

# Individualpsychologie



**... für eine  
lebensbejahende Gesellschaft**

*„Freundlichkeit beinhaltet echten Respekt gegenüber einem anderen Menschen.“*

Rudolf Dreikurs

- ▶ **Bedeutende Persönlichkeiten der Individualpsychologie**  
Alfred Adler  
Rudolf Dreikurs  
Theo Schoenaker
  
- ▶ **Was ist Individualpsychologie?**  
Das Menschenbild der Individualpsychologie  
Drei grundlegende Prinzipien
  - Ganzheitlichkeit
  - Zielgerichtetheit
  - Gleichwertigkeit
  
- ▶ **Der VpIP stellt sich vor**  
Menschen im VpIP  
Ziele des Vereins  
Angebote des VpIP an seine Mitglieder
  
- ▶ **Angebote der VpIP-Mitglieder**  
Encouraging-Basistraining  
Encouraging-Aufbautraining  
Encouraging-Training für die Partnerschaft  
Encouraging-Training für Eltern  
Encouraging-Training für Arbeit und Beruf  
Encouraging-Training für Pädagogen  
Familienrat nach Dreikurs  
Individualpsychologische Beratung
  
- ▶ **Beitrittserklärung**

# Bedeutende Persönlichkeiten der Individualpsychologie



**Alfred Adler**  
(1870-1937),  
prakt. Arzt  
und knapp

10 Jahre Mitarbeiter des Freud-Kreises, gilt als Begründer der Individualpsychologie.

Er stellte das Verständnis vom Verhalten des Menschen und seiner Motivation auf eine völlig neue Grundlage. Adler sieht den Menschen als soziales Wesen, wobei er von der Gleichwertigkeit aller Menschen ausgeht. Der Mensch ist nicht Produkt von Vererbung oder Umwelt, sondern selbstbestimmt und zielgerichtet.



**Rudolf Dreikurs**  
(1897-1972),  
Psychiater und  
Schüler von Alfred

Adler, machte die Individualpsychologie einem breiten Publikum zugänglich. Theoretische Begriffe wie Minderwertigkeitsgefühl, Geltungsstreben oder Gleichwertigkeit verdeutlichte er am Beispiel vertrauter Situationen. Er entwickelte eine individualpsychologische Erziehungslehre, die noch heute Eltern, Lehrern und Erziehern konkrete Hilfen gibt für die alltäglichen Probleme mit Kindern und Jugendlichen.



**Theo Schoenaker**  
(geb. 1932),  
Schüler von

Dreikurs, Begründer des Adler-Dreikurs-Instituts, des Vereins für praktizierte Individualpsychologie, der Akademie für Individualpsychologie, der Ausbildung zum/ zur Individualpsychologischen Berater/-in\* und des Encouraging-Konzeptes.

Das von Schoenaker entwickelte Encouraging-Training stellt den Begriff der **Ermütigung** in den Mittelpunkt. Ermütigung führt zu mehr Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein, Zufriedenheit und Lebensfreude in allen Lebensbereichen.

# Was ist Individualpsychologie?

*Ist mein Leben schicksalhaft und vorbestimmt? Bestimmen meine Erbanlagen oder die Umwelt meinen Weg?*

*Oder ...  
kann ich meinem Leben selbstbestimmt eine Richtung geben?  
Kann ich selbst entscheiden, welche Ziele ich erreichen möchte?*

Dies sind zentrale Fragen, auf die Alfred Adler mit der Individualpsychologie eine neue Antwort gegeben hat.

Ausgehend von den Erfahrungen und Erkenntnissen, die er als praktischer Arzt und Psychotherapeut in Wien erwarb, fasste er seine Beobachtungen in dem Gesetz der seelischen Entwicklung des Menschen zusammen. Dieses besagt, dass Menschen ihr Leben bewusst in die eigene Hand nehmen können.

**Ich bin nicht Opfer der Umstände, sondern Gestalter meines Lebens.**



## Das Menschenbild der Individualpsychologie

Der Mensch ist ein soziales Wesen, mit dem natürlichen Ziel, Teil einer Gemeinschaft zu sein. Nur hier findet er Zufriedenheit, indem er sowohl sich selbst einbringt als auch zum Wohle der anderen beiträgt. Dies bildet den Hintergrund, wie sich die Persönlichkeit des Menschen entwickelt.

**Das Menschenbild der Individualpsychologie ist geprägt von dem Vertrauen auf die Fähigkeiten und Stärken jedes Einzelnen, die er als soziales Wesen zum eigenen und zum Wohle der Gemeinschaft einsetzen möchte.**

## Drei grundlegende Prinzipien

### ▶ Ganzheitlichkeit

Der Begriff Ganzheitlichkeit kennzeichnet die Auffassung, dass der Mensch im Sinne des Wortes Individuum unteilbar ist (*lat. individuum, das Unteilbare*). Er ist keine Zusammenstellung aus unterschiedlichen Teilen wie beispielsweise bei einer Einteilung in Ich, Es und Über-Ich.

### ▶ Zielgerichtetheit

*Warum verhalten sich Menschen in einer bestimmten Weise?  
Warum grüßt Jürgen freundlich, während Jochen mich kaum eines Blickes würdigt?*

Offenbar haben beide unterschiedliche Ziele, denn alles menschliche Verhalten ist zielgerichtet. Man kann das Verhalten eines Menschen nur dann verstehen, wenn man seine Ziele kennt. Ziele zu haben bedeutet: Ich kann wählen und mich frei entscheiden. Ich kann Ziele neu setzen. Deshalb betont Adler die Selbstbestimmung des Menschen.

**Ein guter Grund, optimistisch ins Leben zu blicken.**

### ▶ Gleichwertigkeit

Auf großen Schiffen braucht man einen Kapitän, Matrosen, einen Koch, Maschinisten und viele andere. Sie alle sind wichtig, damit das Schiff sein Ziel erreicht. Ihre Aufgaben sind verschieden, doch als Menschen haben alle den gleichen Wert. Probleme entstehen nicht aus unterschiedlichen Aufgaben im Leben, sondern aus sozialer Ungleichwertigkeit.

*„Hinter allen Formen des Aufstands steckt ein ähnliches Verlangen: als gleichwertig anerkannt zu werden.“*

Rudolf Dreikurs



Die Individualpsychologie ist eine tiefenpsychologische Richtung, die wie kaum eine andere auf soziale Themen eingeht. Daher ist sie nach wie vor lebensnah, zeitgemäß und hochaktuell!

## Der VpIP stellt sich vor.

Die Idee der Individualpsychologie passt in ganz besonderer Weise zu der Idee eines Vereins:

**Vereint die Fähigkeiten unterschiedlicher Menschen bündeln, um Ziele und Werte besser erreichen zu können.**

### Ziele des Vereins

- Förderung einer lebensbejahenden Gesellschaft durch individualpsychologische Beratungs- und Trainings-Konzepte
- Verbreitung der Individualpsychologie und der Grundsätze nach Adler-Dreikurs-Schoenaker
- Durchführung von wissenschaftlichen Veranstaltungen und Fachtagungen
- Kooperation mit Instituten und Einrichtungen, die ebenfalls die Ideen der Individualpsychologie umsetzen



*Mit vereinten Kräften  
an einem Strang ziehen.*

## Angebote des VpIP

- Regionale Mitglieder-Treffen
- Information und Beratung über IP-Aus- und Fortbildungen
- Vermittlung von Anfragen nach IP-Beratungen und Encouraging-Trainings
- Öffentlichkeitsarbeit, z.B. Internet-Präsenz
- Beratung in Marketingfragen
- Ausbildung zum/zur Familienrat-Trainer/-in
- Einladung zu Fachtagungen
- Regelmäßige Veranstaltungen
  - Forum für Individualpsychologie, einmal jährlich
  - Encouraging Familientag, einmal jährlich
- LICHTBLICK, Magazin für praktizierte Individualpsychologie\*
- Buchveröffentlichung „Familienrat“
- Möglichkeit einer günstigen Berufshaftpflichtversicherung

\*Fordern Sie ein kostenloses Probeheft an!

## Menschen im Verein sind ...

### ... Fachmitglieder.

Als Fachmitglied haben Sie eine individualpsychologische Ausbildung an einem anerkannten Institut absolviert. Sie verbreiten und unterstützen die Ziele der Individualpsychologie als Encouraging-Trainer/-in, Familienrat-Trainer/-in, als IP-Berater/-in oder in einem gleichwertigen individualpsychologischen Beruf.

### ... Fördermitglieder.

Fördermitglied können Sie werden, wenn Sie sich für die Individualpsychologie interessieren und deren Ziele in einer Gemeinschaft unterstützen möchten.

### ... eine Gemeinschaft, offen für Neue(s).

## Angebote der Mitglieder



**Fachkundige Begleitung  
in allen Lebensfragen durch  
Encouraging-Trainer/-innen,  
Familienrat-Trainer/-in  
und IP-Berater/-innen**

Zentraler Begriff jeder Beratungs- und Trainingstätigkeit der VpIP-Mitglieder ist **Encouraging**, ein Konzept zu einer optimistischen Lebenseinstellung, das auf **Ermutigung** basiert.

*„Mut ist eng verwoben mit einem Gefühl von Verantwortung, von Zugehörigkeit, weil es Vertrauen in unsere Fähigkeit spiegelt, mit allem, was das Leben mit sich bringen könnte, fertig zu werden.“*

Rudolf Dreikurs



- ▶ **Encouraging-Basistraining\***  
(10 Einheiten)  
Dieses Ermutigungs-Training stärkt das Vertrauen in sich selbst. Die Teilnehmer/-innen entdecken persönliche Fähigkeiten und Stärken, die sie früher nicht wahrgenommen haben. So können sie sich selbst und andere aufbauen und gewinnen mehr Lebensenergie.
- ▶ **Encouraging-Aufbautraining**  
(10 Einheiten)  
Im Anschluss an das Basistraining kann man in diesem systematischen Aufbautraining seine Fähigkeit zur Selbst- und Fremdermutigung vertiefen und erweitern. Die Teilnehmer/-innen fördern ihre persönliche soziale Kompetenz und gewinnen so in allen Bereichen mehr Lebensqualität.
- ▶ **Encouraging-Training für die Partnerschaft** (8 Einheiten)  
Was nützt uns alles Geld der Welt, wenn in der Partnerschaft die Liebe fehlt? Das Partnerschafts-Training füllt das Wort Liebe mit neuem Inhalt. Es geht um Themen wie sich mitteilen und zuhören, verzeihen, ermutigen und neue Ziele setzen. In praktischen Übungen lernen die Teilnehmer/-innen, was sie selbst zu einer liebevolleren Partnerschaft beitragen können.
- ▶ **Encouraging-Training für Eltern**  
(10 Einheiten)  
Das Eltern-Training setzt dort an, wo die alltäglichen Probleme zwischen Eltern und Kindern beginnen, zum Beispiel beim Kampf um das Aufräumen. Eltern lernen, das Verhalten ihrer Kinder neu zu verstehen und neu darauf zu reagieren. Das Training ist wie alle anderen sehr praxisorientiert und sichert durch praktische Übungen die Umsetzung in den Familienalltag.
- ▶ **Encouraging-Training für Arbeit und Beruf** (7 Einheiten)  
Viele Menschen können sich an ihrem Arbeitsplatz nicht so einbringen, wie sie es eigentlich möchten. Sie fühlen sich blockiert, von anderen oder von sich selbst. Dieses Training ist speziell entwickelt für Menschen, die auch am Arbeitsplatz ihre Lebensqualität verbessern wollen.
- ▶ **Encouraging-Training für Pädagogen**  
(10 Einheiten)  
Burn-out bei Lehrerinnen und Lehrern, die ihren Beruf ursprünglich mit viel Engagement erlernt haben. Das muss nicht sein! Dieses Training richtet sich speziell an Angehörige pädagogischer Berufe. Sie lernen, wie sie ihr Verhältnis zu den SchülerInnen verbessern können - ohne innerlich in Stress zu geraten.

\* Jedes Training in Gruppen von maximal 12 Teilnehmern

## Angebote der Mitglieder – Fortsetzung

### ► Familienrat nach Dreikurs

(6 Einheiten)

Gleichwertigkeit in der Familie kann man leben. Sie bedeutet: Jedes Mitglied kann sich mit seinen individuellen Fähigkeiten einbringen, sich selbst stark fühlen und andere stärken. Im Familienrat lernen Familien eine neue Gesprächsform miteinander und mehr Wertschätzung füreinander. Sie können den Familienrat mit einem/r Familienrat-Trainer/-in bei sich zu Hause oder in einer Erwachsenen-Trainingsgruppe kennen lernen.

### ► Individualpsychologische Beratung und Therapie

Nicht jeder möchte in einer Gruppe über sich selbst, sein Leben, seine Probleme, seine Hoffnungen sprechen. Manchmal sucht man lieber das Gespräch unter vier Augen. Ein Gespräch mit jemand, der einem helfen kann, wieder klarer zu sehen, Antworten zu finden auf Fragen wie

*Wer bin ich? Was kann ich?*

*Wohin kann mein Weg gehen?*

Individualpsychologische Beratung wendet sich an den Einzelnen, hilft ihm oder ihr, wieder Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu finden. Die Beratungs- oder Therapiegespräche erstrecken sich in der Regel über bis zu 10 Sitzungen.



### Tipp:

Wenn Sie klären möchten, welches Angebot ganz speziell für Sie und ihre aktuelle private oder berufliche Situation am besten geeignet ist, wenden Sie sich einfach an den VpIP.

Hier bekommen Sie Namen und Anschrift von IP-Berater/-innen oder Encouraging-Trainer/-innen ganz in Ihrer Nähe.

[www.vpip.de](http://www.vpip.de)  
[info@vpip.de](mailto:info@vpip.de)



# Beitrittserklärung

Hiermit erkläre/n ich/wir den Beitritt zum Verein für praktizierte Individualpsychologie VpIP e.V.

Nachname

Vorname

Geb.datum

Straße

PLZ / Wohnort

Tel.

Fax

E-Mail-Adresse

Individualpsychologische Ausbildung als:

Ausbildungsinstitut

Abschluss im Jahr

Ort, Datum

Unterschrift

Ich zahle folgenden Mitgliedsbeitrag

- Fachmitglied** 75,- € (Paare 112,- €)  
 **Auszubildende/r** 45,- €  
 **Fördermitglied** 30,- €

## **Einzugsermächtigung**

Hiermit ermächtige ich den VpIP widerruflich, den Jahresbeitrag in Höhe von ..... € bei Fälligkeit von meinem Konto per Lastschrifteinzug einzuziehen. Fehlt meinem Konto die erforderliche Deckung, muss meine Bank den Betrag nicht einlösen.

Name des Kontoinhabers / der Kontoinhaberin

Kontonummer

BLZ

Bank

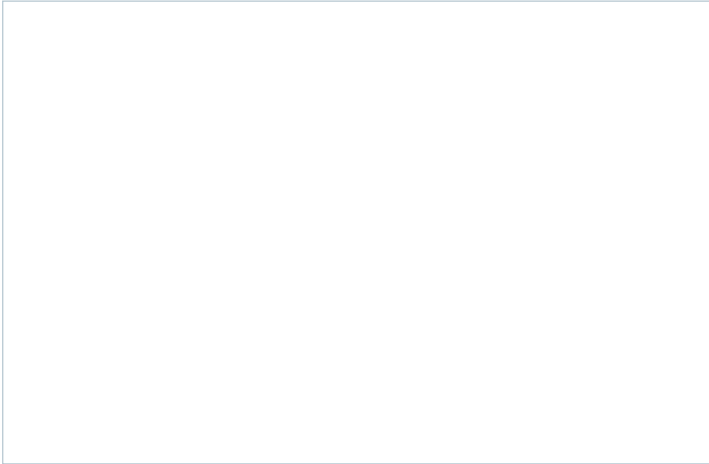
Datum

Unterschrift

Beitrittserklärung  
schicken an:

VpIP-Sekretariat  
Schulstraße 25  
26209 Kirchhatten  
Fax: 04482 98 05 28

Diese Broschüre wurde Ihnen überreicht  
durch das Vpip-Mitglied:



Weitere Informationen erhalten Sie  
im Internet oder schicken Sie uns eine Mail:  
Internet: [www.vpip.de](http://www.vpip.de)  
E-Mail: [info@vpip.de](mailto:info@vpip.de)



Verein für praktizierte  
Individualpsychologie e. V.