



Adler-Pollak-Institut  
für Individualpsychologie

# CURRICULUM

## Ausbildungsinhalte

für die Ausbildung

Individualpsychologischer Berater /

Individualpsychologische Beraterin

Dieses Curriculum beschreibt die Inhalte und den Ablauf der Ausbildung, die Lernmethoden, die Art und Weise des Lernens, sowie die Grundannahmen und Leitlinien für Beraterinnen und Berater<sup>1</sup> des Adler-Pollak-Instituts.

## Inhaltsverzeichnis:

- Leitbild des Adler-Pollak-Instituts (API)
- Kompetenzen der ausgebildeten Berater
- Semesterübersicht mit den Themen-Schwerpunkten
- Ausbildungsinhalte
- Zertifikat und Abschlussprüfung
- Lernen am API - So macht lernen Freude
- Grundannahmen und Leitlinien für Berater
- Zusammenfassung – Das Wesentliche

Adler-Pollak-Institut  
Leitung: Melanie Grießhaber

Tel. +49 (0) 1573 / 54 98 000

Widerholtstr. 83  
73272 Neidlingen

Mail [info@adler-pollak-institut.de](mailto:info@adler-pollak-institut.de)  
Web [www.adler-pollak-institut.de](http://www.adler-pollak-institut.de)

---

<sup>1</sup> Aus Gründen der besseren Lesbarkeit entfällt im Folgenden die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers. Mit der männlichen Form sind im Folgenden alle Menschen gemeint, unabhängig von ihrem Geschlecht und ihrer geschlechtlichen Orientierung.

## 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 und Peter Pollak. Das API bietet eine umfassende Ausbildung für Individualpsychologische Berater an. Diese beinhaltet ein fundiertes Studium, in dem der Mensch im Mittelpunkt steht.

Wir setzen uns dafür ein, die Individualpsychologie zu verbreiten und das Gemeinschaftsgefühl zu stärken. Wir sind davon überzeugt, dass wir mit dieser Ausbildung einen wichtigen gesellschaftlichen Beitrag leisten.



Melanie Grießhaber, Markus Ditscher und Tamara Büttner

Leiter der Ausbildungsgruppen am API

### Wir leben, was wir lehren.

Die Ausbildung findet in einer ermutigenden Atmosphäre statt. Wir behandeln die Teilnehmer gleichwertig und mit Achtung und Respekt.

Eine gute Zusammenarbeit zwischen Ausbildungsleiter, Dozenten, Tutoren und Studenten ist uns ein wichtiges Anliegen. Jeder Einzelne ist uns wichtig.

Dem Ausbildungsteam ist daran gelegen, dass die Teilnehmer das, was sie später vermitteln wollen, auch so gut wie möglich selbst leben.

Wir halten uns an ethische Standards. Wir lehren und praktizieren Individualpsychologie. Wir freuen uns über die Entwicklung der Studenten.

## Ressourcen entfalten. Potenziale entfalten.

Wir sind an der Potentialentfaltung aller Beteiligten interessiert. Eine ausreichende Selbstkenntnis ist eine wesentliche Voraussetzung für eine Tätigkeit als Berater und eine wesentliche Basis für die Entfaltung der persönlichen Potentiale. Deshalb sind Angebote zur Selbsterfahrung wesentlicher Bestandteil der Ausbildung.

Die Ausbildung spricht den Menschen in seiner Ganzheit an und geht deshalb über eine reine Wissensvermittlung hinaus. Wir gestalten die Wissens- und Erfahrungsvermittlung interessant, abwechslungsreich und vielseitig. Dies bedeutet auch, dass sich die Ausbildung ständig weiterentwickelt. Der zeitliche Ablauf und die Intensität der einzelnen Themen kann sich von Ausbildungsgruppe zu Ausbildungsgruppe etwas verschieben.

Die Gestaltung und Fortentwicklung der Ausbildung orientieren sich

- an den Bedürfnissen der Teilnehmer
- an den Inhalten, die für eine qualifizierte Beratertätigkeit wichtig sind

Eine ressourcenorientierte Haltung ist uns wichtig.

## Kompetenzen der ausgebildeten Berater

Ziel der Ausbildung ist es, die für die Tätigkeit als Berater erforderlichen Fähigkeiten und Haltungen zu entwickeln bzw. zu stärken. Ausgebildete Berater sind kompetente und ermutigende Gesprächspartner, kennen ihre Grenzen, verfügen über ein großes Repertoire an Beratungsmethoden und haben Erfahrung mit deren Anwendung. Sie haben eine ausgeprägte soziale Kompetenz und fortgeschrittene Kommunikationskompetenzen. Sie haben die vertrauliche Behandlung von Beratungsgesprächen und anderen Austauschformaten im Rahmen der Ausbildung ausreichend geübt und verinnerlicht. Sie sind bei Abschluss der Ausbildung gut vorbereitet auf eine freiberufliche Tätigkeit als Berater.

Durch die regelmäßige Teilnahme an Supervisionen stellen sie die Qualität ihrer Beratungen sicher. Sie bilden sich weiter und halten dadurch ihre Kompetenz aufrecht.

Die Arbeit als IP-Berater ist durch eine große Nähe zu den Menschen gekennzeichnet, die sich ihm anvertrauen. Der Berater trägt deshalb eine hohe Verantwortung. In der Ausbildung legen wir daher großen Wert auf die Vermittlung und die Einhaltung ethischer Standards. Für die Tätigkeit als Berater sind insbesondere folgende Fähigkeiten und Haltungen erforderlich:

- Das Problem des Klienten schnell erfassen
- Den Klienten in seiner Persönlichkeit verstehen
- Die Methoden kennen und diese zielgerichtet und sicher anwenden
- Gemeinsam mit dem Klienten mögliche Optionen erarbeiten
- Kennen der eigenen Grenzen
- Erkennen, wenn Klienten weitergehende Hilfe benötigen – z.B. eine Therapie
- Ausreichende Selbstkenntnis
- Beständiges Interesse an der eigenen Persönlichkeitsentwicklung
- Regelmäßige Inanspruchnahme von Supervision
- Regelmäßige Fortbildung, um die Kompetenz zu erhalten

Die Persönlichkeitsentwicklung steht gleichwertig neben der Wissensvermittlung. Methodisch arbeiten wir mit umfangreicher verbaler Selbsterfahrung sowie mit nonverbaler Selbsterfahrung. Dabei haben sich vor allem die Konzentrierte Bewegungstherapie (KBT) und die Individualpsychologische Maltherapie bewährt. Durch die vielen unterschiedlichen Formate der Selbsterfahrungs-Angebote stellen wir sicher, dass für alle Studenten wertvolle Erfahrungsangebote enthalten sind.

Wenn es in Einzelfällen sinnvoll erscheint, eine erweiterte Lebensstilanalyse in Anspruch zu nehmen, kann diese parallel zur Ausbildung bei einem für die Lebensstilanalyse ausgebildeten Berater in Anspruch genommen werden (nicht in den Semestergebühren enthalten).

Ermutigende Qualitäten sind ein wesentlicher Bestandteil der Ausbildung. Im ersten und zweiten Semester werden die ermutigenden Beziehungsqualitäten geübt, im dritten und vierten Semester die ermutigenden Führungsqualitäten, im fünften und sechsten Semester die ermutigenden Beraterqualitäten. Das Üben trägt dazu bei, dass die ausgebildeten IP-Berater auch in schwierigen Situationen ermutigend mit ihren Mitmenschen und Klienten umgehen.

## Semesterübersicht mit den Themen-Schwerpunkten

### 1. Semester

- Grundlagen der Individualpsychologie - Schwerpunkt Familienkonstellation
- Offene Werkstatt = Demonstration einer Beratung durch den Ausbildungsleiter
- 14-tägiges Training von ermutigenden Beziehungsqualitäten mit Berichten
- Selbsterfahrung für die Studenten

### 2. Semester

- Grundlagen der Individualpsychologie - Schwerpunkt Kindheitserinnerungen
- Beratungsmethoden
- Offene Werkstatt
- 14-tägiges Training von ermutigenden Beziehungsqualitäten mit Berichten
- Selbsterfahrung für die Studenten
- Schriftliche Semesterarbeit
- Theoretische Zwischenprüfung

### 3. Semester

- Thema Partnerschaft
- Weitere Beratungsmethoden
- Offene Werkstatt
- 14-tägiges Training von ermutigenden Führungsqualitäten mit Berichten
- Begleitung eines „JünGes“ beim Training der ermutigenden Beziehungsqualitäten (JünGes = Jüngerer Geschwister = Student in einer nachfolgenden Ausbildungsgruppe)
- Selbsterfahrung für die Studenten
- Schriftliche Semesterarbeit

#### 4. Semester

- Thema Erziehung
- Weitere Beratungsmethoden
- Offene Werkstatt
- 14-tägiges Training von ermutigenden Führungsqualitäten mit Berichten
- Begleitung eines JünGes
- Selbsterfahrung für die Studenten
- Schriftliche Semesterarbeit
- Theoretische Zwischenprüfung

#### 5. Semester

- Thema Beratung
- Praktische Erfahrungen in der Beratung
- Supervision zu eigenen Beratungserfahrungen
- Offene Werkstatt
- 14-tägiges Training von ermutigenden Beraterqualitäten mit Berichten
- Begleitung eines JünGes
- Selbsterfahrung für die Studenten
- Schriftliche Semesterarbeit

#### 6. Semester

- Thema Alter, Tod und Trauer
- Vertiefung der Beratungsmethoden
- Praktische Erfahrungen in der Beratung
- Supervision zu eigenen Beratungserfahrungen
- Offene Werkstatt
- 14-tägiges Training von ermutigenden Beraterqualitäten mit Berichten
- Begleitung eines JünGes
- Selbsterfahrung für die Studenten
- Erstellung einer Abschlussarbeit
- Theoretische Abschlussprüfung

## Ausbildungsinhalte

Der Schwerpunkt der Inhalte basiert auf der Individualpsychologie. Daneben werden auch Grundlagen anderer psychologischer Richtungen vermittelt.

### Tiefenpsychologische Richtungen

- Individualpsychologie
- Grundlagen der Psychoanalyse (Freud)
- Grundlagen der Analytischen Psychologie (Jung)

### Weitere psychologische Richtungen

- Konzentrierte Bewegungstherapie (als Selbsterfahrungs-Angebot)
- Rational emotive Verhaltens-Therapie (REVT)
- Systemische Therapie (Grundlagen)
- Positive Psychotherapie (Grundlagen)
- Logotherapie (Grundlagen)

### Historischer Überblick

- Geschichte der Individualpsychologie
- Biografie von Alfred Adler
- Bedeutung von Rudolf Dreikurs
- Gegenwart der Individualpsychologie

### Soziale Aspekte

- Der Mensch als soziales Wesen
- Gleichwertigkeit
- Holismus (Ganzheitlichkeit)
- Zugehörigkeitsgefühl
- Gemeinschaftsgefühl
- Lebensaufgaben
- Krisen

### Ermutigung und Entmutigung

- Selbstermutigung
- Fremdermutigung
- Soziales Dreieck
- Verbale Ermutigung
- Nonverbale Ermutigung
- Folgen von Ermutigung und Entmutigung

### Gefühle

- Minderwertigkeitsgefühle
- Ängste
- Rolle der Gefühle
- Angemessene und unangemessene Gefühle

## Finalität

- Der Mensch ist ein Entscheidungen treffendes Wesen
- Zielgerichtetheit des Menschen

## Entwicklung der Persönlichkeit

- Entstehung des Lebensstils
- Schöpferische Kraft des Menschen

## Lebensstilarbeit

- Herkunftsfamilie / Familienkonstellation
- Kindheitserinnerungen
- Träume
- Biografiearbeit
- Projektive Tests

## Persönlichkeitstypen

- Die vier Prioritäten nach Nira Kfir
- Kommunikationstypen nach Virginia Satir

## Umgang mit sich selbst

- Selbstgespräche
- Methoden zum inneren Dialog
- Gespräch mit dem „inneren Kind“
- Selbstannahme
- Loslassen
- Verzeihen
- Einstellungen / Haltungen

## Erziehung und Begleitung

- Kompetenz und Kreativität des Kindes
- Erziehungsstile
- Dreikurs-Pädagogik
- Nahziele
- Natürliche und logische Folgen
- Wahlmöglichkeiten
- Jugendliche / Pubertät

## Partnerschaft

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

## Psychische Störungen

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

## Beratung

- Theorie der Beratung
- Methoden und Techniken
- Grenzen der Beratung
- Der Beratungsprozess
- Beziehung herstellen und halten
- Das Erstgespräch
- Auftragsklärung
- Psychologische Analyse
- Deutung und Interpretation
- Neuorientierung

## Praxis der Beratung

- Einzelberatung
- Paarberatung
- Erziehungsberatung
- Familienberatung
- Beratung im beruflichen Kontext
- Allgemeine Lebensberatung
- Umgang mit Lebenskrisen

## Zertifikat und Abschlussprüfung

Nach dem Ende des 6. Semesters erhalten die Studenten ein Zertifikat über die Teilnahme an der Ausbildung.

Danach können sich die Studenten zur Abschlussprüfung anmelden. Voraussetzung dafür ist die Teilnahme an der Ausbildung, eine ausreichende Selbstkenntnis, ausreichend verinnerlichte Beraterqualitäten und die rechtzeitige Abgabe aller Berichte, Semesterarbeiten sowie der Abschlussarbeit.

Die Abschlussarbeit beinhaltet Fallbeschreibungen von eigenständig durchgeführten Beratungen (unter Supervision) zu drei unterschiedlichen Beratungsthemen: Erziehungsberatung, Paarberatung und allgemeine Lebensberatung, davon zwei Kurzzeitberatungen (1-2 Beratungsgespräche) und eine Langzeitberatung (5-6 Beratungsgespräche).

Die Abschlussprüfung erfolgt mündlich und findet in einer Gruppe statt. Dabei werden Fragen zur Individualpsychologie und zu den Beratungen in der Abschlussarbeit gestellt. Nach bestandener Prüfung erhalten die Studenten ein Zertifikat als Individualpsychologischer Berater (API) / Individualpsychologische Beraterin (API).



## Lernen am API - So macht Lernen Freude.

Lernen am API bedeutet Lernen in der Gruppe. Gemeinsam erfahren wir ein Gefühl der Zugehörigkeit und Gleichwertigkeit. Wir begegnen uns in einer ermutigenden Haltung mit viel Wertschätzung und Respekt. Diese Haltung nehmen wir mit in unser Leben. Damit tragen wir zu einer besseren Welt für uns und für die anderen bei.

Durch den Gruppenprozess wird die Theorie der Individualpsychologie erfahrbar. Wir lernen uns gegenseitig gut kennen und es entsteht viel Vertrauen zueinander. Gemeinsam verstehen und erleben wir die Bedeutung des Zugehörigkeitsgefühls. Gemeinsam lernen wir die Bedeutung des Gemeinschaftsgefühls in der Theorie und ganz praktisch kennen.

Durch den intensiven Austausch und die erworbenen Kenntnisse verstehen wir uns selbst und die anderen immer besser. Das bereichert unser Leben und das Leben unserer Mitmenschen.

Durch die ermutigende und wertschätzende Atmosphäre fällt es leicht, Neues auszuprobieren und Erfahrungen zu sammeln. Das „ermutigende Lernen“ und die Kurzvorträge führen zu einer Festigung der Inhalte, zu positiven Erfahrungen in einer vortragenden Rolle und zu mehr Sicherheit im präsenten und kompetenten Auftreten.

Wir legen großen Wert auf den „Mut zur Unvollkommenheit“, für den die Studenten ein geeignetes Trainingsfeld haben. Jeder darf sein, wie er ist. Jeder darf sich ausprobieren. Jeder wird in seiner Potentialentfaltung unterstützt.

Die Studenten haben immer wieder Gelegenheit, untereinander zu üben und zu trainieren. Dadurch entstehen schon Erfahrungen mit der Umsetzung der Kenntnisse und Methoden, bevor die Studenten mit ersten Beratungen mit Dritten beginnen.

Jedem Studenten steht in allen Ausbildungsphasen ein betreuender Tutor als Ansprechpartner zur Verfügung. Der Tutor begleitet den Lernprozess und steht für Fragen zur Verfügung. Der Tutor ist auch der Ansprechpartner für die Semesterarbeiten, gibt ein ermutigendes Feedback und gegebenenfalls Anregungen.

Der Ansprechpartner beim Üben der ermutigenden Qualitäten ist ein „ÄltGes“ (Älteres Geschwister). Ein „ÄltGes“ ist ein Student aus einer früheren Ausbildungsgruppe.

Nach Absprache ist es grundsätzlich möglich, jemanden zu einem Ausbildungswochenende mitzubringen, der sich dafür interessiert. Das gilt insbesondere für die Lebenspartner.

## Grundannahmen und Leitlinien für Berater

Ein IP-Berater steht zu folgenden Grundannahmen und Leitlinien:

- Menschliches Verhalten ist zielgerichtet.
- Der Mensch kann sein Verhalten ändern, wenn er es will.
- Der Mensch ist ein Entscheidungen treffendes Wesen. Er kann sich in jeder Situation für ein Verhalten entscheiden. Er kann wählen.
- Nicht die Situation ist entscheidend, sondern die Art und Weise, wie die Situation bewertet wird.

Ein IP-Berater...

- kann das Ziel des Verhaltens erkennen.
- orientiert die Beratung am Auftrag des Klienten.
- ermutigt den Klienten, sodass dieser mutig neue Lösungsoptionen angehen kann.
- hilft dem Klienten, neue Sichtweisen zu entwickeln.
- erarbeitet mit dem Klienten neue Möglichkeiten für sein Verhalten.
- hilft dem Klienten, sich selbst als ein Entscheidungen treffendes Wesen zu sehen.
- macht dem Klienten bewusst, dass nur er allein entscheidet, was er tut.
- hilft dem Klienten, sich seiner Verantwortung für sein Verhalten bewusst zu werden.
- zeigt dem Klienten auf, was er tut, in welche Richtung sich sein Handeln bewegt und welche Folgen sein Verhalten hat.
- versetzt sich in die Lage des Klienten.
- versteht den Klienten und teilt ihm mit, dass er ihn versteht.
- verhält sich gegenüber dem Klienten vorurteilsfrei und gewinnt sein Vertrauen.
- lenkt die Beratung durch aufmerksames Zuhören und relevante Fragen.
- kennt die Beratungsmethoden, kann eine zum Thema des Klienten passende Methode wählen und diese sicher anwenden.
- beschäftigt sich mit der Frage, wie er dem Klienten helfen kann.
- ist dem Klienten in der Beratung innerlich nahe – mit einer angemessenen beraterischen Distanz.
- hilft dem Klienten, sich anzunehmen.
- reflektiert regelmäßig die eigene berufliche und private Situation, die Belastungen in seinem Leben, die eigenen Kränkungen, Enttäuschungen und Wünsche.
- weiß, dass er für den Beratungsprozess verantwortlich ist.
- weiß, dass der Klient dafür verantwortlich ist, was er in seinem Leben umsetzt.
- lässt sich durch Fehler nicht entmutigen. Er lernt daraus und wächst daran.

Die Beratungen finden in einer Atmosphäre der Gleichwertigkeit statt.

## Zusammenfassung – Das Wesentliche

Das praktische Üben in der Gruppe nimmt in der Ausbildung einen großen Raum ein.

Für eine Tätigkeit als Berater ist eine ausreichende Selbstkenntnis erforderlich. Deshalb sind Angebote zur Selbsterfahrung ein wesentlicher Bestandteil der Ausbildung.

Die Ausbildung findet in einer ermutigenden, wertschätzenden und gleichwertigen Atmosphäre statt. Wir sind an der Potentialentfaltung aller Beteiligten interessiert.

Nach Abschluss der Ausbildung sind Sie gut vorbereitet auf eine Tätigkeit als Berater.

Das erworbene Wissen steht Ihnen in allen Lebensbereichen zur Verfügung. Dies ist insbesondere auch bei der Gestaltung von beruflichen und privaten Beziehungen und im Umgang mit sich selbst eine große Bereicherung.

**Freuen Sie sich darauf!**