

# Schoenaker-Concept

Theo & Julitta Schoenaker

## Encouraging-Training Schoenaker-Konzept

Das Trainingsprogramm wurde in den Jahren 1990/1991 von Theo Schoenaker auf der Grundlage der Individualpsychologie von Alfred Adler entwickelt. In den vergangenen Jahrzehnten konnten Tausende von Menschen durch die Teilnahme an einem Training, ihre Lebensaufgabe in der Partnerschaft, am Arbeitsplatz und in der Gemeinschaft friedlich und erfolgreich gestalten.

Das Encouraging-Training Schoenaker-Konzept richtet sich an erwachsene Menschen, die neue Denk- und Handlungsmuster kennenlernen wollen, um ihre sozialen Lebensaufgaben Liebe, Arbeit und Gemeinschaft befriedigend zu lösen; die lernen wollen, ihr Leben selbstverantwortlich zu gestalten anstatt sich als Opfer fühlen zu müssen.

Das Training schult die Fähigkeit und die Bereitschaft zur Zusammenarbeit und reduziert Minderwertigkeitsgefühle und Unsicherheit. Es vermittelt neue Informationen und bietet in einer Atmosphäre der Gleichwertigkeit, Übungen und Entspannungstechniken zur Stärkung des Selbstwertgefühls und Entwicklung zum Mut zur Unvollkommenheit. Durch ressourcenorientierte Wahrnehmung der eigenen Person, sowie die positive Wahrnehmung anderer Menschen, führt das Training zu selbständiger Problemlösung und zu Gemeinschaftsgefühl.

Menschen, die das Encouraging-Training kennengelernt haben, wissen was sie tun können, damit sich das psychische Lebensklima verbessert. Dadurch werden sie erfolgreicher. Partnerschaften, Familien, Teams in welcher Zusammensetzung auch, erfahren eine starke Aufwärtsbewegung.

Das Encouraging-Training Schoenaker-Konzept umfasst 10 wöchentliche Units von jeweils ca. 2,5 Stunden. Die Inhalte des gesamten Trainings sind logisch aufeinander aufgebaut. Jede Unit vermittelt den Mut und die Sicherheit, die in der nächsten erforderlich sind.

Die Teilnehmer eines Encouraging-Trainings in 10 Einheiten üben und lernen:

- auf das Gute zu sehen, bei sich und anderen
- sich erreichbare Ziele zu setzen
- zu akzeptieren, dass jeder von uns unvollkommen ist und Fehler macht
- in Zuneigung zu anderen zu denken
- auf lästern und üble Nachrede zu verzichten
- einen guten Umgang mit sich selbst zu pflegen
- positive "Selbstgespräche" zu führen
- zu verstehen, dass jeder beschränkte Verhaltensmöglichkeiten hat, und deshalb in verschiedenen Situationen tut, was er tut
- zu verzeihen
- sich ihrer Erwartungen bewusst zu sein
- ihre Selbstzweifel zu verstehen und im positiven Sinne damit umzugehen.

Nach jeder Unit nimmt der Teilnehmer neue Erkenntnisse mit in sein persönliches Umfeld. Er transportiert neues Wissen auf die Handlungsebene. Dieses kontinuierliche Üben von Unit zu Unit führt zu neuen Erfahrungen und schließlich nachhaltig zu sichtbaren Verhaltensänderungen und spürbarer Zufriedenheit.

Das Encouraging-Training wird von ausgebildeten Encouraging-Trainer/innen Schoenaker-Konzept angeboten. Nachdem eine Teilnehmerin ihren 10. Trainingsabend bei Vernice Kirchen, Encouraging-Trainerin im Saarland, abgeschlossen hatte, sagte sie:

*„Die regelmäßigen Treffen sind zu meinem Highlight der Woche geworden. Der Austausch in der harmonischen Gruppe, inspirierende Tools, neue Möglichkeiten und Wege mit Konflikten umzugehen, die Fähigkeit erwerben, sich selbst zu reflektieren... all dies und noch viel mehr, hat mir den Impuls gegeben, mich und dadurch auch andere in einem anderen Licht zu sehen und dem Leben mit mehr Liebe, Zuversicht und einem Lächeln zu begegnen.“*