



AKADEMIE

FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

Das Schoenaker-Konzept¹

Lernziele, Didaktik und Methodik

Autor: Dr. med. Albrecht Schottky

1. Einleitung

Die Individualpsychologie hat eine besondere Beziehung zur Beratung und sie tut gut daran, die Beratung weiter zu fördern. Der Grund liegt in ihrem Ansatz „so breit wie das Leben selbst“. Sie berücksichtigt die Erziehung, die Schule, die Art des Zusammenlebens, die sozialen und materiellen Verhältnisse und vieles mehr, was zum neurotischen Elend beiträgt - oder eben zum gegliückten Leben und Zusammenleben. Die heutige Psychotherapie als Regelleistung ist in vielfacher Hinsicht vertieft und differenziert - gleichzeitig ist sie sehr verengt. Zu dieser Verengung gehören Vorschriften der Ausbildung und der Durchführung, der Genehmigung, der Selbstrechtfertigung und der Methodik. Wir können daran kaum etwas ändern. Die Beratung ist viel freier: Mit ihr gewinnen wir wieder Zugang zu dem weiten Feld Alfred Adlers.

Im deutschsprachigen Raum erfolgt die individualpsychologische Beraterausbildung im Allgemeinen an einem Institut, das gleichzeitig auch eine Ausbildung zum Erwachsenentherapeuten bietet. Das hat Vor- und Nachteile. Eine Ausnahme bildet das Adler-Schoenaker-Institut. Dessen Beraterausbildung bietet einige Besonderheiten, die eine Darstellung lohnen.

2. Das Adler-Dreikurs-Institut – ein geschichtlicher Rückblick

Das Adler-Dreikurs-Institut wurde 1972 in Sinntal-Züntersbach von Antonia und Theo Schoenaker gegründet. Es lag im Winkel zwischen Rhön, Spessart und Vogelsberg, dicht bei Bad Brückenau. Das Ehepaar begann mit Logopädie, und zwar mit einer Stottererbehandlung, welche die neurotischen und finalen Zusammenhänge intensiv und erfolgreich in die Behandlung einbezog - als Gruppentherapie auf individualpsychologischer Basis. Wichtig war seit Beginn die individualpsychologische Grundlage und Methodik, ebenso wie die Verbindung mit Körpertherapie und imaginativen Verfahren. Gleiches gilt für die „individualpsychologische Sozialtherapie“, eine besondere Form der Gruppenarbeit. Später schlossen Antonia und Theo Schoenaker die Ausbildung von Encouraging Trainern an. 1996 kam die Beraterausbildung dazu, die vier Jahre später vom Adler-Schoenaker-Institut übernommen wurde. Seit 2000 wird die Beraterausbildung nach Theo Schoenaker im Adler-Pollak-Institut (API) im Raum Mainz (D) unter der Leitung von Peter Pollak fortgeführt.

¹ Geschützt

Erstellt durch Ruth Bärtschi



AKADEMIE

FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

3. Die Akademie für Individualpsychologie

Durch die Zusammenarbeit mit Peter Pollak – dem Leiter des Adler-Pollak-Instituts konnte das Grundkonzept 2006 übernommen und durch Ruth Bärtschi erweitert werden. Zudem ist der Mehrheit der Dozentinnen und Dozenten das Schoenaker-Konzept aus eigener Erfahrung bekannt. Verschiedene Personen wurden am Adler-Dreikurs-Institut von Theo Schoenaker und an der Akademie für Individualpsychologie durch Ruth Bärtschi, ausgebildet. Dies gewährleistet, dass das Schoenaker-Konzept in der Akademie für Individualpsychologie angewandt und gelebt wird.

4. Lernen, Erleben und Üben

Sehr bewährt hat sich hier das Blocksystem. Das bedeutet: Ein Wochenendkurs vermittelt sehr intensive Kenntnisse, Erfahrungen, Austausch und die Möglichkeit zur persönlichen Entwicklung. Mit ihren Erfahrungen und Veränderungen stellen sich die Studierenden dann einige Wochen der vertrauten Umgebung und den Lebensaufgaben des Alltags; dann kommt der nächste Block.

Vom Zeitrahmen her umfasst die Ausbildung 30 Wochenenden, sechs zusätzliche Tage und Aufgaben für die Entwicklung von grundlegenden Fähigkeiten während der gesamten Ausbildungszeit. Sie besteht in einem Studium der Individualpsychologie und dem Training der Beratungstechniken.

Zur Ausbildung gehören auch die Analyse des eigenen Lebensstils bzw. der eigenen Struktur und die Persönlichkeitsentwicklung in der Gruppendynamik. Neben der Vermittlung von Theorie und Methodik ist die Akademie bestrebt, Personen auszubilden, die selbst so gut wie möglich das leben, was sie später vermitteln wollen. Die Teilnehmenden lernen methodische Beratungen mit Einzelpersonen, mit Paaren und Familien durchzuführen und in Institutionen Beraterisch und supervidierend tätig zu sein. Eine eigene Beraterische Tätigkeit unter Supervision im fortgeschrittenen Stadium gehört dazu. Bedeutungsvoll ist in der Ausbildung auch die Frage der Diagnostik und der Indikation - einschliesslich der Grenzen Beraterischen Wirkens.

Sehr eindrucksvoll ist es für den Autor zu erleben, wie eine bestimmte Art des mitmenschlichen Umgangs, der Haltung und des Austauschs in der Gruppe geübt und gelebt wird. Hier ist an erster Stelle das Prinzip der Ermutigung zu nennen. Dies ist in der deutschen Individualpsychologie teilweise in den Hintergrund getreten - gerade in einer Zeit, in der im Hauptstrom der Tiefenpsychologie die Ermutigung zunehmend an Bedeutung gewinnt, freilich nicht unter diesem Namen. Ermutigung ist nicht Schulterklopfen, sondern z.B.:

Aktives Zuhören, Einfühlung, Mitgefühl, Respekt, Ich-Stärkung, Entwicklung einer tragenden Beziehung, Achtsamkeit, Erfassen der Fähigkeiten und Möglichkeiten, Orientierung an den Ressourcen.

Erstellt durch Ruth Bärtschi



AKADEMIE

FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

Diese Zusammenhänge wären einen eigenen Artikel wert.

Im Adler-Dreikurs-Institut wurde ein eigenes Modell des Austauschs entwickelt. Man nennt es „Encouraging Learning“. Es wird in Kleingruppen von höchstens sieben Personen durchgeführt. Jeder hält eine etwa zweiminütige Ansprache über das gerade gehörte Thema oder die durchgeführte Übung. Das Encouraging Learning hat fünf Stufen:

1. Theorie oder Übung
2. Vertiefung/Erarbeitung durch Vorträge
3. Ermutigung durch die Teilnehmer bzw. Zuhörer
4. Klärung in der Grossgruppe einschliesslich Fragen an den Referenten oder Leiter
5. „Vortragsentscheidung“: Drei Personen melden sich freiwillig, um das Thema im nächsten Treffen durch einen Vortrag zu vertiefen.

Ausser dem Effekt der Wiederholung, des vertieften Lernens, übt man mit dem Encouraging Learning die Einstellung des positiven Hörens. Diskussionen verlaufen ja leider oft ganz anders - im Sinne von Kritik, Kampf und gegenseitigem Niedermachen. Zum mittelalterlichen Disput gehörte die Regel, dass der Teilnehmer zunächst den Standpunkt seines „Gegners“ wiederholte und zusammenfasste mit der Frage, ob es so zutreffend sei - und dann erst seine Gegenposition entwickelte. Von dieser Kultur sind wir weit entfernt. In der Beratung geht es freilich nicht um einen Disput. Umso wichtiger ist es, positiv Standpunkt und Auffassung des Gegenübers zu erfassen.

5. Das Milieu der Ausbildung - die tragende Matrix

Für die stationäre Psychiatrie hat man die Bedeutung des therapeutischen Milieus zunehmend erkannt; zu nennen sind hier vor allem französische Arbeiten über die Milieuthérapie. Neben scheinbar äusseren Faktoren - Architektur der Station, Einrichtung, Tages- und Wochenplan - geht es vor allem um das menschliche Milieu, um die Art des Umgangs miteinander. In diesem erweiterten Sinne gehört das Milieu zu den wichtigsten Heilfaktoren - oder eben auch zu den Faktoren des Unheils. Durchaus Vergleichbares gilt für die Ausbildung an jedem Institut, so auch für die Ausbildung zum/zur Berater/in. Fühlen sich die Teilnehmer angenommen, verstanden? Erleben sie in angemessener Weise Begleitung, Förderung, Unterstützung? Erleben sie Respekt, Wärme, Offenheit? Werden sie ernst genommen, gefordert und gefördert gleichermassen?

Diese Wirkungsfaktoren ziehen sich vom ersten Empfang durch die ganze Ausbildung hindurch, weiter in Kontakt und Verbindungen nach dem Abschluss der Ausbildung. Pathetisch kann man fragen: Trägt sie das Milieu? Was man selbst erfahren hat, kann man in der Regel auch weitergeben. Ein Milieu, das den skizzierten Vorstellungen entspricht, wird so etwas wie eine innere Heimat und bleibt es auch. Wer will, kann in

Erstellt durch Ruth Bärtschi



AKADEMIE

FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

dem skizzierten Milieu die Rogers-Variablen wieder finden. Das verinnerlichte Milieu bildet später die Matrix für das eigene beratende Handeln. Das gilt für unsere Ausbildungsstätten durchaus ähnlich wie für die „Kinderstube“ unserer Patienten!

6. Die „offene Werkstatt“

Verba docent, exempla trahunt - Worte belehren, Vorbilder ziehen mit und bewegen.

Lernen ereignet sich an erster Stelle am Vorbild und dann auch in der unmittelbaren Begleitung des eigenen Tuns. Das gilt noch mehr als sonst für Berufe, die mit Menschen zu tun haben.

Für den Autor waren die Erfahrungen in verschiedenen Krankenhäusern von ausserordentlichem Wert: das Beispiel erfahrener Kollegen, die Begleitung eigener Aktivitäten und der Austausch darüber. Ich habe mir vieles abgeschaut und manchmal auch die Überzeugung gewonnen: So will ich es lieber nicht machen. Für diese Elemente gibt es in der psychotherapeutisch/analytischen Ausbildung keinen Raum - mit Ausnahme des stationären Bereiches, d.h. in psychotherapeutischen Abteilungen, wie z.B. am Krankenhaus für Psychiatrie und Psychotherapie Schloss Werneck oder in „psychosomatischen“ Einrichtungen. Die Lehranalyse könnte man nur mit grössten Einschränkungen als Gegenbeispiel bringen. Der Bedarf besteht zweifellos - aber wie könnte eine Verwirklichung für die psychotherapeutische bzw. beraterische Ausbildung aussehen?

Alfred Adler und Rudolf Dreikurs haben vor einer grösseren oder kleineren Gruppe therapiert und beraten. Allerdings ergibt sich dabei eine problematische Gruppendynamik in dem Sinne, dass manche Ausführungen und Aktivitäten mehr der Gruppe als dem Klienten gelten, dass der „Lehrer“ mehr der Gruppe als seinen Patienten zugewandt ist. In Züntersbach entstand aus Gesprächen mit dem Autor die „offene Werkstatt“. Das bedeutet: Ein erfahrener Berater macht eine Beratung in Anwesenheit einer kleinen Gruppe von „Fortgeschrittenen“. Natürlich ist der Klient oder die Klientin zuvor informiert, hat ausdrücklich seine/ihre Zustimmung gegeben. Anschliessend wird der Ablauf besprochen.

Oder ein bereits erfahrener Kandidat macht unter gleichen Bedingungen eine Beratung in Anwesenheit einer kleinen Gruppe von „Fortgeschrittenen“. Die Teilnahme ist auch möglich für Berater, die ihre Ausbildung bereits abgeschlossen haben. In diesem Sinne wird die Werkstatt als „offen“ bezeichnet.

6. Was ist Individualpsychologische Beratung?

Allgemein gilt für die Beraterausbildung: Sie orientiert sich sinnvollerweise an der Aufgabe des Beraters/ der Beraterin. Tymister versteht unter Beratung die „dialogische Verständigung zwischen einem oder mehreren Ratsuchenden und einem oder mehreren Ratgebenden über ein Lebensproblem“ (1995, S. 59). Das schliesse alle Formen der Anfrage um individuelle und lebensstilbezogene Informationen und deren gemeinsame Beantwortung ein.

Erstellt durch Ruth Bärtschi



AKADEMIE

FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

Ziel sei, Hilfe zur Selbsthilfe zu geben bei der Lösung von Problemen und Konflikten in den drei Lebensaufgaben: Liebe und Ehe, Arbeit und Beruf, Gemeinschaft. Sowie in den persönlichen Lebensaufgaben nach Mosak/Dreikurs (Ergänzung Bärtschi).

Weiterhin nennt Tymister Kunst, Religion, Natur. Bei Psychosen und Neurosen sei Therapie angebracht. Es gebe in der Methodologie der Psychotherapie/Psychoanalyse einerseits, der Beratung andererseits, trotz prinzipieller Unterscheidung doch vielfältige Überschneidungen. Beratung ist also etwas anderes als Psychotherapie.

Theoretisch sind die Grenzen zu definieren - in der Praxis fließt manches ineinander. Beispielsweise sind in den „Beratungsstellen“ unterschiedlicher freigemeinnütziger Träger nicht selten Psychologen angestellt, die Beratung und Psychotherapie anbieten. Für die Psychotherapie steht überwiegend das Paradigma „Konflikt“ im Vordergrund, für die Beratung hingegen das Paradigma des Problems, die Problemlösung. Damit gibt es zunehmend Überschneidungen zur „Kurztherapie“ und zwar besonders zu den lösungsorientierten psychotherapeutischen Verfahren.

Wie steht es mit der Frage Lebensstil/Struktur? Es gibt gelegentlich die Vorstellung, dass dies bei der Beratung keine besondere Rolle spiele. Jedoch: Wer Kurztherapie durchführt, muss in einem raschen Überblick Lebensstil/Struktur, Stärken und Schwächen, Problemfelder und Ressourcen des Klienten erfassen können.

Genau das Gleiche gilt für den oder die Berater/in. Inzwischen hat in der Psychotherapie wie auch in der Beratung sich zunehmend die Auffassung durchgesetzt, dass die Beziehung zwischen Psychotherapeut bzw. Berater und Patient/Klient entscheidende Grundlage und wichtiges Medium jeglicher Hilfe ist. Das gilt gleichermassen für Therapie und Beratung.

Hier kann nicht ausführlich auf Indikation und Arbeitsweise der Psychotherapie einerseits, der Beratung andererseits eingegangen werden. Es sei lediglich auf einige Unterschiede hingewiesen, die auf den ersten Blick formal, letztlich aber doch inhaltlich von Bedeutung sind. In der Psychotherapie bzw. Psychoanalyse ist oft mit Behandlungszeiten von 80, 160 oder 240 Stunden zu rechnen; in der Beratung geht es eher um Größenordnungen von 2, 5 oder 10 Stunden. Weiterhin sind die gesetzlichen Hintergründe und Regelungen der Finanzierung durchaus unterschiedlich.

Die Psychotherapie bzw. Psychoanalyse ist als kassenärztliche Leistung anerkannt, sie muss im Einzelfall durch ein kompliziertes Verfahren gesichert werden. Die Beratung erfolgt häufig von einem/r Berater/in in eigener Praxis, der Klient ist Selbstzahler, woraus sich in mancher Hinsicht ganz andere Verhältnisse ergeben.

Diese klare Unterscheidung gilt also nach der Kostenregelung - nicht oder nicht zwingend nach der Aufgabe.



AKADEMIE

FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

Unzweifelhaft braucht ein erfolgreicher Berater zweierlei:

- **die Fähigkeit, rasch eine positive, tragfähige und fruchtbare Beziehung herzustellen,**
- **klare methodische Ansätze für seine Arbeit.**

Auf beides wird in der individualpsychologischen Beraterausbildung nach Theo Schoenaker besonderer Wert gelegt. Für beide Aufgaben sind entsprechende Methoden entwickelt worden. Die beiden erwähnten „Lerninhalte“, Haltung und Fähigkeiten müssen nicht nur „gewusst“ werden im kognitiven Sinne. Vielmehr ist es eine wichtige Voraussetzung für den Erfolg, dass sie in der Gruppe intensiv geübt und verinnerlicht werden.

8. Innere Organisation, Begleitung, Tutoren

In Deutschland beginnt seit 1996 jedes Jahr eine neue Gruppe mit durchschnittlich 18 Teilnehmern. Die Ausbildung in der Schweiz dauert 3 Jahre - jedes Jahr 10 Wochenenden & jährliche Blocktage. Für jede studierende Person ist jeweils ein Tutor/ eine Tutorin zuständig. Die Ausbildungsgruppe wird von drei TutorInnen begleitet. Diese TutorInnen begleiten kontinuierlich die ganze Ausbildung. Die Studierenden bekommen regelmässig „Hausaufgaben“. Das bedeutet, bis zur nächsten Veranstaltung eine bestimmte Haltung, Einstellung, Verhaltensweise zu üben und damit Erfahrungen zu machen. Solche Aufgaben sind z.B.:

- aktives Zuhören
- freundlicher Blick und
- freundliche Stimme
- Geduld
- auf das Gute achten
- Humor einsetzen

Über ihre Erfahrungen schreiben die Studierenden „Erfolgsberichte“ und geben diese ihren TutorInnen, von denen sie eine Rückmeldung bekommen. Weiterhin gibt es den kontinuierlichen Austausch mit den TutorInnen.

Die Studierenden stossen bei diesen Übungen sicher an eigene Grenzen, was dann u.a. ein Thema für ihre Selbsterfahrung wird. Sie erleben aber vor allem, dass in diesen Übungen viel mehr möglich ist, als sie erwartet haben, dass sie also bisherige Grenzen überschreiten können. Im 3. und 4. Halbjahr kommen vertiefende Aufgaben dazu, z.B.:

- Annehmen der eigenen Unvollkommenheit
- den eigenen Anteil in Konfliktsituationen erkennen
- das hilfreiche, aufbauende Selbstgespräch

Erstellt durch Ruth Bärtschi



AKADEMIE

FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

Diesen Aufgaben liegt folgende Auffassung zugrunde:

„Wenn du lächelst, übst du das Lächeln; wenn du grübelst, übst du das Grübeln; wenn du deine Meinung sagst, übst du, deine Meinung zu sagen; wenn du dich bemitleidest, übst du dich zu bemitleiden.“ Schoenaker 2001

In der Schweiz schreiben die Studierenden zwei Mal eine praxisorientierte **Semesterarbeit**. Themen können beispielsweise sein: Wo findest du in deinem persönlichen Leben Bestätigung für die Richtigkeit der individualpsychologischen Prinzipien? Wie wendest du selbst individualpsychologische Prinzipien in deiner täglichen Arbeit an? Welche deiner Lebensstilaspekte könnten störend oder hinderlich auf deine Beraterarbeit einwirken - und woher hast du die Information? Die TutorInnen führen dann mit jedem einzelnen Studenten, mit jeder einzelnen Studentin ein Fördergespräch.

Am Ende des 3. Semesters ist die **Zwischenprüfung** zu bestehen, um die Berechtigung für den Einstieg ins 4. Semester zu erlangen. Nach der Ausbildungszeit findet die **Diplomprüfung** statt, um die Ausbildung abzuschliessen. Zu dieser werden vorgängig eine Fallarbeit & ein Beratungskonzept eingereicht. Die Diplomprüfung ist eine Einzelprüfung, Daten werden rechtzeitig bekannt gegeben.

9. Ausblick

In dieser Darstellung fehlt vieles.

Methodische Ansätze der Beratungsarbeit wären zu beschreiben. Vignetten von Beratungsfällen könnten die Arbeitsweise plastischer vor Augen führen. Ausschnitte aus den konkreten Abläufen brächten eine bessere Vorstellung vom Gang der Ausbildung. Jedoch: Solche Vignetten oder Protokolle bräuchten viel Raum, gäben aber nur eingeschränkt ein lebendiges Bild. Wer sich näher über die Denk- und Arbeitsweise des Instituts informieren möchte, sei daher auf vier Bücher von Theo Schoenaker verwiesen, die am Ende aufgeführt sind.

„Beratung“ hat ein weites Arbeitsfeld: Erziehungsberatung, Eheberatung, die Arbeit in Suchtberatungsstellen, Sozialpsychiatrischer Dienst und viele andere. Die Ausbildung vermittelt methodische Ansätze und Kenntnisse für die Beratung. Das reicht von psychotherapeutischen Methoden wie Psychodrama bis zu konkreten sozialrechtlichen Kenntnissen. Zu wünschen wäre, dass hier nicht alles auseinander strebt, sondern dass wenigstens die Individualpsychologischen Berater zu mehr Austausch und Gemeinsamkeit kämen - auch hinsichtlich ihrer Ausbildung. Abschliessend sei eine Bemerkung gestattet zum Verhältnis praktische Hilfe und beratend-therapeutische Einwirkung. Die Unterstützung z.B. in sozialen Fragen, manchmal auch bei ganz alltäglichen Problemen, kann Zugang schaffen und eine vertrauensvolle Beziehung

Erstellt durch Ruth Bärtschi



AKADEMIE

FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

anbahnen, die dann im Sinne der „Beratung“ sehr viel weiterführt. So lässt sich ein Personenkreis erreichen, der nie zu einem Psychotherapeuten käme.

Autor: Dr. med. Albrecht Schottky ist Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie i.R. ebenso Lehranalytiker der Deutschen Gesellschaft für Individualpsychologie DGIP. Von 2008 bis 2012 Dozent an der Akademie für Individualpsychologie.

Bemerkung: Der Originaltext wurde auf die Akademie für Individualpsychologie angepasst.

Anschrift des Verfassers:

Dr. med. Albrecht Schottky

Julius-Echter-Str. 30

D 97440 Werneck

Literatur

Schoenaker, Theo (2001 a): Mut tut gut - Das Encouraging-Training. 10. Aufl. Sinntal-Züntersbach: RDI-Verlag.

Schoenaker, Theo (2001 b): Die kreative Partnerschaft. Sinntal-Züntersbach: RDI-Verlag.

Schoenaker, Theo (2000): Leben beginnt mit Loslassen. 2. Aufl. Sinntal-Züntersbach: RDI-Verlag.

Schoenaker, Theo/Schoenaker, Julitta/Platt, John M. (2002): Die Kunst, als Familie zu leben. 3. Aufl. Freiburg: Herder.

Tymister, H. J. (1995): Beratung, in: Titze, M./Brunner, R. (Hrsg.): Wörterbuch der Individualpsychologie. 2. Aufl. München: Reinhardt