

**PSYCHISCHES UND KÖRPERLICHES WOHLBEFINDEN**




**WEITERBILDUNG, TRAINING, SEMINARE,  
BERATUNG, COACHING, VORTRÄGE, MED. MASSAGEN**

# **Ihr Interesse – unser Angebot**

**HUMAN  
ENCOURAGEMENT  
INSTITUTE**





Betrachte den Menschen als ein  
Bergwerk, reich an Edelsteinen  
von unschätzbarem Wert. Nur die  
Erziehung kann bewirken, daß es seine  
Schätze enthüllt und die Menschheit  
daraus Nutzen zu ziehen vermag.

—Bahá'u'lláh (1817–1892)

# Psychisches und körperliches Wohlbefinden

Erfahren und lernen Sie mehr über Ihre Persönlichkeit, Ihr psychisches und körperliches Wohlbefinden und die erfolgreiche Gestaltung Ihrer sozialen Beziehungen.

## **DAS INSTITUT**

Das Human Encouragement Institute bietet Ihnen ein umfangreiches Angebot für Persönlichkeitsentwicklung, Lebensgestaltung, Erziehung und individuelles Kompetenzmanagement.

Es unterstützt Sie mit einem kompetenten Weiterbildungs-, Trainings-, Seminar-, Beratungs-/ Coaching- und Therapieangebot bei der Lösung persönlicher Probleme und Herausforderungen, die Ihnen das Leben in unserer Gesellschaft stellt – am Arbeitsplatz, in der Partnerschaft, in der Familie oder im Umgang mit Ihren Mitmenschen.

Das Institut arbeitet mit einem Netzwerk von qualifizierten Berater/innen und Trainer/innen zusammen.

# Ihr Interesse

Wir beraten und begleiten Sie zuverlässig und kompetent in den folgenden Lebensbereichen:

---

## Persönlichkeit

*Was lerne ich?*

Meine Persönlichkeit und mein Verhalten besser kennen und verstehen. Meinen Umgang mit anderen Menschen und das eigene Leben zufriedener gestalten.



---

## Arbeit und Beruf

*Was lerne ich?*

Mich selbst und andere besser verstehen und einschätzen, mehr Selbst- und Sozialkompetenz entwickeln. Herausforderungen und Krisen annehmen und meistern.





---

## Partnerschaft

*Was lerne ich?*

Beitragen zu einer glücklichen und erfüllten Partnerschaft, mit Schwierigkeiten im Alltag umgehen, die Chancen eigener Entwicklungsmöglichkeiten erkennen und wahrnehmen .



---

## Kindererziehung

*Was lerne ich?*

Das Wesen des Kindes, sein Potenzial, seine Entwicklung und seine Bedürfnisse kennen, verstehen und fördern. Das Kind zu verantwortungsbewusstem und gemeinschaftsförderndem Handeln ermutigen.



---

## Körperliches Wohlbefinden

*Was erfahre ich?*

Verbesserung körperlicher und psychischer Gesundheit durch ganzheitliche Behandlung, Massagen, Bewegung, Körperwahrnehmung und Gespräch.

# Unsere Angebote

## EINE AUSWAHL

Weitere Angebote und Informationen finden Sie auf unserer Website [www.he-institute.ch](http://www.he-institute.ch)

---

### WEITERBILDUNG

*In Kleingruppen lernen Sie die Psychologie des Menschen kennen und verstehen. Durch Übung und Selbsterfahrung sind Sie in der Lage, dieses Wissen in Ihrem Alltag positiv und wirksam umzusetzen.*

#### **Psychologie für den Alltag | w1**

Das Leben im Umgang mit sich selbst und den Mitmenschen unabhängiger, erfolgreicher und zufriedener gestalten.

#### **Was bestimmt mein Leben | w5**

Wie man die Grundrichtung des eigenen Ich erkennt.

### TRAINING

*Entwicklung einer optimistischen Lebensgestaltung.*

#### **Encouraging Training | t1**

Das eigene Potenzial für eine positive Lebensgestaltung aktivieren.

### COACHING

*Begleitung bei der Entwicklung Ihres Potenzials im beruflichen Umfeld.*

#### **Job Coaching / Selbstmarketing | c1**

Kompetenzen erfolgreich im Arbeitsmarkt einbringen.

Komplettes Angebot auf [www.he-institute.ch](http://www.he-institute.ch)

---

## SEMINARE

*Individualpsychologisches Wissen, Erfahrungen und Anregungen zur erfolgreichen Umsetzung im beruflichen und privaten Alltag.*

### **Umgang mit Sucht in Beratung und Coaching | s1**

Ein ganzheitlicher Ansatz zur Behandlung von Suchtproblemen.

### **Selbstbewusstsein durch Körperwahrnehmung | s3**

Erleben und Erkennen eigener Denk- und Verhaltensmuster.

---

## INDIVIDUALPSYCHOLOGISCHE BERATUNG

*Begleitet und unterstützt Sie bei der Lösung von Problemen in Partnerschaft, Familie und anderen Beziehungen im privaten Bereich sowie in der Arbeitswelt.*

### **Persönliche Lebensberatung | B1**

Konstruktiver Umgang mit sich selbst und anderen in schwierigen Lebenssituationen.

### **Ehe- und Partnerschaftsberatung | B3**

Kreativer Umgang mit Krisen in der Partnerschaft.

### **Erziehungsberatung | B4**

Verhalten in schwierigen Erziehungssituationen.

---

## MEDIZINISCHE MASSAGEN / THERAPIE

*Ganzheitliche Entspannung erfahren sowie die eigene Persönlichkeit und Bedürfnisse durch Bewegung und Gespräch bewusster wahrnehmen.*

### **Klassische Massage | M1**

### **Lymphdrainage | M2**

### **Reflexzonentherapie am Fuss | M3**

# Über uns

Grundlage unserer Arbeit ist die Tiefenpsychologie Alfred Adlers – die Individualpsychologie – deren therapeutische Anwendung auf die positiven Anteile im Menschen setzt.

Jegliche nachhaltige Veränderung hin zu einem glücklicheren Leben wird aus ihrer Sicht durch aktive Nutzung persönlicher Ressourcen und eine lebensbejahende sowie gemeinschaftsfördernde Ermutigung erreicht.

## **BILDUNGSPARTNERSCHAFT**

Das Human Encouragement Institute ist assoziierter Bildungspartner der Schweizerischen Gesellschaft für Individualpsychologie nach Alfred Adler (SGIPA).

## **DIE PRAXIS**

Ein ganzheitliches Therapieangebot zur Prävention und Verbesserung psychischer und körperlicher Gesundheit, mit individualpsychologischer Beratung/ Coaching, medizinischer Massage, Lymphdrainage und Fussreflexzonen-therapie bilden den Schwerpunkt unserer Praxistätigkeit.



## **INSTITUTSLEITUNG UND PRAXISTEAM**

### **Heinz Göltenboth**

Dipl. individualpsychologischer Berater (ADI/ASI) für persönliche Lebensberatung, Ehe- und Partnerschafts- sowie Erziehungsberatung. Coaching von Menschen aller Alters- und Berufsklassen zur Entwicklung von Arbeitsmarktfähigkeit (employability) und Selbstmarketing.

### **Roswitha Göltenboth**

Dipl. Individualpsychologische Beraterin (ADI/ASI) für persönliche Lebensberatung, Ehe- und Partnerschafts- sowie Erziehungsberatung. Individualpsychologische Gestaltberaterin, Dipl. med. Massagetherapeutin und Heiltanzpädagogin.



---

## Die Individualpsychologie

Psychologie beschreibt und erklärt das Erleben und Verhalten des Menschen, seine Entwicklung im Laufe des Lebens und alle dafür maßgeblichen inneren und äußeren Ursachen und Bedingungen.

Die Individualpsychologie ist eine der drei klassischen Richtungen der Tiefenpsychologie (Freud – Adler – Jung). Sie wurde von Alfred Adler (1870–1937) begründet und gilt als Basis der modernen humanistischen Psychologie.

Der Name «Individualpsychologie» (individuum = lat. Unteilbares) weist auf das Ganzheitliche (Körper und Psyche) und die Einzigartigkeit des Menschen hin.

Sie sieht den Menschen als eine Ganzheit, mit seiner Geschichte, seinem sozialen Umfeld, seinen bewussten und unbewussten Zielen.

Die Individualpsychologie ist eine ermutigende, ressourcenorientierte und gut verständliche Alltags- und Gebrauchpsychologie, deren sozial-psychologischer Ansatz heute aktueller denn je ist.

Soziale Integration und konstruktives Mitwirken im persönlichen und gesellschaftlichen Umfeld sind nach individualpsychologischer Auffassung Voraussetzung persönlicher Entwicklung und psychischer Gesundheit.



**Alfred Adler (1870–1937)**

Der Mensch ist von Natur aus  
nicht böse. Was auch ein Mensch  
an Verfehlungen begangen  
haben mag, verführt durch seine  
irrtümliche Meinung vom Leben,  
es braucht ihn nicht zu bedrücken;  
er kann sich ändern. Er ist frei,  
glücklich zu sein und andere  
zu erfreuen.

—Alfred Adler (1870–1937)



Human Encouragement Institute  
Heinz & Roswitha Göltenboth  
Bahnhofstrasse 3  
8260 Stein am Rhein

Tel 052 624 63 00  
info@he-institute.ch  
[www.he-institute.ch](http://www.he-institute.ch)



**HUMAN  
ENCOURAGEMENT  
INSTITUTE**