer. Und irgendwie wirkt sich das auch auf andere aus. Eigentlich hat er neben seinem Beruf „nur“ eine Berufsausbildung gemacht. Normalerweise wird man dann unleidlicher, weil man mehr Stress hat. Nicht so Jochen. Was ist passiert?

Die Antwort ist einfach. Jochen lebt jetzt die Individualpsychologie in seinem Alltag. Die Ausbildung hat ihm mehr als Fachwissen gebracht, er hat auch sich selbst besser kennen gelernt, Ressourcen entdeckt und mehr Selbstvertrauen entwickelt. Nun kann er z.B. in Situationen gelassen bleiben, in denen er sich früher angegriffen gefühlt und mit Ungeduld und Abwehr reagiert hätte.

Genau dies ist es, was die Individualpsychologie vermag: Das Potential und die Ressourcen, die jeder Mensch hat, entwickeln zu helfen. Die Menschen ermutigen, ihr Potential zu leben.

Mit der Gründung des Adler-Schoenaker-Instituts im Jahr 2000 habe ich mir dies zur Aufgabe gemacht. Menschen auszubilden für die Berater-tätigkeit im Sinne der Individualpsychologie. Dazu brauchen sie natürlich Wissen, genauso wichtig aber ist ihre eigene Persönlichkeitsentwicklung. Ziel ist, die Individualpsychologie zu leben, im eigenen Leben und in der Beratung von Menschen, die Hilfe und Unterstützung suchen.

Mitte 2012 wurde das Institut in Adler-Pollak-Institut umbenannt.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Entdecken der Besonderheiten des Adler-Pollak-Instituts!

Herzlichst, Ihr Peter Pollak

Vorwort	1
Individualpsychologie	
Einblicke - Eindrücke - Besonderheiten	3
Zentrale Begriffe	3
Ganzheitlichkeit - Zielgerichtetheit - Gleichwertigkeit	
Gemeinschaft - Ermutigung - Lebensstil	
Gründer und Wegbereiter. Menschen, die Ideen leben.	6
Aus- und Weiterbildung am Adler-Pollak-Institut (API)	
Individualpsychologischer Berater /	
Individualpsychologische Beraterin (= IP-Berater/-in)	8
Lebensstilanalyse	10
IP-Suchtberater / IP-Suchtberaterin	10
IP-Erziehungsberater / IP-Erziehungsberaterin	11
IP-Gestaltberater / IP-Gestaltberaterin	12
Fortbildungen	13
Supervision	13
Methoden	
Grenzen verwischen. Theorie und Praxis.	14
Ermutigendes Lernen	15
Lernen in der Gemeinschaft	16
Offene Werkstatt	16
Menschen im Adler-Pollak-Institut	
IP-Berater-Ausbildung aus Sicht der StudentInnen	18
Im Gespräch mit Peter Pollak	23
Lehrende	29
Impressum	33



Individualpsychologie

Einblicke - Eindrücke - Besonderheiten

Was ist Individualpsychologie?

Alfred Adler (1870-1937), Begründer der Individualpsychologie, hat dieser Psychologie sein Leben gewidmet. In täglicher Praxis als Arzt und in Auseinandersetzung mit den damals gängigen psychologischen Theorien entwickelte Adler einen neuen theoretischen Ansatz für das menschliche Handeln und Verhalten und gab neue Antworten auf grundlegende psychologische Fragen wie:

Was ist der Hauptantrieb für menschliches Handeln?

Wie verhalten sich Menschen in bestimmten Situationen?

Unter welchen Bedingungen können sie sich gut entwickeln?

Unter welchen Bedingungen entwickeln sie sich weniger gut?

Wie kann man sie in ihrer Entwicklung fördern?

Fragen, auf die eine kurze Antwort nicht möglich ist. Möglich aber ist, Einblicke zu geben und Eindrücke zu vermitteln. Auch dem Laien zu zeigen: **Die Individualpsychologie ist eine ganz besondere Psychologie. Stark, positiv, lebensbejahend.**

Es sind einige **zentrale Begriffe**, die uns solche Einblicke gewähren, die das Menschenbild der Individualpsychologie zum Ausdruck bringen.

Ganzheitlichkeit - Zielgerichtetheit - Gleichwertigkeit

Gemeinschaft - Ermutigung - Lebensstil

Ganzheitlichkeit

Der Mensch ist unteilbar. Die Individualpsychologie wendet sich gegen eine Sichtweise des Menschen, in der einzelne Teilbereiche wie Gefühl, Intelligenz, Bewusstes oder Unbewusstes isoliert betrachtet werden. Diese Auffassung gab der Individualpsychologie ihren Namen, abgeleitet vom lateinischen *individuum*, das Unteilbare.



Individualpsychologie

Zielgerichtetheit

Jeder Mensch hat die Fähigkeit, sich Ziele zu setzen, die er individuell wählen kann. Wir können das Verhalten eines Menschen nur dann verstehen, wenn wir seine Ziele kennen und verstehen. Die Ursachen und Gründe für sein Verhalten sind sehr viel weniger wichtig.

Nach dieser Auffassung hat jeder Mensch individuelle Fähigkeiten, sein Leben positiv zu gestalten. Er ist nicht Opfer irgendwelcher Umstände, sondern Gestalter seines Lebens.

Gleichwertigkeit

Susanne ist Ärztin, Petra ist Verkäuferin. Wie auch immer ihre Lebenssituation und ihr Lebensstil aussehen mögen, als Menschen sind beide vollkommen gleichwertig.

Die Gleichwertigkeit ist eines der Grundprinzipien der Individualpsychologie. Jeder Mensch hat den gleichen Wert. Einfach nur, weil er ein Mensch ist. Ganz egal, welche Aufgaben er hat und wie er diese erfüllt.

Gemeinschaft

Lena ist 6 Monate alt. In ihrem Lächeln liegt grenzenloses Vertrauen in die Menschen, die sich um sie kümmern. Vom ersten Lebenstag an vertraut sie auf die Gemeinschaft. Dieses Vertrauen wird sich unter günstigen Umständen weiter entwickeln zu einem Gefühl der Zusammengehörigkeit. Sie wird in dem Maße ein gesundes Selbstwertgefühl entwickeln können, in dem sie erlebt, dass auch sie selbst zum Wohle der Gemeinschaft beitragen kann.

Das Gemeinschaftsgefühl ist eine starke positive Kraft, Kennzeichen von Adlers optimistischem Menschenbild.

Ermutung

Sich selbst entdecken, sich entwickeln, in Kontakt sein mit anderen. Lebendig sein. Welche Bedingungen sind es, unter denen sich ein Mensch positiv entwickeln kann?

Jeder kennt das von sich selbst: Wenn andere Menschen uns unterstützen und ermutigen, spüren wir Selbstvertrauen und wir engagieren uns gerne, wagen auch einmal das Neue und können so weiter wachsen.



Mit Begriffen begreifen

Stoßen wir dagegen ständig auf Ablehnung, fühlen wir uns entmutigt und trauen uns immer weniger zu.

Die Individualpsychologie konnte zeigen, dass die Ermutigung eines der wichtigsten und wirkungsvollsten Mittel ist, um Menschen in ihrer Entwicklung und in ihrem Selbstvertrauen zu fördern.

➔ **Ermutigung ist mehr als ein Zauberwort.**

Lebensstil

„So bin ich eben. Mit Konflikten kann ich einfach nicht umgehen.“

In solch einer Äußerung kommt der Lebensstil eines Menschen zum Ausdruck. Man glaubt, sich nicht anders verhalten zu können, als man es in einer jeweiligen Situation tut. Situationen, die den Lebensstil bedrohen, deutet man um, so dass sie letztlich wieder passen. Wie immer ein Mensch sich verhält, es ist adäquat zu seinem Lebensstil.

Aufgrund der Erfahrungen der ersten Lebensjahre entwickelt jeder Mensch ein Modell, wie er sich selbst, andere Menschen und das Leben ganz allgemein sieht.

Dieses Modell nennt Adler den Lebensstil, der meist unbewusst als Verhaltensmodell für das ganze weitere Leben gilt.



Gründer und Wegbereiter

Menschen, die Ideen leben.

Dr. Alfred Adler
(1870-1937)

Alfred Adler, Arzt und Psychotherapeut, war überzeugt von der Gleichwertigkeit aller Menschen. Diese Auffassung trennte ihn u.a. von Sigmund Freud, mit dem ihn zunächst 10 Jahre lang ein enges Arbeitsverhältnis verband. Auch Freuds Sicht des Menschen als triebgesteuertes Wesen teilte Adler nicht. Nach seiner Überzeugung wird menschliches Verhalten von sozialen Bedürfnissen gesteuert.

Ganzheitlichkeit, Zielgerichtetheit und soziale Gleichwertigkeit sind Grundprinzipien der Individualpsychologie. Beispiel: **Nur wenn man die Ziele eines Menschen versteht, versteht man sein Verhalten.** Ziele aber kann man selbst wählen. Jeder Mensch ist selbstbestimmt, nicht Produkt von Vererbung oder Gesellschaft.

Adler lebte, was er lehrte. Dies kam selbst in scheinbaren Kleinigkeiten zum Ausdruck, wenn er sich z.B. bei Kindertherapien auf einen Hocker setzte, um mit seinen kleinen Klienten in Augenhöhe zu sein.

Dr. Rudolf Dreikurs
(1897-1972)

Rudolf Dreikurs, ebenfalls Arzt und Psychotherapeut, sah seine Lebensaufgabe in der Verbreitung und Weiterentwicklung von Adlers Arbeiten. Dies tat er mit großem Erfolg, denn er besaß die Gabe, Kompliziertes mit einfachen Worten zu sagen. Die Menschen, ob Fachleute oder Laien, verstanden ihn, und **er verstand die Menschen, verstand, dass sie Ermutigung brauchen „wie eine Pflanze das Wasser“ - und dass sie auch einmal unvollkommen sein dürfen.**

1937 ging Dreikurs in die USA. Er gründete Alfred-Adler-Institute in Chicago und Tel Aviv, sowie die Vereinigung von Kinder- und Elternberatungsstellen in Chicago.

Mit seinen Arbeiten über Entstehung und Lösung von Konflikten zwischen Eltern und Kindern, ebenso wie zwischen (Ehe-)Paaren führte er die Individualpsychologie zu internationaler Anerkennung. Bis in die Gegenwart übt er mit seinen Werken großen Einfluss auf die Pädagogik aus.



Menschen, die Ideen leben

Erik Blumenthal
(1914-2004)

„Der Mensch kann sich entscheiden, ob er das Gute oder das Schlechte sehen will. Die Dinge haben an sich keine Bedeutung, sondern es ist der Mensch, der sie ihnen gibt.“

Dieses Zitat von Erik Blumenthal lebte er selbst in überzeugender Weise. Als Sohn eines jüdischen Arztes durfte er bei den Nazis zwar das Abitur machen, nicht aber studieren. Dennoch ließ er sich nicht entmutigen, sondern lernte einen kaufmännischen Beruf, ging vorübergehend nach England und begann mit 38 Jahren, bereits Vater von 3 Kindern, schließlich doch noch das ersehnte Psychologiestudium. Später lernte er Rudolf Dreikurs kennen, mit dem er lange Jahre zusammenarbeitete und mit dem ihn eine tiefe Freundschaft verband.

Mit internationalen Vorträgen und zahlreichen Veröffentlichungen hat Erik Blumenthal wesentlich zur Verbreitung der Individualpsychologie beigetragen.

Antonia Schoenaker
(1930 - 1994)

Theo und Antonia Schoenaker, beide Logopäden und IP-Berater, gründeten das Rudolf-Dreikurs-Institut (später Adler-Dreikurs-Institut), um die Individualpsychologie möglichst vielen Menschen zugänglich zu machen.

Theo Schoenaker
(*1932)

Sie konzipierten die **individualpsychologische Sozialtherapie**, **Basis des erfolgreichen Encouraging-Trainings**. Dieses Training basiert auf dem Prinzip der Ermutigung und hilft Menschen, Selbstvertrauen zu gewinnen. Ermutigung ist Basis, Ziel und Methode des Encouraging-Trainings.

Antonia Schoenaker war mit ihrem außergewöhnlichen Gespür für Menschen eine begnadete Therapeutin. Als ehemalige Opernsängerin integrierte sie nonverbale Zugänge wie Bewegung, Stimme und Musik als Mittel, Zugang zu sich selbst zu finden.

Theo Schoenaker trägt als Autor vieler Lebenshilfe- und Sachbücher entscheidend zur Verbreitung der Individualpsychologie und der Ermutigungs-idee bei.

Aus- und Weiterbildung am Adler-Pollak-Institut

Ausbildung

Das Adler-Schoenaker-Institut, seit Mitte 2012 Adler-Pollak-Institut wurde im Jahr 2000 gegründet mit dem Ziel, die [Ausbildung zum Individualpsychologischen Berater/zur Individualpsychologischen Beraterin \(= IP-Berater/-in\)](#) in der Nachfolge des Adler-Dreikurs-Instituts fortzusetzen.

Weiterbildung

Seit der Gründung kamen neue Schwerpunkte hinzu mit Weiterbildungsangeboten in den Bereichen

- Lebensstil-Analyse
- IP-Suchtberater/-in
- IP-Erziehungsberater/-in
- IP-Gestaltberater/-in
- Supervision für Individualpsychologische Berater/-innen
- Ehe- und Partnerschaftsberater/in
- IP-Coach
- IP-Seniorenberater
- Fortbildungen zu individualpsychologischen Themen (für Fachleute und für Laien).

IP-Berater / IP-Beraterin

IP-Berater/-in, mehr als ein Beruf.

Viele Menschen sehnen sich nach einer beruflichen Tätigkeit, bei der sie in Kontakt sind mit anderen und sich selbst weiterentwickeln können. Andere arbeiten bereits in einem Beruf, in dem sie viel mit Menschen zu tun haben, z.B. als Pädagogen, Sozialarbeiter oder Erzieher. Sie möchten effektivere Methoden kennen lernen, mit Menschen umzugehen, damit sie ihren Beruf mit mehr Erfolg und Freude ausüben können. Gemeinsam ist beiden Gruppen, dass sie [dem eigenen Leben und dem Leben anderer mehr Sinn und Inhalt geben](#) möchten.



Ausbildung

Ausbildungsinhalte

Theorie und Praxis der Individualpsychologie, Pädagogik, Psychopathologie, Diagnostik und die Unterschiede zu anderen Psychologien sind inhaltliche Themenschwerpunkte. Beratungsmethoden und –techniken bilden einen weiteren Schwerpunkt. Diese werden intensiv trainiert in verschiedenen Konstellationen - in der Groß- oder Kleingruppe, mit Einzelpersonen, Paaren, Familien und Gruppen.

Insbesondere aber geht es um jeden einzelnen Studenten, um jede einzelne Studentin. Die Analyse des eigenen Lebensstils ist wichtiger Teil der Ausbildung, denn Ausbildungsziel ist auch, selbst die Haltungen zu leben, die die Studenten später ändern vermitteln werden.

Beraterpraxis

IP-BeraterInnen helfen Menschen bei der Lösung von Problemen in allen privaten und beruflichen Lebensbereichen. Dabei versteht sich die **IP-Beratung als Hilfe zur Selbsthilfe**, nicht als Therapie bei seelischen Erkrankungen. Die IP-Beratung ist immer wieder ein sehr persönlicher Kontakt, der viel bewirken kann. Hier begegnen sich Menschen mit ihrem ganzen Sein. Daher kann eine fundierte Ausbildung nicht hoch genug eingeschätzt werden.

IP-Berater arbeiten in Beratungsstellen oder in freiberuflicher Praxis. In anderen Berufen verbessert die Ausbildung z.B. die Mitarbeiterführung, die Kunden- oder Klientenberatung, die Klassenleitung oder ganz allgemein die Beratungskompetenz.

Organisation

Das Studium dauert 3 Jahre mit insgesamt 6 Semestern. Pro Semester gibt es einen Wochenblock von 5 Tagen und 5 Wochenenden, so dass man die Ausbildung gut neben dem Beruf absolvieren kann. Nach Abschluss der 6 Semester und der bestandenen Diplomprüfung erhalten die Absolventen ein Diplom als IP-Beraterin bzw. als IP-Berater (API).

Termine

Siehe Internet www.adler-pollak-institut.de oder auf Anfrage. Unterlagen über die Ausbildung zum IP-Berater / zur IP-Beraterin können Sie direkt beim Adler-Pollak-Institut anfordern.



Aus- und Weiterbildung

Lebensstil-Analyse

Welche Meinungen und Gedanken habe ich über mich selbst, über andere Menschen, die Welt und das Leben? Woher kommen diese Einstellungen? Wie stelle ich mir mein weiteres Leben vor? Wie wünsche ich mir die Beziehung zu anderen Menschen? Welche Ziele habe ich?

Wie ein roter Faden

Jeder Mensch entwickelt in den ersten 6 bis 8 Lebensjahren ein Bild von sich selbst mit Konzepten für sein Verhalten. Solch ein Konzept könnte sein: Ich werde nur geliebt, wenn ich sehr fleißig bin. Mit diesem Konzept wird ein Mensch sein Leben unbewusst so gestalten, dass es sich immer wieder bestätigt. Wie ein roter Faden, der sich durch sein Leben zieht. Die Lebensstilanalyse führt zu diesem roten Faden. Indem man ihn erkennt, kann man bewusst entscheiden, auch einmal das Nicht-perfekt-Sein zu wagen und zu schauen, was passiert.

Ausbildungsziel

Die Ausbildung zur Lebensstilanalyse befähigt IP-BeraterInnen, Menschen bei der Suche nach dem roten Faden ihres Lebens zu begleiten. Sie leiten die Menschen an, Situationen neu zu sehen und sich neu und frei zu entscheiden.

Termine

Siehe Internet www.adler-pollak-institut.de oder auf Anfrage.

IP-Suchtberater / IP-Suchtberaterin

Für ein Leben in Selbstbestimmtheit

Wenn äußere Strukturen brüchig werden, der Arbeitsplatz nicht mehr sicher ist, die Familie instabil, der Wunsch-Ausbildungsplatz aussichtslos, scheint Alkohol die Situation erträglicher zu machen. Es gibt andere Faktoren, die eine Sucht begünstigen, andere Suchtmittel. Gemeinsam ist ihnen, dass sie die Menschen krank machen und viel Leiden verursachen. Nicht nur bei den Suchterkrankten selbst, sondern auch in ihrer Familie.



Weiterbildung

Die Individualpsychologie kann viel dazu beitragen, die Funktion der Sucht zu erkennen und für die jeweils Betroffenen Verhaltensalternativen zu entwickeln für ein Leben ohne Sucht.

Ausbildungsziel

Die Weiterbildung zum IP-Suchtberater /zur IP-Suchtberaterin vermittelt IP-Beratern ein schöpferisches Repertoire zur präventiven Arbeit und zur Begleitung von suchterkrankten Jugendlichen und Erwachsenen, ebenso wie zur Begleitung der Angehörigen.

Für wen?

Zielgruppe sind IP-Beraterinnen und -Berater, die mit dem Thema Sucht in ihrer Beratungstätigkeit professionell umgehen oder an einer eigenen Suchtproblematik (z.B. Co-Abhängigkeit) arbeiten wollen.

Termine

Siehe Internet www.adler-pollak-institut.de oder auf Anfrage.

IP-Erziehungsberater / IP-Erziehungsberaterin

Wie kann man Kindern Grenzen setzen und sie gleichzeitig ermutigen, selbstbewusst und selbstständig zu sein?

Ermütigung von Kindern

Immer wieder stehen Eltern, Erzieher und Pädagogen vor diesem scheinbaren Paradox. Und wenn sie es wissen: Woher nehmen sie die Kraft und den Mut, dieses Wissen umzusetzen in den Trubeln des Familien- oder Schulalltags?

Ausbildungsinhalte

Diese beiden Fragen kennzeichnen die Eckpunkte der Weiterbildung: Auf der einen Seite „Kinder“, deren Grundbedürfnisse und Verhaltensweisen. Welche Erklärungsmodelle liefern pädagogische Theorien? Auf der anderen Seite „Eltern und Erzieher“. Wie kann man ihre Erziehungs- und Handlungskompetenz verbessern? Wie kann man z.B. Gleichwertigkeit mit Kindern leben? Im Mittelpunkt der Weiterbildung stehen die Lehren der Individualpsychologischen Pädagogik und der Montessoripädagogik.



Aus- und Weiterbildung

Für wen? Die Weiterbildung zum IP-Erziehungsberater / zur IP-Erziehungsberaterin wendet sich an IP-BeraterInnen, die einen Schwerpunkt auf Elternarbeit legen möchten. Sie arbeiten mit Eltern, Erziehern und Pädagogen, vermitteln wichtige Sachinhalte, besprechen typische Konfliktsituationen, zeigen Handlungsperspektiven auf und leiten zu neuen Verhaltensweisen im Erziehungsalltag an.

Termine Siehe Internet www.adler-pollak-institut.de oder auf Anfrage.

IP-Gestaltberater / IP-Gestaltberaterin

Im Zentrum der Individualpsychologischen Gestaltberatung steht die Ganzheitlichkeit des Menschen. Menschen, die in einer gestaltungspsychologischen Beratung Hilfe suchen, finden hier neue und gleichzeitig ganz alte Zugänge zu sich selbst. Alle Erfahrungsebenen von Körper, Geist und Seele werden angesprochen, um die Selbst- und Umweltwahrnehmung zu verbessern. Dieser Prozess wird nicht nur durch beratende einfühlsame Gespräche in Gang gebracht, sondern vor allem auch durch verschiedene kreative Medien wie Bewegung, Musik, Tanz, Körperübungen, Malen, Zeichnen, Schreiben oder Modellieren mit Ton. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Ziel ist die Entwicklung kreativer persönlicher Potentiale, die Suche nach kreativen Veränderungsmöglichkeiten und schließlich die Verbesserung der sozialen und beruflichen Kompetenzen der Ratsuchenden.

Kreativität entdecken

Anforderungen

GestaltberaterInnen brauchen für diese Art der Beratertätigkeit ein hohes Maß an Wahrnehmungsfähigkeit, sowohl bei der Wahrnehmung des Klienten, als auch bei der selbstkritischen Wahrnehmung der eigenen Person. Die Weiterbildung zum IP-Gestalt-Berater/zur IP-Gestaltberaterin beinhaltet eine gründliche Ausbildung in Theorie und Praxis der kreativen gestalterischen Verfahren auf der Basis der Individualpsychologie.

Termine

Siehe Internet www.adler-pollak-institut.de oder auf Anfrage.



Fortbildung und Supervision

Fortbildungen

Wissen macht
Spaß.

Wer einmal der Individualpsychologie begegnet ist, den lässt sie so schnell nicht mehr los. Ob ausgebildeter Berater, Trainer oder interessierter Laie, man möchte mehr wissen zu Fragen wie:

Welche Bedeutung haben aus Sicht der Individualpsychologie Träume, Kindheitserinnerungen, Geschwisterkonstellationen?

Wie gehen Individualpsychologen mit Essstörungen um?

Wie mit chronischen Erkrankungen?

Teilnehmer finden hier nicht nur neue Erkenntnisse, sondern auch neue und bereichernde Kontakte.

Termine

Siehe Internet www.adler-pollak-institut.de oder auf Anfrage.

Supervision

Beratung für
Berater

Hilfe geben und Hilfe annehmen. Andere Menschen beraten und sich beraten lassen. Die beiden Seiten stärken sich gegenseitig. In der Supervision finden IP-Berater und –Beraterinnen einen geschützten Ort, wo sie Probleme und Fragen aus ihrer Beratertätigkeit besprechen und reflektieren können.

Ein zentraler Punkt ist dabei die Selbsterfahrung der BeraterInnen. Im Gespräch mit dem Supervisor schaut man nach den eigenen Anteilen und stärkt wichtige Fähigkeiten wie Empathie, Wertschätzung, Umgang mit Familienkonstellationen o.a., um Ratsuchende besser begleiten zu können – und findet Ideen und Ermutigung für neue Verhaltensweisen.

Ein besseres Selbstverständnis ebenso wie mehr Professionalität sind Ziele der Supervision. Es geht um Einsichten, die Aussichten eröffnen.

Termine

Nach individueller Vereinbarung für Gruppen und Einzelpersonen.



Methoden: Von der Theorie zur Praxis

Grenzen verwischen. Theorie und Praxis.

Lernen und Leben

Wenn Jugendliche und Erwachsene eine negative Haltung gegenüber dem Lernen einnehmen, so liegt dies häufig an negativen Erfahrungen. Sie verbinden mit Lernen das Erleben von Nicht-gut-genug-Sein, Nicht-Verstehen, Sich-Anstrengen und Nicht-wissen-wozu.

Menschen erleben Lernen jedoch positiv, wenn es etwas mit ihrem Leben zu tun hat. Wenn sie erfahren, dass sie schon viel mitbringen, sie sich weiter entwickeln und Ziele erreichen können - und dass ein solches Lernen in der Gemeinschaft richtig Spaß macht.

Lernen am Adler-Pollak-Institut ist praktizierte Individualpsychologie, bei dem die Grenzen zwischen Theorie und Praxis durchlässig werden, bei dem die Prinzipien Ganzheitlichkeit, Zielgerichtetheit und Gleichwertigkeit mit Leben gefüllt sind.

Ganzheitlichkeit

Jede Aus- und Weiterbildung richtet sich an die Studentinnen und Studenten in ihrer Ganzheitlichkeit als denkende, fühlende und handelnde Wesen. Erworbenes Wissen wird unmittelbar umgesetzt, im Unterricht ebenso wie im (Berufs-)Alltag. Theorie und Selbsterfahrung ergänzen einander, unterstützt durch Methoden der Konzentrativen Bewegungstherapie (KBT), denn Selbsterfahrung bezieht auch das Selbst des Körpers mit ein. Gleichzeitig schult die KBT, die Körpersprache anderer Menschen zu verstehen. Eine wichtige Hilfe in Beratungssituationen.

Zielgerichtetheit

Die StudentInnen haben sich ein Ziel gesetzt. Aufgabe und Anliegen des API ist es, sie im Erreichen dieses Zieles auf allen Ebenen zu unterstützen. Zu diesem Ziel trägt die Gemeinschaft in entscheidender Weise bei.



Von der Praxis zur Theorie

Gleichwertigkeit

Im Erreichen des Zieles können wir nur gemeinsam erfolgreich sein. Die Studenten und Studentinnen mit ihrer Lernbereitschaft, wir als Ausbilder und Ausbilderinnen mit unserer Erfahrung. Jeder mit seinen Fähigkeiten und mit seinem Engagement.

Diese Art des Lernens am Adler-Pollak-Institut hat einen Namen: Ermutigendes Lernen.

Ermutigendes Lernen

Ressourcen erkennen

Ermutigendes Lernen bedeutet Lernen in einer Atmosphäre der Ermutigung. Bedeutet nicht Lob für gute Leistungen, sondern Ermutigung auch dann, wenn etwas nicht gelingt. **Bedeutet, die Lernenden zu stärken, ihre Persönlichkeit zu achten, ihre Ressourcen zu erkennen und zu fördern.** Hierfür wurde im API ein 7-stufiges Modell entwickelt, das in Gruppen von maximal 7 Personen durchgeführt wird.

7-Stufen Modell

1. Vermittlung von Lerninhalten durch Vortrag, Übung oder Demonstration
2. Fragen zum Vortrag, der Übung oder der Demonstration
3. Ein etwa 2-minütiges Kurzreferat über das Gelernte
4. Ermutigendes Feedback durch die Gruppe
5. Drei StudentInnen verpflichten sich zu einem Referat
6. Drei StudentInnen arbeiten ein Referat zu dem aktuellen Thema aus, das sie beim nächsten Treffen vortragen.
7. Ermutigendes Feedback durch die TeilnehmerInnen

Bei diesem Konzept üben alle das Vortragen vor einer Gruppe, das aktive Zuhören, ermutigendes Feedback geben und vertiefen gleichzeitig die Lerninhalte. Im API geht Theorie- und Persönlichkeitslernen Hand in Hand.



Methoden. Theorie und Praxis - Praxis und Theorie

Lernen in der Gemeinschaft

Wer etwas Neues beginnt hat viele Fragen, ist immer wieder mal unsicher. Wie gut, wenn man sich dann mit all seinen Fragen und Unsicherheiten an jemanden wenden kann.

ÄltGes und JünGes

Am API begleiten ÄltGes und Tutoren die Studentinnen und Studenten. ÄltGes sind „Ältere Geschwister“ aus einem höheren Semester, die ein JünGes während der ersten beiden Ausbildungsjahre betreuen. Jeder Student und jede Studentin wird auf diese Weise beide Seiten erleben. Erst JünGes sein, später ÄltGes. Begleitet werden und selbst begleiten.

Tutoren

Zusätzlich haben alle Studenten einen Tutor oder eine Tutorin, der/die zum Beispiel die Semesterarbeiten betreut und an die sie sich mit Fragen wenden können. Tutoren haben eine abgeschlossene Ausbildung und bereits Erfahrung in der Ausübung der Individualpsychologischen Beratung.

Offene Werkstatt

Lernen am Beispiel

In der offenen Werkstatt führt ein erfahrener Berater eine individualpsychologische Beratung mit einem Klienten in Anwesenheit einer Gruppe von Studenten durch. Selbstverständlich wurde der Klient zuvor informiert und hat seine Einwilligung gegeben.

Die offene Werkstatt gibt Studenten Gelegenheit, die Atmosphäre der Beratungssituation zu erleben, verschiedene Beratungsmethoden und -techniken zu beobachten und anschließend gemeinsam zu besprechen. Eine wertvolle Erfahrung, die das erworbene Wissen vertieft und dazu beiträgt, das eigene Ziel noch klarer vor Augen zu haben (siehe auch Interview S. 31).





Menschen im API

Menschen im Adler-Pollak-Institut

Menschen im Adler-Pollak-Institut, das sind neben den Lehrenden vor allem die Studentinnen und Studenten, die im Laufe der Jahre hier ihre Beraterausbildung absolviert haben oder sich gerade in der Ausbildung befinden.

IP-Berater-Ausbildung aus Sicht der StudentInnen

*Wie erleben die Studentinnen und Studenten die Ausbildung?
Sehen sie die hohen Ansprüche des Ermutigendes Lernen und der Gleichwertigkeit umgesetzt?*

Fragen an die StudentInnen

Mit 5 Fragen an die StudentInnen wollten wir uns einer Antwort nähern.

1. Was gab den Anstoß für Ihre Entscheidung zur Ausbildung?
2. Wie finden Sie neben Ihrer Arbeit Zeit für die Ausbildung?
3. Was haben Sie vor, wenn Sie mit der Ausbildung fertig sind?
4. Was ist für Sie das Besondere an dieser Ausbildung?
6. Was würden Sie jemandem raten, der sich für die Ausbildung zum IP-Berater interessiert?

Insgesamt 36 Personen haben die Fragen beantwortet.

Frage 1: Was gab den Anstoß für Ihre Entscheidung zur Ausbildung?

Anstoß für die Ausbildung

Die Hälfte der Befragten möchte ihre berufliche Kompetenz erhöhen, entweder in einem neuen oder in ihrem derzeitigen Beruf, wobei die Grenzen oft fließend sind. Dies kommt beispielsweise in folgender Antwort zum Ausdruck:

„Als Lehrerin wollte ich wissen, warum manche Dinge laufen und andere nicht. Ich wollte Hintergrundwissen für die tägliche Arbeit und Eltern eine kompetentere, fachlich fundierte Beratung geben können. Als weiteres Ziel



Aus Sicht der StudentInnen

wollte ich mir eine weitere berufliche Perspektive schaffen, da meine Kinder mittlerweile ihren eigenen Weg gehen und ich mir für die Zukunft nicht vorstellen kann, als pensionierte Lehrerin die Hände in den Schoß zu legen.“

Ein spezielles [Interesse an der IP](#), geweckt durch einen Vortrag, Lektüre oder durch Empfehlung von Kollegen oder Bekannten, nannte die zweitgrößte Gruppe als Impuls für die Ausbildung.

Eine dritte Gruppe bilden Menschen, denen die Individualpsychologie [Hilfe in einer persönlichen Krise](#) gab. „Ich hatte vorher schon die IP in einer Krisensituation kennengelernt und durch sie enorme Lebensqualität gewonnen. Die Motivation für diese Ausbildung war einerseits die Absicht, das Wissen zu vertiefen und Kompetenz zu erwerben auf diesem Gebiet, andererseits, in der Folge auch anderen Menschen damit zu helfen.“

Frage 2: Wie finden Sie neben Ihrer Arbeit Zeit für die Ausbildung?

Vereinbarkeit mit Beruf und Arbeit

„Die Beschäftigung mit der IP wirkt belebend und nach den Ausbildungswochenenden bin ich voller Energie und Elan.“ „Es ist und war Begeisterung, die mir immer wieder Energie und Kreativität für Zeitfenster gab, um dieses Studium ohne Belastung durchzuführen.“

Diese beiden Antworten sind stellvertretend für die Meinung etwa der Hälfte der Befragten. Ein wichtiger Grund für diese positive Bilanz liegt in der [Verzahnung von Theorie und Praxis](#). „Viele Inhalte der Ausbildung lassen sich sofort im Alltag umsetzen und sind so eher Hilfe statt Last.“

Nur insgesamt 3 Personen berichten von Zeitproblemen aufgrund der Ausbildung.

Frage 3: Was haben Sie vor, wenn Sie mit der Ausbildung fertig sind?

Pläne und Ziele

Nur eine Person ist noch unsicher, was sie mit der Ausbildung vorhat, zwei Personen stellen ihre Persönlichkeitsentwicklung in den Vordergrund. Alle anderen haben sehr konkrete berufliche Ziele. Die meisten



Menschen im API

möchten IP-Beratung anbieten und hierzu auch Vorträge und Seminare halten, viele planen spezielle inhaltliche Schwerpunkte wie Elternberatung. Vor allem die Kompetenz im aktuellen Beruf erhöhen möchte ein knappes Drittel.

Frage 4: Was ist für Sie das Besondere an dieser Ausbildung?

Praktizierte Individualpsychologie

Die Antworten betätigen durchwegs die Äußerung von Peter Pollak: „Die Ausbildung ist praktizierte Individualpsychologie.“

„Am API schätze ich vor allem die ermutigende Atmosphäre (sogar Prüfungen machen Spaß) und das praktische Anwenden ...“

„Die Gruppendynamik und das Gemeinschaftsgefühl. Gleichwertigkeit aller Teilnehmer ...“

„Ermutigung wird in der Gruppe erlebbar. Lernen, persönliche Entwicklung und Erfolg sind ohne Druck und Zwang in ermutigender Atmosphäre möglich. Das ist eine besondere Erfahrung!“

„Nach jahrelangen negativen Lernerfahrungen ist es wunderschön zu erkennen, dass es auch anders geht. Nämlich ermutigend und einfach. So etwas wäre für jede Schule wünschenswert. ...“

„Der Praxisbezug ist immer gegeben und jeder Teilnehmer bekommt seine ganz persönlichen Entwicklungschancen ...“

„Das Konzept der Ausbildung ist einfach genial. Durch sofortiges Wiederholen der gehörten Theorie und praktisches Üben gehen die Lerninhalte sofort 'ins Blut' über.“

„Es ist die phänomenale Art und Weise, in einer gemeinschaftlichen Atmosphäre Wissen und gleichzeitig eigene Entwicklung vermittelt zu bekommen.“

„Ich schätze besonders, dass mein Leben jetzt schon - nach etwa der Hälfte der Ausbildung - friedlicher verläuft.“



Aus Sicht der StudentInnen

„Die durchgehend ermutigende Haltung der Studienleiter.“

„Dass das Leben in völlig neuem Licht erscheint. Weg vom Selbstmitleid hin zur aktiven Selbstbestimmung.“

„Das leichte durch Ermutigung geprägte Lernen und die gute, offene und vertrauensvolle Atmosphäre in der Gruppe mit einem kompetenten und humorvollen Ausbilder.“

„Die ermutigende Lernatmosphäre, die Gruppe, die Patenschaft über ein ÄltGes und die frühe Verantwortung für ein JünGes, die Praxistauglichkeit.“

„Das Besondere an dieser Ausbildung ist die Stimmigkeit von inhaltlichen Aspekten und der Art und Weise der Durchführung; wir lernen viel über Ermutigung **und** lernen in ermutigender Weise; wir hören viel über die Wichtigkeit des Gemeinschaftsgefühls **und** erleben dieses Gefühl auch durch das Lernen in der Gruppe; wir erfahren viel über Gleichwertigkeit **und** spüren in der Ausbildung diese Gleichwertigkeit.“

Und so sieht es aus, wenn man Begeisterung nüchtern zusammenfasst:





Menschen im API

Frage 5: Was würden Sie jemandem raten, der sich für die Ausbildung interessiert?

Ein Rat an
zukünftige
KollegInnen

„Die Chance zur Persönlichkeitsentwicklung nutzen!“ lautet der häufigste Rat auf diese Frage. Gleichzeitig finden sich differenzierte Ratschläge, die auch vermitteln, dass man sich auf mehr als auf ein Freizeitvergnügen einlässt, wenn man die Ausbildung beginnt. Ein kleiner Ausschnitt aus einer Fülle von Tipps:

„Bereit sein für Veränderungen, hospitieren bei der Ausbildung oder in der offenen Werkstatt, sich gut beraten lassen von Peter Pollak oder anderen Studenten, sich insgesamt gut informieren und erst einmal den Hauptberuf beibehalten.“

„Mach dich darauf gefasst, dass aus sturem Gerechtigkeitsdenken Wohlwollen werden kann, dass aus zielloser Verbissenheit freundliche Bestimmtheit werden kann, dass aus eingeschränkten Denk- und Verhaltensmöglichkeiten eine Vielzahl von hilfreichen Alternativen entwickelt werden können. Mach dich auf eine bewegende und bewegte, erfreuliche Zukunft gefasst.“



Im Gespräch mit Peter Pollak

„Ich wollte Peter Pollak bleiben.“

Hintergründe

Herr Pollak, Sie sind Leiter des Adler-Pollak-Instituts für Individualpsychologie. Sie haben dieses Institut gegründet. Wie kam es dazu?

Nun, die Beraterausbildung nach Theo Schoenaker wurde zu Beginn von ihm selbst geleitet. Als er sich aus Altersgründen nicht mehr für die gesamte Ausbildungszeit von zweieinhalb Jahren verpflichten wollte, suchte er einen Nachfolger. Er sprach mich an und da ich so begeistert war von der Individualpsychologie und weiterhin bin, freute mich das sehr. So habe ich dann die Ausbildung übernommen und ein eigenes Institut gegründet.

Erste Begegnung

Wann war denn Ihre erste Begegnung mit der Individualpsychologie?

Zum ersten Mal habe ich vor über 40 Jahren von der Individualpsychologie durch Erik Blumenthal gehört und habe mehrere Seminare bei ihm besucht. Ich war gleich begeistert und diese Begeisterung hat mich mein ganzes Leben lang nicht mehr verlassen. Ich habe gemerkt, dass es viele Vorteile hat, wenn man die Individualpsychologie im eigenen Leben umsetzt, dass die Familie bereichert und das Zusammenleben mit anderen Menschen einfacher wird. Und als ich später selbst in eine persönliche Krise geriet, hat mir die individualpsychologische Beratung sehr geholfen.

Aufgrund dieser Erfahrungen habe ich beschlossen, selbst Individualpsychologischer Berater zu werden.

Arbeiteten Sie nach dieser Ausbildung zunächst freiberuflich in eigener Praxis, bevor Sie das Institut gründeten?

Ja, ich habe angefangen, in freiberuflicher Praxis zu arbeiten als Berater, war aber auch gleichzeitig Tutor bei Theo Schoenaker.

Was hatten Sie vor dieser Ausbildung beruflich gemacht?

Zuerst hatte ich einen Beruf gelernt, Werkstoffprüfer, habe dann über den zweiten Bildungsweg Abitur gemacht, an der Fachhochschule



Im Gespräch mit Peter Pollak

Davor und danach

studiert und mehrere Jahre als Ingenieur gearbeitet. Damit habe ich auch Einblick in ganz andere Felder bekommen, bevor ich mich der Individualpsychologie verschrieben habe. Diese Erfahrung ist für mich bis heute sehr wertvoll, gerade auch, wenn ich Studenten habe, die aus Industrie und Wirtschaft kommen.

Persönliches

Haben Sie selbst auch Familie? Haben Sie auch da Erfahrung?

Ja, ich bin seit fast 40 Jahren verheiratet und habe drei Kinder. Ich weiß also, wovon ich rede, wenn ich sage, Kindererziehung ist nicht immer einfach, aber sie wird mit der Individualpsychologie einfacher.

Auch Partnerschaft ist eine Lebensaufgabe, wie Alfred Adler sagt. Sie ist eine Aufgabe, bei der man manche Schwierigkeiten zu überwinden hat und überwinden kann. Aber auch Partnerschaft gelingt mit Hilfe der Individualpsychologie besser. Mit der Individualpsychologie werden Schwierigkeiten zu Wachstumschancen.

Anfänge

Die Gründung eines eigenen Institutes ist eine große Aufgabe, besonders den Anfang stelle ich mir nicht einfach vor. Wie war denn der Start?

Theo Schoenaker hat einen guten Ruf. Zu Recht, denn ich weiß, wie qualitativ hochwertig die damalige Ausbildung bereits war. Am Anfang ist es sicher nicht ganz einfach gewesen, in diese Fußstapfen zu treten. Aber ich habe mir nicht vorgenommen, genau in seiner Weise zu arbeiten. Ich wollte Peter Pollak bleiben, denn ein Original ist besser als jede Kopie. Also habe ich es gar nicht erst versucht, sondern bin von Anfang an meinen eigenen Weg gegangen. Wichtig war mir, dass ich sein Konzept der Ermutigung beibehalte und weiterentwickle. Durch viele eigene Fortbildungen, Selbsterfahrungen, Lebensstilanalysen, Austausch mit erfahrenen Personen, Rücksprache mit Tutoren und Studenten, usw. ist die Ausbildung von heute in der Qualität nicht mehr vergleichbar mit den Anfängen.



Im Gespräch mit Peter Pollak

Doch die Anfänge waren durchaus ein wenig geebnet durch die Bekanntheit und den guten Ruf der Ausbildung?

Durch den guten Ruf der Ausbildung und den guten Ruf von Theo Schoenaker waren gewisse Bahnen geebnet. Die Leute wussten, dass diese Ausbildung für Qualität, Mitmenschlichkeit und Gleichwertigkeit bürgt, die ja für uns Individualpsychologen eine Hauptforderung ist. Das war sicher ein Vorteil. Gleichzeitig gab es anfänglich eine gewisse Skepsis mir gegenüber von Personen, die Theo Schoenaker kannten. Die ist inzwischen ganz verflogen. Im Gegenteil, viele Personen sind sehr froh die Ausbildung gerade bei mir gemacht zu haben und die beruflichen Erfolge unserer Berater sprechen für sich.

Welche Möglichkeiten haben Menschen, die die Individualpsychologie noch nicht kennen, von den Angeboten Ihres Instituts zu erfahren? Wie erfahre ich, dass es ein Adler-Pollak-Institut gibt?

Der Markt auf diesem Sektor ist sehr groß, es gibt viele Anbieter in unterschiedlicher Qualität. Durch ganz normale Werbung könnten wir uns gar nicht bekannt machen. Was uns hilft, sind die zufriedenen Studenten und die erfolgreichen Berater. Die Leute in ihrer Umgebung merken: „Da hat sich was getan bei dem Menschen.“ Die fragen dann nach: „Was ist vorgefallen? Was ist bei dir passiert?“ Und dann sagen sie „Ach, das will ich auch kennen lernen.“ Mund-zu-Mund-Propaganda ist mein größtes Kapital. Aber es gibt auch zunehmend Menschen, denen die individualpsychologische Beratung geholfen hat und die dann mehr wissen und lernen wollen.

Welche Menschen sind es denn, die sich für die Ausbildung interessieren?

Wir machen absichtlich keine Eingrenzung wie andere Institute, weil wir sonst sehr vielen Menschen, die gute Berater sein könnten, keine Chance geben würden. Als Nachfolger von Adler und Dreikurs fühlen wir uns der Chancengleichheit verpflichtet. Das ist durchaus ein Reichtum in der Ausbildung, weil Menschen aus ganz verschiedenen Lebenssituati-

Überzeugen
durch Qualität

Ausbilden ohne
ausgrenzen



Im Gespräch mit Peter Pollak

onen dabei sind, aus ganz verschiedenen Berufen, aus unterschiedlichen Altersstufen. Vielleicht haben wir überwiegend Menschen aus sozialen und lehrenden Berufen, aber auch viele andere Bereiche sind vertreten.

Also interessieren sich durchaus auch Menschen aus der Wirtschaft oder der Industrie für die Ausbildung?

Ja, wir haben auch Leute, die diese Ausbildung machen, um in der Unternehmensberatung noch etwas erfolgreicher zu sein. Andere wollen ihre Mitarbeiter besser führen. Da lassen sich viele Beispiele nennen.

Daran schließt die nächste Frage an: Was machen die Studenten mit der Ausbildung?

Das hängt natürlich mit der Motivation zusammen, mit der sie angefangen haben und was sich während der Ausbildung entwickelt. Es gibt einen kleinen Teil, der diese Ausbildung nur zur persönlichen Entwicklung macht. Dieser Personenkreis erreicht dies auch und ist sehr zufrieden damit. Unser Ziel ist aber, dass die Teilnehmer später als Berater arbeiten - entweder in ihrem Beruf oder freiberuflich oder in einem anderen Institut oder Einrichtung. So gibt es zum Beispiel Lehrer, die im Laufe der Ausbildung sagen: „Ich kann jetzt viel besser eine Klasse führen. Ich komm' mit den Kindern viel besser zurecht. Die Elterngespräche sind kein Problem mehr. Mein Beruf macht mir wieder Spaß.“

Aber es gibt natürlich auch die große Gruppe der Berater, die sich nach der Ausbildung selbstständig macht. Die selbstständige Berater-tätigkeit finde ich besonders reizvoll, weil man damit Menschen direkt und effektiv helfen kann. Inzwischen gibt es eine Reihe sehr erfolgreicher Berater aus unserem Institut. Manche haben sich auch mit Erfolg Nischen gesucht, zum Beispiel in der psychologischen Ernährungsberatung, in der Eheberatung oder Erziehungsberatung, Laufbahnberatung, Unternehmensberatung usw. Also ein weites Feld.



Im Gespräch mit Peter Pollak

Freiheit und Verpflichtung

In der Tat, ein weites Feld. Kommt es auch vor, dass jemand eine Ausbildung abbricht?

Grundsätzlich verpflichtet sich jeder Teilnehmer immer nur für ein Semester und bezahlt auch nur ein Semester im Voraus. Also hat jeder immer wieder die Freiheit zu sagen „Ich unterbreche“ oder „Ich scheidet ganz aus.“ Das kann verschiedene Gründe haben. Ich nenne einfach mal: Man muss aus beruflichen Gründen weit weg ziehen. Eine Frau kann schwanger werden und deswegen aufhören. - Wobei ich erwähnen möchte, dass es schon einige Teilnehmerinnen gab, die mit Schwangerschaft und Geburt des Kindes die Ausbildung sehr gut beendet haben. Wir Ausbilder sind da sehr unterstützend, vielleicht auch deshalb, weil wir alle, Dr. Schottky, Stephan Hilckmann und ich, selbst Kinder haben und damit auch jedes Verständnis für Mütter und Familien. Aber es ist auch schon passiert, dass jemand sagt „Das ist nichts für mich“ und dann wieder aussteigt. Diese Fälle kommen allerdings extrem selten vor.

Zahlen

Wie viele Studenten nehmen durchschnittlich pro Ausbildungsjahr teil?

Das sind immer rund 20. Das ist eine Zahl, die man einerseits gut persönlich betreuen kann und in der andererseits ein guter Gruppenprozess stattfindet. Meine Idealvorstellung sind 21. Wir haben 3 Tutoren, dann betreut jeder Tutor 7 Studenten. Ich denke, das ist eine ideale Größe.

Wie ist das Verhältnis Männer – Frauen?

Es sind mehr Frauen. Frauen sind wahrscheinlich psychologisch etwas aufgeschlossener. Durchschnittlich würde ich sagen, drei Viertel Frauen, ein Viertel Männer. Allerdings habe ich gerade, zum ersten mal eine Gruppe mit mehr Männern als Frauen - eine schöne, ermutigende Erfahrung, die mich freut. Es tut sich auch da etwas.

Gibt es bestimmte Fähigkeiten und Eigenschaften, die Sie für einen Individualpsychologischen Berater für besonders wichtig erachten?

Da gibt es sicher einige. In der ganzen Ausbildung wird darauf hingearbeitet, dass die fertigen Berater ermutigende Persönlichkeiten sind.



Im Gespräch mit Peter Pollak

Menschliche Qualitäten

Deswegen bekommen die Studenten immer wieder Aufgaben, bei denen sie ermutigende Beziehungsqualitäten, ermutigende Führungsqualitäten und ermutigende Beraterqualitäten üben. Daneben sind natürlich auch Einfühlungsvermögen oder Intuition wichtig. An den Wochenenden oder in den Blockwochen werden diese Qualitäten ebenfalls praktiziert. Natürlich dürfen Beratungstechniken und –methoden nicht zu kurz kommen und auch Wissen über die Individualpsychologie und verwandte psychologische Richtungen ist wichtig. Aber ich möchte nochmals betonen: Es geht mehr darum, dass die Menschen, die bei uns studieren, hinterher die Individualpsychologie leben, als dass sie nur Wissen ansammeln. Wissen gehört dazu, aber die Persönlichkeitsentwicklung ist das Wichtigste, gerade auch, um als Berater erfolgreich zu sein.

Das erklärt auch die Ausbildungszeit von drei Jahren.

Ja, weil die Individualpsychologie, so einfach sie auf den ersten Blick manchmal scheint, doch großen Tiefgang hat. Da die Ausbildung auch Persönlichkeitsentwicklung integriert, da wir die wesentlichen Lebensstilaspekte herausarbeiten und natürlich auch Selbsterfahrung machen, brauchen wir unbedingt diese Zeit. Berater an anderen Instituten mit deutlich kürzeren Ausbildungszeiten scheitern oft am Markt und das finde ich sehr schade. Gerade Persönlichkeitsentwicklung und Training braucht seine Zeit.

Herr Pollak, das Adler-Pollak-Institut bietet auch Weiterbildungen an. Was gibt es da für wen?

Es sind Aufbau-Ausbildungen dazugekommen, bei denen der IP-Berater als Basis-Ausbildung vorausgesetzt wird. Man kann sich zum Individualpsychologischen Suchtberater oder Erziehungsberater, Lebensstilanalytiker, Coach, Ehe- und Partnerschaftsberater, Seniorenberater oder IP-Gestaltberater weiterbilden. Daneben bieten wir Fortbildungen über verschiedene Themen an, die auch von Laien besucht werden können. Die Psychologie sollte, ganz im Sinne von Alfred Adler, auch etwas für das Volk sein. Diesem Grundsatz huldigen wir, denn wir meinen, jeder

Weiterbildung Fortbildung



Im Gespräch mit Peter Pollak

kann diese Psychologie verstehen und etwas für sich mitnehmen. Dann bieten wir natürlich Supervisionen an, denn ohne Supervision kann man auf Dauer kein guter Berater sein.

Wer sind die Lehrer?

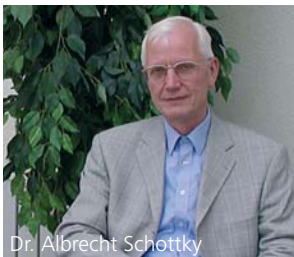
In der Regel bin ich immer dabei, so dass ich weiß, wo die einzelnen Studenten sich in ihrer Entwicklung befinden und sie da abholen kann, wo sie gerade stehen. So können sie individuell gefördert werden. Die individuelle Betreuung gehört ja zu unserem Konzept.

Aber es gibt natürlich weitere Dozenten. Zwei sind oft dabei: Dr. Albrecht Schottky, ehemaliger Leiter einer psychiatrischen Klinik und mittlerweile im Ruhestand, unterrichtet vor dem Hintergrund des großen Erfahrungsschatzes seines Berufslebens. Stephan Hilckmann ist Kunsttherapeut und Therapeut für Konzentrationale Bewegungstherapie. Er ist vor allem bei der Selbsterfahrung aktiv, bringt aber auch noch das eine oder andere Thema ein aus seinem beruflichen Bereich. Für die körperorientierte Selbsterfahrung in der Ausbildung ist er verantwortlich.

Da die Dozenten auch Modelle für die Studenten sind, ist es mir sehr wichtig, dass alle Dozenten Vorbilder für gelebte Gleichwertigkeit und Kooperation sind. Über das Lehren hinaus ist es auch für mich Gewinn und Freude, mit den beiden zusammenzuarbeiten. Ihre Anregungen sind wertvolle Beiträge zur Weiterentwicklung der Ausbildung.

Herr Pollak, Sie bilden nicht nur Berater aus, sondern Sie bieten auch Beratung an. Könnte ein Ratsuchender sich direkt an Ihr Institut wenden?

Das könnte er in der Tat. Wir bieten in der Ausbildung die sogenannte „Offene Werkstatt“ an, wo Klienten von erfahrenen Beratern vor Studenten beraten werden. Kostenlos. Damit erleben die Studenten Beratung sozusagen live. Sie erleben, welche Möglichkeiten ein erfahrener Berater hat und können anschließend Fragen stellen und sich austauschen. Für die Offene Werkstatt kann sich jeder an mein Institut wenden.



Dr. Albrecht Schottky



Stephan Hilckmann

Lehrende



Im Gespräch mit Peter Pollak

Beratung am API

Darüber hinaus vermitteln wir auch Berater in Wohnortnähe.

Ich könnte mir vorstellen, dass ein ratsuchender Mensch gewisse Hemmungen hat, sich vor so vielen Augen beraten zu lassen.

Nun, es ist ein geschützter Kreis. Alle Studenten haben einen Vertrag über ethische Standards eines Beraters unterschrieben. Dazu gehört u.a., dass über Beratungen außerhalb der Seminarräume Schweigen zu bewahren ist. Dann spricht es sich auch herum, dass die Menschen bei uns fair behandelt werden. Keiner wird vorgeführt, sondern jeder geht aus so einer Beratung besser heraus als er reingegangen ist.

Wir lernen aus den Problemen von andern enorm viel und wenn jemand merkt, er kann sein Problem darlegen, wird beraten und von den anwesenden Studenten auch ermutigt, dann fühlt er sich angenommen und ist oft schon deswegen entlastet. Aber Beratung ist natürlich mehr. Sollte weitere Beratung oder gar Therapie nötig sein, dann empfehlen wir entsprechende Fachleute in Wohnortnähe.

Wertschätzung wirkt Wunder

Herr Pollak, Sie haben in Ihrem Ausbildungsinstitut eine ganz besondere Art der Ausbildung etabliert. Wie schaffen Sie denn dieses Spagat zwischen klarer Methodik und Struktur auf der einen Seite und einem sehr individuellen Eingehen auf jeden einzelnen Studenten auf der anderen Seite?

Ich denke, es ist wichtig, dass man bei so einem Beruf die Menschen liebt. Dass man Menschen mag, dass wir das Potential sehen und die Ressourcen, die jemand hat. Ich habe noch nicht erlebt, dass ein Student, der die Ausbildung bis zum Ende gemacht hat, nicht einige dieser Ressourcen ans Tageslicht gebracht hat. Manche bekommen sogar als Feedback: „Man erkennt dich gar nicht wieder, wie toll du dich entwickelt hast!“ Das ist natürlich auch eine große Freude für uns Ausbilder.

Im Einklang

Neben vielem anderen ist das Besondere an dieser Ausbildung auch, dass wir an der persönlichen Entwicklung jedes Einzelnen wirklich interessiert sind. Trotzdem haben wir natürlich einen strukturierten Aufbau und



Im Gespräch mit Peter Pollak

die Individualpsychologie wird von den Studenten am Ende der Ausbildung gut verstanden. Sie können damit arbeiten und anderen helfen.

In Ihrem Institut tut sich so viel, dass ich die nächste Frage eigentlich nicht zu stellen brauche. Dennoch möchte ich Sie fragen: Haben Sie Pläne für die Zukunft, was Sie noch entwickeln wollen?

So eine Ausbildung ist immer lebendig. Sie kann nicht stehen bleiben, sondern entwickelt sich mit unseren Erfahrungen, dem Austausch mit den Tutoren, den eigenen Weiterbildungen, der Zusammenarbeit mit den Dozenten. Natürlich gibt es immer wieder Vorstellungen, was wir noch für unsere Studenten tun könnten, und eine dieser Ideen war, dass wir eine Ausbildung zum Individualpsychologischen Gestaltberater anbieten. Das ist eine Zusatzausbildung für Individualpsychologische Berater, die neue Methoden vermittelt wie körperorientierte, kreative Methoden, Malen, Gestalten usw. für Gruppen und in bestimmten Teilen auch für die Einzelberatung. Das hat das Spektrum nochmals erweitern. Wir haben aber mehr Ideen als sich umsetzen lassen. Es wird nie langweilig. Das ist das Schöne an dieser Arbeit mit Menschen

Blick in die Zukunft

Ein sehr reizvolles Angebot, sowohl für die Berater als auch für deren Klienten. Ganz offensichtlich ist das Adler-Pollak-Institut ein sehr lebendiges Institut, für das Sie sich mit viel Freude und Liebe einsetzen. Sie ermutigen Ihre Studenten immer wieder mit offensichtlichem Erfolg. Und wer ermutigt Sie?

Ermutung

Nun, wir lernen ja, dass man sich nicht immer drauf verlassen kann, dass uns andere ermutigen, sondern es gehört auch dazu, sich selbst zu ermutigen. Bei so einer Ausbildung, wie sonst im Leben auch, kommt es auf das ausgewogene Verhältnis von Geben und Nehmen an und es ist nicht so, dass nur ich gebe, sondern die Studenten geben mir auch viel. Ich denke schon, dass das Verhältnis stimmt. In meinem Beruf gibt es viele Glücksmomente.

Vielen Dank für das Gespräch.

Wir haben Freude am Weitergeben unseres Wissens:

Alexander Grindel, Diplom-Pädagoge, Sprachtherapeut,
Individualpsychologischer Berater

Gerda Haug, Montessori-Pädagogin, Dozentin,
Leiterin des Hermann-Grossmann-Instituts

Miriam Hemmer, Magister Artium Soziologie, Politik, Kunst- und Medi-
enwissenschaften, Coach für Managementberatung

Luise Hilckmann, Erzieherin, Familienpflegerin,
Individualpsychologische Beraterin

Stephan Hilckmann, Dipl. Kunsttherapeut,
Therapeut für Konzentrierte Bewegungstherapie

Kornelia Neuhaus, Individualpsychologische Beraterin, IP-Sozial-
therapeutin, Leiterin des Schoenaker-Instituts Saar

Peter Pollak, Individualpsychologischer Berater, Dozent für
Psychologie, Leiter des Adler-Pollak-Instituts

Dr. med. Albrecht Schottky, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie,
Facharzt für Neurologie, Lehranalytiker der DGIP

Ulrike Strubel, Erzieherin, Heilpraktikerin für Psychotherapie,
Individualpsychologische Beraterin

Maria Waas, Individualpsychologische Beraterin, Logopädin,

Impressum

Konzeption, Text und Gestaltung:

Dr. Inge Cremer, www.ic-textundlayout.de

Fotos: Werner Strubel

Inge Cremer

Druckerei: Reyhani Druck & Verlag Darmstadt

