



Nach dem grossen Erfolg der erstmaligen Durchführung des **Schweizerischen Kongresses für Adlerianische Psychologie (SKAP)** im Jahre 2014, wurde die Neuauflage am **10./11. September 2016** in grosser Vorfreude herbeigesehnt. Und wieder wurde dieser so wichtige Anlass mit viel Enthusiasmus, Herzblut und organisatorischem Know-How von **Ruth Bärtschi und Team** im Schluetzentrum in Kloten durchgeführt.

Es durfte wieder mit hochkarätigen, lehrreichen und hochinteressanten Referaten, Beiträgen und Darbietungen gerechnet werden.

Zu den bereits bekannten Referentinnen und Referenten des letztmaligen SKAP`S ; **Urs Bärtschi, Peter Pollak, Prof.Dr. Jürg Frick, Michael Titze und Elli von Planta**, kamen die diesjährigen SKAP Besucher, die übrigens wieder aus der ganzen Schweiz und auch aus Deutschland angereist waren, in den Genuss neuer Referenten. So durfte man auf der Bühne gespannt den Worten von **Dr. med. Ursula Davatz, Monika Kramer-Kuoni und Franziska Roth** lauschen.

Eine gute Mischung von Referaten fanden jeweils an den beiden Kongressvormittagen im Plenum statt; die individuell zu wählenden und parallel abgehaltenen Workshops an den Nachmittagen wurden von einem aufmerksamen und höchst motivierten Publikum besucht.

Samstag, 10.9.2016

Den Auftakt machte **Urs Bärtschi – „Selbstsabotage-das Rütteln am eigenen Sein“**, der den vier Grundrichtungen der Persönlichkeit und deren meist unbewusster Selbstsabotage Raum gab. Einmal mehr kam man um ein Schmunzeln nicht herum, da man sich in gewissen Situationen selbst erkannte. Mit vielen wertvollen Tipps, die meist eigenen, negativen Selbstgespräche in gewinnbringender Form bewusst zu steuern, führte einem vor Augen, wie wir fähig sind aus Selbstsabotage auch Selbstermutigung und Autonomie für unser Handeln zu übernehmen.

Sehr eindrücklich und mit sehr vielen Praxisbeispielen, berichtete **Frau Dr. med. Ursula Davatz zum Thema – „Beratung und Coaching-Wie umgehen mit Gewalt?“**

Das aussagekräftige und wichtige Fazit, dass Gewalt immer dann auftritt, wenn sich ein Mensch bedroht fühlt. Ausserdem sollte man immer erst nach den Ursachen und den seelischen Verletzungen des betroffenen Menschen suchen, um Gewalt zu verstehen und zu vermindern, um dieser Gewalt sodann mit verhaltenstherapeutischen Massnahmen entgegenzuwirken.

Zu einem hochaktuellen Thema „**Verwöhnung in der Gesellschaft**“ führte **Peter Pollak**, mit Charme und Wortgewandtheit das Publikum durch die Bedeutung der Überbehütung und Verwöhnung der Kinder und deren Folgen von mangelnder Ausdauer verbunden mit einem hohen Anspruchsdenken. Das Erkennen eigener Muster oder Lebensstilideen, die zu verwöhnendem Verhalten führt, soll uns vor Augen führen was wir eigentlich damit bewirken – bei uns selber wie auch bei anderen.

„Stiehlt den Menschen die Probleme nicht“ (A. Wunsch)

Am Nachmittag folgten die diversen Workshops: eine **Live-Demonstration mit Peter Pollak zum Thema Träume** gefolgt vom Workshop von **Ruth Bärtschi**, mit der Einführung ins Thema „**Humorvoll Beraten**“ und dem Erarbeiten einer eigenen Humormap. Anschliessend an die Pause, konnte dann, wer sich für den Work-Shop von **Prof. Jürg Frick** entschieden hat, wertvolle Anregungen zum **Gesundbleiben im (Lehr-) Beruf** holen. Das gleichnamige Buch von Prof. Jürg Frick konnte am Büchertisch des Kongresses erworben werden. Im gleichzeitig abgehaltenen Workshop, erzählte uns **Monika Kramer-Kuoni** ihre Erfahrungen mit **Zwangsstörungen bei Kindern**.

Jeder Workshop bot Gelegenheit, sich mit eigenen „kleinen Arbeiten“ mit dem jeweiligen Thema vertraut zu machen.

Sonntag, 11.09.2016

Der Sonntagmorgen startete mit dem **Humordrama von Dr. Michael Titze und der Clownin Erika Kunz** und demonstrierte eindrücklich die Wirkung dieser Methodik und ihr Ziel: **„Immunisierung gegenüber Angst vor dem Ausgelacht werden und die Voraussetzungen zu schaffen, Lachen (wieder) als Ausdruck natürlicher Lebensfreude zu erleben.“** Unsere Lachmuskeln kamen nicht zu kurz, und dennoch hat die Gelotophobie auch durchaus seine ernste Seite, vor allem für Betroffene.

Elli von Planta, mit „**Leadership - Führung hinters Licht?**“, begeisterte wiederum mit gewohnt fesselnder Rhetorik zur Tragweite von Vertrauen in der Arbeitswelt, der Relevanz von Sozialer Verantwortung und Ermutigung in Unternehmungen.

Am Nachmittag konnte man sich im Workshop bei **Urs Bärtschi** rund um das Thema

„**Wohlwissend 50+**“ informieren und mitarbeiten. **Franziska Roth** lud uns ein, mehr über die „**Hochsensibilität im Alltag**“, zu erfahren.

Zum Abschluss durfte das Plenum **Theo Schoenaker** auf Leinwand erleben, der erfahren, ermutigend und aufschlussreich zu „**Liebe im Alltagsfokus**“ sprach.

Nach diesen inspirierenden Beiträgen und der Verabschiedung und Danksagung durch **Ruth Bärtschi** und **Lucia Sutter**, die durch die zwei Tage moderierte, wirkte der adlerianische Geist noch weiter nach. Dieser war auch während der gesamten zwei Tage deutlich zu spüren. Wertschätzung, Gleichwertigkeit, Gemeinschaftsgefühl und die Begeisterung für die Individualpsychologie!



Gemeinschaftsgefühl ist, »mit den Augen eines anderen zu sehen, mit den Ohren eines anderen zu hören, mit dem Herzen eines anderen zu fühlen.«

(Alfred Adler)