

CURRICULUM

Ausbildungsinhalte und mehr

für den Beruf
Individualpsychologischer Berater /
Individualpsychologische Beraterin

*„Der Antrieb für all unsere Taten
ist ein innerer Plan,
nach dem wir handeln,
den wir aber kaum kennen.
Unsere Haltung anderen gegenüber und
dem Leben gegenüber
hängt davon ab,
wie wir von uns selbst denken.“*

Rudolf Dreikurs

Adler-Pollak-Institut
Leitung: Peter Pollak
Rheinstraße 24
55283 Nierstein

Tel. +49 (0) 6133 - 38 59 760
Fax +49 (0) 6133 - 38 59 761
Mail info@adler-pollak-institut.de
Web www.adler-pollak-institut.de

CURRICULUM

Ausbildungsinhalte und mehr

Das Wort Curriculum kommt aus dem Lateinischen und bezeichnet einen Lehrplan, der nicht willkürlich zusammengestellt, sondern auf einer Theorie des Lehrens und Lernens aufgebaut ist.

Daher finden Sie in dieser Übersicht mehr als die Wissensgebiete, die in der Ausbildung zum Individualpsychologischen Berater/zur Individualpsychologischen Beraterin (= IP-Berater/IP-Beraterin) gelehrt werden. Sie finden auch vieles, was darüber hinausgeht und doch ganz zentral ist:

Inhalte

- ▶ **Leitbild des Adler-Pollak-Instituts (API)**, das auf dem positiven Menschenbild der Individualpsychologie gründet,
- ▶ **Semesterübersicht** zu den Themen- und Übungsschwerpunkten der einzelnen Semester mit Informationen über die Betreuung mit Tutoren, ÄltGes und JünGes*,
- ▶ **Ausbildungsinhalte**,
- ▶ **Lernen am API**, bei dem die Grenzen zwischen Theorie und Praxis verschwinden,
- ▶ **Grundannahmen**, die die innere Haltung von Individualpsychologischen Beratern und Beraterinnen kennzeichnen,
- ▶ **Zusammenfassung**, wie die Ausbildung funktioniert und vor allem: wie sie gelingt.

Dieses Curriculum möge Ihnen auch als Leitfaden dienen, der Sie durch das gesamte Studium begleitet. Sie können vergleichen, wo Sie in Bezug auf die Grundannahmen stehen - wie viel der Inhalte Sie gelernt haben und was noch vor Ihnen liegt.

* ÄltGes = Älteres Geschwister, Student eines höheren Semesters,
JünGes = Jüngerer Geschwister, Student eines niedrigeren Semesters

Leitbild des Adler-Pollak-Instituts

Für die Menschen. Mit den Menschen.

Das Adler-Pollak-Institut (API) steht in der Tradition der Individualpsychologie nach Alfred Adler, Rudolf Dreikurs, Erik Blumenthal, Antonia und Theo Schoenaker. Als Ausbildungsinstitut für Individualpsychologische Berater und Beraterinnen bieten wir



Peter Pollak, Leiter des API, im Gespräch mit einem Studenten, inzwischen IP-Berater

ein fundiertes, gründliches und umfassendes Studium, in dem der Mensch im Mittelpunkt steht. Neben verschiedenen Ausbildungen fühlen wir uns der Verbreitung des individualpsychologischen Gedankenguts verpflichtet. Deshalb bieten wir über die Ausbildungen hinaus Fort- und Weiterbildungen an, die ganz im Sinne von Alfred Adler offen sind für alle Menschen. Wir sind überzeugt, dass unser Institut einen gesellschaftlich wichtigen Beitrag leistet.

Wir leben, was wir lehren.

Wir lehren in einer ermutigenden Atmosphäre des Wohlwollens. Wir nehmen die Teilnehmer und Teilnehmerinnen unserer Ausbildungen und Seminare ernst und behandeln sie gleichwertig mit Achtung und Respekt. Die gute Zusammenarbeit zwischen Dozenten, Tutoren und Studenten wird von der Leitung und dem Ausbildungsforum gefördert und unterstützt. Jeder Einzelne ist uns wichtig. Wir sind an der Persönlichkeitsentwicklung unserer Studenten und Studentinnen ernsthaft

interessiert und fördern sie nach bestem Wissen. Unsere Ausbildungen sprechen den Menschen in seiner Ganzheit an und gehen deshalb weit über eine reine Wissensvermittlung hinaus. Wir sind offen für Anregungen und Impulse, gleichviel ob sie von den Studenten, Tutoren, Dozenten oder von außen kommen. Wir fühlen uns den Ideen der Individualpsychologie verbunden und leben Gemeinschaftsgefühl.

Unsere erfahrenen und qualifizierten Dozenten und Tutoren bilden sich regelmäßig weiter. Unser Lehrstil ist interessant, abwechslungsreich und vielseitig. Wir sind flexibel und orientieren uns an den Bedürfnissen der Studenten und Studentinnen.

Dies bedeutet auch, dass sich das Curriculum ständig weiterentwickelt mit den Herausforderungen der Zeit, der Studenten, der Dozenten und der Klienten. So verschieben sich von Ausbildungsgruppe zu Ausbildungsgruppe die Schwerpunkte etwas. Das erfordert Flexibilität von den Lehrenden, von der die Studenten profitieren. Nicht umsonst haben wir als Leitbild gewählt: „Das Adler-Pollak-Institut - Für die Menschen. Mit den Menschen.“

Wir halten uns an ethische Standards für lehrende und beratende Berufe. Wir lehren und praktizieren Individualpsychologie. Wir freuen uns über die Entwicklung unserer Studenten und Studentinnen.

Ressourcen entfalten. Potenziale entwickeln.

Unsere gut ausgebildeten Individualpsychologischen Berater und Beraterinnen sind kompetente, ermutigende Persönlichkeiten, kennen ihre Grenzen und beherrschen ein großes Repertoire an Beratungsmethoden und -techniken. Durch ihre soziale Kompetenz sind sie kommunikations- und beziehungsfähig. Sie haben gute Chancen in ihrer vorwiegend freiberuflichen Tätigkeit, stellen sich gut dar und bilden sich beständig weiter. Sie nehmen regelmäßig an Supervisionen teil und halten dadurch ihre Kompetenz aufrecht. Durch ihre fachlich und menschlich überzeugende Beratungstätigkeit mit Einzelnen, Paaren oder Gruppen sind sie auch wirtschaftlich erfolgreich. Ihre Qualität und Persönlichkeit sind Aushängeschild für das Adler-Pollak-Institut.

Die Ausbildung

Der Beruf des Individualpsychologischen Beraters ist u.a. durch eine große Nähe zu den Menschen gekennzeichnet, die sich ihm anvertrauen. Infolgedessen trägt er eine hohe Verantwortung für diese Menschen. In der Ausbildung legen wir daher großen Wert auf die Vermittlung ethischer Standards.

Die [Anforderungen an psychologische Berater](#) sind vielfältiger Natur:

- Das Problem des Klienten und seine Persönlichkeit schnell erfassen und daraus Schlüsse ziehen.
- Gemeinsam mit dem Klienten mögliche Lösungen erarbeiten, die sowohl dem Klienten als auch seinem Umfeld dienen.
- Eigene Grenzen kennen und jene Klienten abgeben, die eine Therapie benötigen.
- Sich selbst gut kennen.
- Genügend an sich gearbeitet haben und weiterhin arbeiten.
- Sich beständig fortbilden und Supervision in Anspruch nehmen.

Die [Persönlichkeitsentwicklung](#) steht zumindest gleichwertig neben der Wissensvermittlung. Methodisch arbeiten wir mit umfangreicher [verbaler Selbsterfahrung](#) sowie mit [nonverbaler Selbsterfahrung](#). Als solche haben sich vor allem die Individualpsychologische Maltherapie und die Konzentrierte Bewegungstherapie bewährt. Durch diese Vielfalt werden die Studenten unterschiedlich angesprochen und angeregt, so dass sie sich selbst auch unterschiedlich wahrnehmen können. Ein Gruppenfeedback bietet die zusätzliche Chance der Selbstwahrnehmung. Wenn dies einmal nicht ausreichend ist, besteht die Möglichkeit einer erweiterten [Lebensstilanalyse](#) bei einem erfahrenen, in Lebensstilanalyse ausgebildeten Berater.

Nicht jeder ist ein Naturtalent in Bezug auf [ermutigende Qualitäten](#), doch jeder kann es werden. Deshalb trainieren die Studenten im ersten und zweiten Semester ermutigende Beziehungsqualitäten, im dritten und vierten Semester ermutigende Führungsqualitäten, im fünften und sechsten Semester ermutigende Beraterqualitäten.

Semesterübersicht

1. Semester

- Grundlagen der Individualpsychologie
- Offene Werkstatt = Demonstration der Beratung durch den Ausbildungsleiter
- 14-tägiges Training von ermutigenden Beziehungsqualitäten mit Berichten
- Selbsterfahrung

2. Semester

- Grundlagen der Individualpsychologie
- Offene Werkstatt = Demonstration der Beratung durch den Ausbildungsleiter
- 14-tägiges Training von ermutigenden Beziehungsqualitäten mit Berichten
- Selbsterfahrung
- Schriftliche Semesterarbeit
- Theoretische Zwischenprüfung

3. Semester

- Theorie der Beratungsmethoden
- Praxis der Beratung
- 14-tägiges Training von ermutigenden Führungsqualitäten mit Berichten
- Begleitung eines JünGes bezüglich des Trainings von ermutigenden Beziehungsqualitäten (JünGes = jüngeres Geschwister, Student eines niedrigeren Semesters)
- Selbsterfahrung und Lehranalyse in Gruppen
- Schriftliche Semesterarbeit

4. Semester

- Theorie der Beratungsmethoden
- Praxis der Beratung
- 14-tägiges Training von ermutigenden Führungsqualitäten mit Berichten
- Begleitung eines JünGes
- Selbsterfahrung und Lehranalyse in Gruppen
- Fallbesprechungen
- Schriftliche Semesterarbeit
- Theoretische Zwischenprüfung

5. Semester

- Praxis der Beratung
- Selbsterfahrung und Lehranalyse in Gruppen
- Fallbesprechungen
- 14 tägiges Training von ermutigenden Beraterqualitäten mit Berichten
- Kennenlernen IP-verwandter Methoden
- Begleitung eines JünGes bzgl. des Trainings ermutigender Führungsqualitäten
- Schriftliche Semesterarbeit

6. Semester

- Vertiefung der Beratungsmethoden
- Praktische Beratung
- Supervision
- Begleitung eines JünGes
- Intensive Lebensstilarbeit
- 14 tägiges Training von ermutigenden Beraterqualitäten mit Berichten
- Theoretische Abschlussprüfung

Zertifikat

Nach dem Ende des 6. Semesters können sich die Studenten zur Abschluss-Prüfung anmelden. Hierfür schreiben sie eine Abschlussarbeit mit Fallbeschreibungen von eigenständig durchgeführten Beratungen (unter Supervision). Die abschließende Prüfung erfolgt mündlich und findet in der Gruppe statt. Mit bestandener Prüfung erhalten die Studenten ein Zertifikat als Individualpsychologische/r Berater/Beraterin (API).

Ausbildungsinhalte

Der Schwerpunkt der Lehre liegt auf der Individualpsychologie; zusätzlich werden auch Grundlagen anderer psychologischer Richtungen gelehrt.

Tiefenpsychologische Richtungen

- ▶ Individualpsychologie
- ▶ Psychoanalyse
- ▶ Analytische Psychologie
- ▶ Logotherapie

Weitere psychologische Richtungen

- ▶ Rational emotive Therapie (RET oder REVT)
- ▶ Verhaltenstherapie
- ▶ Systemische Therapie
- ▶ Positive Psychotherapie
- ▶ Konzentrierte Bewegungstherapie

Die Wurzeln der Individualpsychologie sind wichtig für die Gegenwart:

Historischer Überblick

- ▶ Geschichte der Individualpsychologie
- ▶ Alfred Adler
- ▶ Auseinandersetzung zwischen Adler und Freud
- ▶ Rudolf Dreikurs
- ▶ Gegenwart der Individualpsychologie

Weitere Themenbereiche aus Sicht der Individualpsychologie:

▶ Dynamik der Persönlichkeit

Minderwertigkeitsgefühle, Minderwertigkeitskomplex, Geltungsstreben
Innere und äußere Konflikte
Holismus (Ganzheitlichkeit)
Gemeinschaftsgefühl
Krisen
Traumata

▶ Soziale Aspekte

Mensch als soziales Wesen
Zugehörigkeitsgefühl
Autonomie/ Bindung
Gemeinschaftsgefühl
Gleichwertigkeit
Lebensaufgaben

▶ Gefühle

Minderwertigkeitsgefühle
Angst / Ängste
Angemessene und unangemessene Gefühle
Rolle der Gefühle

► **Finalität (Zielgerichtetheit des Menschen)**

► **Schöpferische Kraft des Menschen**

► **Entwicklung der Persönlichkeit**

Familienkonstellation

Kompetenz des Säuglings

Kompetenz und Kreativität des Kindes

Nahziele des Kindes

Kompetenz und Kreativität des Jugendlichen

Nahziele des Jugendlichen

Kompetenz und Kreativität des Erwachsenen

Nahziele des Erwachsenen

Lebensstil

► **Persönlichkeitstypen**

Die vier Prioritäten nach Nira Kfir

Modell nach Virginia Satir

Synchronizing nach Markus Jensch

Das Reiss Profile nach Steven Reiss

► **Ermutigung und Entmutigung**

Selbstermutigung

Fremdermutigung

Soziales Dreieck

Verbale Ermutigung

Nonverbale Ermutigung

► **Umgang mit sich selbst**

Selbstgespräche

Innerer Dialog

Gespräch mit dem „inneren Kind“

Selbstannahme

Loslassen

Verzeihen

Glauben aus psychologischer Sicht

Einstellungen / Haltungen

Soziale Intelligenz

▶ **Lebensstilanalyse**

- Herkunftsfamilie
- Familienkonstellation
- Frühe Kindheitserinnerungen
- Träume
- Biografiearbeit
- Projektive Tests und andere Verfahren

▶ **Individualpsychologische Kindererziehung**

▶ **Ehe und Partnerschaft**

- Verliebtheit
- Sexualität
- Kommunikation
- Partnerschaftsentwicklung
- Lebensbedingungen / Krisenbedingungen
- Modelle / Visionen

▶ **Psychopathologie**

- Neurose und neurotische Symptome
- Persönlichkeitsstörungen
- Depression
- Bipolare Störung
- Sucht
- Psychose

▶ **Beratung**

- Theorie der Beratung
- Das erste Interview
- Beratungsprozess
- Methoden, Techniken und Taktiken
- Grenzen der Beratung
- Beziehungen herstellen und halten
- Psychologische Analyse
- Deutung und Interpretationen
- Coaching

► Praxis der Beratungen

- Einzelberatung
- Familienberatung
- Erziehungsberatung
- Partnerschaftsberatung
- Sexualberatung
- Gruppenberatung
- Beratung zu Problemen am Arbeitsplatz
- Lebensberatung
- Krisenintervention
- Sinnfrage
- Supervision

Lernen am API. So macht Lernen Freude.

Lernen am Adler-Pollak-Institut bedeutet immer auch Lernen in der Gruppe.

„In der Gruppe machen wir Schluss mit der neurotischen Annahme, dass jemand, der etwas falsch macht, wertlos sei. In der Gruppe erfahren wir ein Gefühl der Gleichwertigkeit wie sonst nirgendwo. Dort verliert man durch Versagen nicht sein Ansehen.“ (Rudolf Dreikurs) Diese Haltung leben und erleben die Studenten während des ganzen Studiums, denn **das Studium ist vor allem auch praktizierte Individualpsychologie.**

Durch den Gruppenlernprozess wird die Individualpsychologie sofort umsetzbar und erfahrbar. Zum Beispiel legen wir großen Wert auf den „**Mut zur Unvollkommenheit**“, für den die Studenten in ihren Gruppen ein geeignetes Trainingsfeld haben. Hilfreich bei allen Ausbildungsphasen sind Menschen wie die Tutoren und ÄltGes (älteres Geschwister = Student in einem höheren Semester), die jeden Studenten während der gesamten Ausbildung individuell begleiten.

Wissen ist das eine – Können das andere. Deshalb erhalten die Studenten immer wieder die Möglichkeit, untereinander in größeren und kleineren Gruppen zu üben und zu trainieren. Dies bezieht sich auch auf das eigene Lehren. Unsere Studenten bekommen kontinuierlich Gelegenheit, selbst zu lehren durch Kurzvorträge, Referate, Selbstdarstellungen, Prüfungen, usw., denn eigenes Lehren ist für das Lernen ganz besonders förderlich.

Grundannahmen

Ein Individualpsychologischer Berater/eine Individualpsychologische Beraterin steht zu folgenden Grundannahmen:

- Jedes menschliche Verhalten ist zielgerichtet.
- Jeder Mensch kann sein Verhalten ändern, wenn er es will.
- Der Mensch, als Entscheidungen treffendes Wesen, kann sich in jeder Situation für ein Verhalten entscheiden. Er kann wählen.
- Nicht die Situation ist entscheidend, sondern die Art, wie der Mensch darauf reagiert.

Die IP-Beraterin/der IP-Berater ...

- ... kann das Ziel des Verhaltens erkennen.
- ... orientiert die Beratung an dem Auftrag des Klienten und an dem erkannten Ziel.
- ... ermutigt den Klienten, damit die Dynamik der Veränderung in Gang kommen kann.
- ... hilft dem Klienten, sich seiner Kreativität bewusst zu werden und neue Sichtweisen zu entwickeln.
- ... erarbeitet mit dem Klienten neue Möglichkeiten für sein Verhalten.
- ... hilft dem Klienten, die Verantwortung für sein Verhalten zu übernehmen.
- ... macht dem Klienten bewusst, dass nur er allein entscheidet, was er tun kann.
- ... zeigt dem Klienten auf, was er tut, in welche Richtung sich sein Tun bewegt und welche Folgen sein Verhalten hat.
- ... zeigt dem Klienten, dass sie/er ihn versteht.
- ... verhält sich gegenüber dem Klienten vorurteilsfrei und gewinnt so sein Vertrauen und seine Mitarbeit.
- ... sieht den Klienten als eine Einheit (Ganzheit) und hilft ihm, sich selbst auch als Einheit und als Entscheidungen treffendes Wesen zu verstehen.

-
- ... verkürzt die Beratung durch aufmerksames Zuhören und konkrete und relevante Fragen.
 - ... arbeitet in der Erziehungsberatung mit den vier Nahzielen nach Rudolf Dreikurs.
 - ... nutzt in der Beratung frühe Kindheitserinnerungen und die Familienkonstellation, um die notwendigen Informationen für weitere Schlussfolgerungen zu bekommen.
 - ... beschäftigt sich nur mit der Frage, wie sie/er dem Klienten am besten helfen kann und nicht damit, welchen Eindruck sie/er auf den Klienten macht.
 - ... vergleicht sich nicht mit anderen. Sie/er kann die Individualpsychologie mit anderen psychologischen Schulen vergleichen, aber keine Menschen.
 - ... hilft dem Klienten, sich anzunehmen und das Beste zu tun, was er kann.
 - ... ist sich bewusst, dass der Klient die Veränderung bewirken muss und dass es ihre/seine Aufgabe ist, den Klienten in die richtige Richtung zu führen.
 - ... wird sich nicht in Prognosen verstricken.
 - ... lässt sich durch einen Fehler nicht entmutigen. Sie/er wird daraus lernen und daran wachsen. Sie/er entwickelt Mut zur Unvollkommenheit.

Die Beratung findet in einer Atmosphäre der Gleichwertigkeit statt.

Zusammenfassung

Wenn Sie dieses Curriculum aufmerksam gelesen haben und insbesondere die Semesterübersicht auf sich wirken ließen, konnten Sie erkennen, dass die Praxis im weitesten Sinne einen großen Platz einnimmt. Die Theorie ist wichtig, die Praxis aber ist wichtiger.

Jede Studentin, jeder Student soll von Anfang an wissen, dass das Studium der individualpsychologischen Theorie allein nicht zu den Fähigkeiten führt, die wir von einer IP-Beraterin/einem IP-Berater erwarten. Wissen ist nicht gleich Können.

Deshalb beinhaltet die Ausbildung zur IP-Beraterin / zum IP-Berater:

1. Theorien zum Verständnis und Führung der Klienten
2. Modelle der Beratung und deren praktische Anwendung
3. Gelegenheiten zum praktischen Üben
4. Selbsterfahrung und Lehranalyse
5. Anleitungen zur Persönlichkeitsentwicklung

Dabei liegt allem Lernen und Üben ein zentrales Prinzip der Individualpsychologie zugrunde: **Gleichwertigkeit**. Unsere Studenten lernen in einer Atmosphäre der Gleichwertigkeit, erfahren sich und andere in einer Atmosphäre des Wohlwollens und ermutigen sich gegenseitig.

Die Ausbildung zum IP-Berater/zur IP-Beraterin ist Ausbildung in der Theorie zur Individualpsychologie und mehr. Sehr viel mehr. Freuen Sie sich darauf!

