# Schoenaker-Concept

Encouraging Training & Ausbildung

# A u s b i l d u n g

# Encouraging-Trainer*in

## Schoenaker-Konzept

### **Das Encouraging-Training** Schoenaker-Konzept

Das Encouraging-Training ist ein praktisch anwendbares psychosoziales Training. Die Grundlage des Trainings ist die Individualpsychologie Alfred Adlers.

Ein wichtiges Grundprinzip der Individualpsychologie ist, dass der Mensch als ein soziales Wesen betrachtet wird. Dies bedeutet, dass Menschen zu Menschen gehören und dass das Glück, die Zufriedenheit, der Erfolg und die psychische Gesundheit abhängen von gelungenen sozialen Beziehungen. Dazu braucht man Mut. Um diesen Mut zu entwickeln, wurde dieses Training von Theo Schoenaker (1932-2021) 1990 entwickelt und ist aktueller denn je!

Das Training ist ein abwechslungsreiches, informatives Programm, bestehend aus 10 Trainings-Units im wöchentlichen Abstand, die systematisch aufeinander aufgebaut sind. Jede Unit dauert 2 bis 2,5 Stunden. Das Training beinhaltet theoretische Grundlagen der Individualpsychologie, Entspannungsübungen, Ermutigungsübungen, ermutigende Gesprächsformen und Übungen für neue Denk- und Verhaltensmuster. Die Teilnehmer erfahren von Anfang an die verändernde Kraft der Ermutigung. Sie lernen, eigenverantwortlich zu handeln und Beziehungen konstruktiv zu gestalten. Eine besondere Rolle spielt dabei der Zeitraum von 10 Wochen, in denen die Teilnehmer ihren persönlichen Entwicklungs-/Wachstumsprozess freudig und begeistert feststellen. (In unserer heutigen schnelllebigen und geschäftigen Welt stellt es für viele Menschen eine Herausforderungen dar, sich für 10 Wochen zu verpflichten. Wer es tut, will es nicht mehr missen!).

#### Reaktionen von Teilnehmer*innen eines 10-Einheiten Trainings

- Ich gestalte meine Beziehungen bewusster und erkenne, wann ich in die Opferrolle rutsche.
- Ich kann verständnisvoller und liebevoller auf meinen Ehepartner reagieren.
- Ich erkenne immer öfter meine unbewussten negativen Selbstgespräche.
- Ich lebe mehr in Harmonie mit den Menschen um mich herum.
- Ich fühle mich gut genug so wie ich bin.
- Ich lebe mit weniger Druck und genieße die schönen Momente.
- Ich habe mehr Frieden mit mir und anderen.
- Ich spüre Dankbarkeit.

### Ermutigung

Ermutigung macht Menschen optimistisch, aktiv und kreativ. Ermutigte Menschen können besser denken und können die Aufgaben in ihrem Leben leichter lösen.
Die Notwendigkeit von Ermutigung in der Partnerschaft, in der Kindererziehung, in der Schule, am Arbeitsplatz und im Umgang mit den Mitmenschen im Allgemeinen, wird zunehmend mehr erkannt. Die seelische Not vieler Menschen kann für einen großen Teil durch aufrichtige Ermutigung erleichtert werden.
Wir können nicht warten, bis Kinder oder Erwachsene eine psychische Störung haben, um dann eine Psychotherapie anzubieten. Prävention ist nötig. Die Mittel sind da, in Form dieses Trainings.
Wir brauchen Trainer*innen, die bereit und fähig sind, diese Mittel zu den Menschen zu transportieren!

## Die Ausbildung

Die Ausbildung zum/zur Encouraging-Trainer*in *Schoenaker-Konzept* umfasst einen Zeitraum von ca. 10 Monaten Studium. Es ist kompakt und intensiv konzipiert. Ein wesentlicher und sehr wertvoller Bestandteil der Ausbildung sind die 4 bis 6 Wochen zwischen den Ausbildungstreffen. In dieser Zeit praktizieren die Studierenden, was sie in den Ausbildungs-Treffen gelernt haben. In diesem persönlichen Entwicklungsprozess wird jeder von einem Coach persönlich begleitet.

Was beinhaltet die Ausbildung?

- Verstehen und Anwenden des Encouraging-Trainings in 10 Units.
- Vertraut werden mit den verschiedenen Facetten der Ermutigung.
- Grundlagen der Individualpsychologie kennen- und anwenden lernen.
- Entdecken von eigenen Persönlichkeitsstrukturen und wertschätzendes Wahrnehmen der persönlichen Qualitäten und Fähigkeiten.
- Umsetzen und Üben des Trainings mit kleinen Gruppen von Probanden am eigenen Wohnort zwischen den Ausbildungs-Treffen. Dies kann in Präsenz oder online oder hybrid stattfinden.
- Üben von erstrebenswerten Qualitäten und Führungsqualitäten zwischen den Ausbildungs-Treffen.
- Entwicklung von Führungskompetenzen und der Fähigkeit, Menschen in deren Entwicklung qualifiziert zu begleiten.

Das Lernen findet immer in einer ermutigenden Atmosphäre statt, in der jeder sich zugehörig fühlen kann.
Zwischen den Ausbildungstreffen werden die Studierenden mit ihren Studienkolleg*innen über Email im Erfahrungsaustausch stehen.
Während der gesamten Ausbildungszeit ist die Anwesenheit an allen Ausbildungstreffen Voraussetzung. Falls du doch mal wegen Krankheit nicht anwesend sein kannst, verpflichtest du dich, umgehend mit mir, Julitta einen Termin abzusprechen, um die Inhalte nachzuholen. Das Nachholen findet Online über Zoom statt und wird in Rechnung gestellt.

Max. Gruppengröße: 12 Studierende.

## Zugangsvoraussetzung

Für Personen mit einem mittleren Bildungsabschluss oder einer abgeschlossenen Berufsausbildung, die mit Menschen arbeiten wollen und die durch diese Ausbildung zur Verbesserung des sozialen Miteinanders beitragen wollen.
An einem Encouraging-Training in 10 Units teilgenommen zu haben, ist von Vorteil, aber keine Voraussetzung.

## Zertifizierter Abschluss

Nach erfolgreichem Abschluss wird der Titel Encouraging-Trainer/in Schoenaker-Konzept erworben. Es gibt kein Examen im üblichen Sinn. Die Ausbildung ist bestanden, wenn die erforderlichen Aufgaben nach den Spielregeln und mit vollem Engagement durch die gesamte Studienzeit hindurch kontinuierlich erledigt wurden.

## Studienbelastung

**Trainings-Units:**

| | |
|---|---|
| Durchführung der Trainings-Units in Gruppen 20 x 2,5 Std. = | 50 Std. |
| Vorbereitung 20 x 1,5 Std. = | ca. 30 Std. |
| Reflexionsberichte schreiben über gehaltene Units ca. 20 x 0,5 Std. = | ca. 10 Std. |

| | |
|---|---|
| **Literatur:** | |
| Lesen von Literatur pro Woche ca. 1 Stunde = | ca. 40 Std. |
| **Erstrebenswerte Qualitäten:** | |
| Üben + Berichtschreiben erstrebenswerte Qualitäten ca. 8 x 1 Std. = | ca. 8 Std. |
| Üben + Berichtschreiben Führungsqualitäten ca. 5 x 1 Std. = | ca. 5 Std. |
| **Eigenstudium** im Zeitraum von 10 Monaten gesamt | ca. 143 Std. |
| **Ausbildungs-Treffen**: | |
| 5 Wochenenden in Präsenz van je 16 Std. = | 80 Std. |
| 2 Samstage Online von je 5 Stunden = | 10 Std. |
| **Insgesamt** im Zeitraum von 10 Monaten | ca. 233 Stunden |

## Ausbildungskosten

Gesamt: € 2.730 (Zu bezahlen in 3 drei Raten á € 910).

Darin enthalten:

- 5 Ausbildungs-Wochenenden in Präsenz
- 2 Ausbildungs-Tage Online
- Das Trainings-Konzept als persönliches Trainings-Handbuch (Print-Buch)
- Persönliche Begleitung zwischen den Ausbildungs-Treffen durch einen Coach
- Zertifikat mit Qualitätsbeschreibung

Desweiteren enthalten:

- Kaffee/Tee/Wasser, Kekse, Obst, leichtes mediterranes Mittagessen

### Kosten für empfohlene Literatur

Theo Schoenaker: Mut tut gut - *BOD € 18,90*
Theo Schoenaker: Das Leben selbst gestalten - *RDI-Verlag € 17,90*
Live-Vorträge von Theo von je ca. 1,5 Std.:
CD: Selbstgespräche - *RDI-Verlag € 17,90*
CD: Der Mensch, als ein Entscheidungen treffendes und zielgerichtetes Wesen - *RDI-Verlag € 14,90*
CD: Du kannst ein Segen sein - *RDI-Verlag € 14,90*

## Termine

5 Präsenz-Wochenenden und 2 Online-Samstage im Zeitraum von ca. 10 Monaten. Der zeitliche Abstand zwischen den 7 Ausbildungs-Treffen beträgt jeweils ca. 4 bis 6 Wochen.

**Aktuelle Daten für die Ausbildung in 2026/27:**

Sa/So 05./06.09.2026 // Sa/So 24./25.10.26 // Sa/So 28.29.11.26 // Sa/So 16./17.01.2027 // Sa 27.02.27 (online) // Sa 10.04.27 (online) // Sa/So 05./06.06.2027

**Zeiten:**

Online-Samstage:
Von 10.00 bis 13.00 Uhr und von 14.00 bis 16.00 Uhr.
Präsenz-Wochenenden:
Samstage: Von 9.30 bis 13.00 Uhr und von 14.00 bis 18.00 Uhr.
Sonntage: Von 9.30 bis 13.00 Uhr und von 14.00 bis 17.00 Uhr.

## Ausbildungsort

Die Ausbildung findet in Erfurt statt. Genauere Angaben zur Lokalität, siehe Website unter Wo?

## Übernachtungsmöglichkeiten

Ebenso auf der Website unter Unterkunft findest du eine kleine Liste von Übernachtungsmöglichkeiten als Orientierungshilfe für deine Suche einer passenden Übernachtung in Erfurt.

## Leitung

Die Ausbildung wird, von mir, Julitta Schoenaker angeboten.
Ich bin Dipl. Soz. Pädagogin, Encouraging-Mastertrainerin und Individualpsychologische Beraterin. In enger Zusammenarbeit mit Theo Schoenaker, meinem Mann entwickelte ich das Konzept des Encouraging-Trainings in den vielen Jahren seit seiner Entstehung weiter. Gegenwärtig führe ich mit viel Begeisterung und Liebe sein Lebenswerk fort, wobei die Gestaltung einer vertrauensvollen Lernatmosphäre, in der sich jeder wertgeschätzt und zugehörig fühlen kann, meine Spezialität ist.

## Interesse an dieser Ausbildung?

Nimm gerne Kontakt zu mir auf, über das Kontaktformular oder das Anmeldeformular dieser Website.
Ich biete dir dann gerne die Möglichkeit, uns in einem persönlichen Live-Call kennenzulernen und mögliche Fragen zu beantworten.

## Übrigens...

Mit dem 2 monatlichen Encouraging-Newsletter kannst du mit mir in Kontakt bleiben und über alles Aktuelle informiert werden.

... Und falls du eher im nördlichen Teil Deutschlands wohnst, kannst du Beginn 2027 diese Ausbildung auch in der Nähe von Cuxhaven unter der kompetenten Leitung von Susanne Ehmann absolvieren.