

# HIT

Hochbegabten-Initiative Trier e.V.

c/o Rosi Josten  
Kapellenstraße 12  
54668 Holsthum  
Tel.: 06523/730

E-Mail: [info@hit-ev.de](mailto:info@hit-ev.de)  
[www.hit-ev.de](http://www.hit-ev.de)

## Protokoll des Treffens vom 16. November 2005

Beginn: 20.15 Uhr

Ende: 22.10 Uhr

Teilnehmer: 13 Mitglieder, 3 Gäste

Dieser Abend wurde von Encouraging-Trainerin Gabi Kapeller unter dem Motto „Mut tut gut“ gestaltet. Nach einer kurzen Begrüßung durch Vorstandsmitglied Rosi Josten stellte unsere Referentin zunächst sich und ihre Ausbildung am Schoenaker-Institut in Illingen/ Saarland kurz vor.

Encouraging beruht nach Auffassung der Begründer dieser Lehre, Adler und Schoenaker, auf einer individual-psychologischen Grundlage, die für den Menschen greifbar und sehr praxisnah ist.

Demnach baut ein glückliches und zufriedenes Leben auf 5 Grundprinzipien auf:

- Ganzheitlichkeit: der Mensch orientiert sich an der ganzen Welt, seinem Umfeld, seiner Erfahrung und seinen Zielen
- Zielgerichtetheit: der Mensch ist ein zielorientiertes Wesen mit bewußten oder unbewußten Zielen
- Gleichwertigkeit: der Mensch ist ein soziales Wesen und kann sich nur im Umgang mit anderen Menschen gut entwickeln, d.h. seine Entwicklung ist in großem Maße abhängig von dem Umfeld, in dem er sich bewegt
- Zugehörigkeit: Respekt, Achtung und Vertrauen sich selbst und anderen gegenüber
- Ermutigung: man sollte das natürliche Wachstum des Menschen hervorbringen durch Ermutigung, Anerkennung, ein „Schulterklopfen“, das Respektieren von Stärken und Schwächen des Anderen, ihn ernst nehmen, zuhören, und zwar unabhängig von Alter, Geschlecht, Position etc.

Sind diese Bedingungen erfüllt, kann erst gar kein Minderwertigkeitsgefühl entstehen, d.h. das Glück des Menschen liegt in gelungenen sozialen Beziehungen.

Nach Ansicht von Adler und Schoenaker hat jeder Mensch drei Lebensaufgaben:

- Liebe: Beziehung zu Partner, Eltern, Kindern
- Arbeit: Beziehung zu Kollegen, Vorgesetzten, Identifikation mit dem Beruf  
( Mobbing ist deshalb so schlimm, weil es dem Menschen das Zugehörigkeitsgefühl zu einer Gruppe, nämlich den Kollegen, und damit auch eines der fünf Grundprinzipien, entzieht )
- Gemeinschaft: Vereinstätigkeiten, Umgang mit anderen Menschen, Nachbarn, Freunden, etc.

Dreyfuss hat diesen Lebensaufgaben noch zwei weitere hinzugefügt:

- Kosmos: die Frage nach dem Sinn des Lebens
- Umgang mit mir selbst: man sollte sich von Selbstmitleid befreien und sich selbst ein guter Freund / eine gute Freundin sein.

Nach Auffassung des Encouraging-Programms ist der Schlüssel zu einem besseren Leben sowohl die Selbstermutigung als auch die Ermutigung durch andere, wobei oft schon ein Signal der Aufmerksamkeit ausreicht (s.o.). Entscheidend ist hierbei die innere Haltung dem anderen gegenüber, d.h. erfolgreich kann nur eine wahrhaftige, also ernst gemeinte Ermutigung sein. Desweiteren unerlässlich für ein glückliches Leben ist die Förderung der Selbständigkeit im Sinne von Maria Montessori, die nach dem Grundsatz arbeitete: „Hilf mir, es selbst zu tun“. Kontraproduktiv sind entmutigende Signale wie Nörgeln, Kritisieren, Fehler suchen, etc.

Menschen, denen eine Ermutigung von sich und anderen nicht sofort gelingt, können erste Erfolge erzielen, indem sie zunächst alle entmutigenden Faktoren auszuschalten versuchen. Dabei sollte man sich immer vor Augen halten:  
Störende Kinder sind entmutigte Kinder.  
Ein nörgelnder Partner ist ein entmutigter Partner.

Nach der Encouraging-Lehre ist nicht ein begangener Fehler entscheidend, sondern das, was daraus gelernt werden kann, denn durch das „Herumhacken“ auf Fehlern und Schwächen gibt man ihnen eine unnötige Größe.

Wer sich selbst entmutigt, kann auch andere nicht ermutigen, man sollte laut Frau Kapeller immer nach dem Grundsatz leben:

**„Ich bin ich, und so wie ich bin, bin ich gut genug.“**

Zum Ende ihrer Ausführungen stellte die Referentin noch einen Überblick über die erwünschten Verhaltensweisen und Tipps zur Umsetzung in den Alltag vor:

- E** eigene Entwicklung fördern
- N** Neigung erkennen und sich auf Neues einlassen
- C** Courage entwickeln und selbstverantwortlich handeln
- O** optimistisch denken
- U** Unvollkommenheit bei sich und anderen akzeptieren
- R** Richtung freundlich und fest bestimmen
- A** Anerkennen von Versuchen und Fortschritten
- G** gelassener werden und das Gute sehen
- I** Interesse zeigen und zuhören
- N** nicht Schwächen und Fehler in den Vordergrund stellen
- G** Geduld haben mit sich und anderen

Nach kurzer Diskussionsrunde und Beantwortung einiger Fragen durch die Referentin schloss die Veranstaltung um 22.10 Uhr.

Weitere Informationen:

Gabi Kapeller – Messenhöh 9 –  
54636 Messerich –  
06568-969592 –  
[gabi.kapeller@ermutigen.de](mailto:gabi.kapeller@ermutigen.de)  
<http://www.ermutigen.de>



### **Achtung Terminänderung:**

Unser nächstes Elterntreffen findet am **Mittwoch, dem 21. Dezember**, um 20.00 Uhr in der **kath. Familienbildungsstätte** statt. Da wir eine kleine Weihnachtsfeier veranstalten möchten, bitten wir um Tee- und Plätzchenspenden an diesem Abend.

Schweich, den 24. November 2005  
gez. Tanja Rosch  
(Schriftführerin HIT e.V.)