

Teilnehmer berichten
Dipl. Psych. Anja Nicpon

Seit Mai 2007 befinde ich mich in der Approbationsausbildung zur psychologischen Psychotherapeutin am Institut für Psychologische Psychotherapie in Bochum. Bereits während meines Studiums an der Ruhr - Uni - Bochum, in dem ich Seminare von Rainer Sachse besuchte, hatte ich für mich entschieden, dass ich hierhin will. Mir gefällt der Ansatz der Klärungsorientierten Psychotherapie, weil er über die Manuale hinausgeht. Manuale an sich finde ich hilfreich, aber mir hat immer noch "etwas" gefehlt, da mir Menschen doch komplizierter erscheinen. Dieses "etwas" habe ich im Ansatz der Klärungsorientierten Psychotherapie gefunden, da dort neben den theoretischen Grundlagen viel Wert auf klientenzentrierte Arbeit gelegt wird. Er beinhaltet therapeutische Strategien zur Beziehungsanalyse und darauf aufbauende Strategien zur komplementären Beziehungsgestaltung. So bietet er aus meiner Sicht auch gut nachvollziehbare Modelle über die Entstehung von Persönlichkeitsstilen und -störungen. Gerade diese Patienten/ Klienten gelten als "schwierig" und manch einer kann leicht genervt oder ärgerlich werden. Der Ansatz der Klärungsorientierten Psychotherapie hilft ein Verständnis für diese Patienten/ Klienten zu entwickeln, so dass man erkennt, dass ihre Interaktionsschwierigkeiten nicht "böswillig" erfolgen, sondern dass sie aufgrund ihrer Schemata zunächst einmal gar nicht anders können. Neben dem Verständnis erhält man effektive Werkzeuge an die Hand mit denen man eine tragfähige therapeutische Allianz schaffen kann, um dann auch die nächsten Schritte - Klärung und Bearbeitung - überhaupt zu ermöglichen.

Von der Effektivität der Strategien zur komplementären Beziehungsgestaltung konnte ich mich seit dem Beginn meiner Tätigkeit im stationär-psychiatrischen Bereich überzeugen. Gerade im stationären Bereich hat es mir sehr geholfen, dass ich neben den Basisvariablen der Beziehungsgestaltung über zusätzliche Strategien verfüge. Dies hilft mir auch mit den Spielstrukturen (z.B. Beziehungstests) der Patienten gelassener umzugehen und mir nicht gleich sämtlichen Beziehungskredit abzubuchen. Ganz im Gegenteil: Ich kann viel besser Beziehungskredit aufbauen. Mir fällt es leichter mit "schwierigen" Patienten umzugehen und mit ihnen effektiver zu arbeiten. Zudem erhalte ich auch von Patienten die Rückmeldung, dass sie sich doch schneller als gedacht bei mir gut aufgehoben fühlen und sich auch eine ambulante Therapie vorstellen können. Ich habe den Eindruck, dass wenn ich die Motive von Patienten/ Klienten erkenne und entsprechend darauf eingehe, dies auch einen Vorteil für diese bietet, weil eine effektivere therapeutische Arbeit möglich ist.

Besonders wichtig und positiv finde ich, dass am IPP neben der Vermittlung der theoretischen Grundlagen viel Wert auf Trainings gelegt wird. Diese erlebe ich als äußerst hilfreich, da sich die doch sehr komplexen Strategien der Klärungsorientierten Psychotherapie nur durch üben wirklich festigen lassen. Von daher freue ich mich jedes Mal wieder auf die Wochenendseminare. Okay, ich gebe

zu, dass ich oft genug stöhne, da es schon anstrengend ist, wenn man die ganze Woche arbeitet und dann noch das Wochenende weitermacht. Aber dennoch freue ich mich jedes Mal wirklich. Zum einen, weil ich immer viel aus den Seminaren mitnehme und das Gefühl habe die Inhalte auch im beruflichen Alltag umsetzen zu können. Zum anderen, da ich dann meine Ausbildungsgruppe wieder sehe. Ich war echt erstaunt, wie schnell wir uns "gefunden" hatten. Es herrscht eine angenehm entspannte und vertrauensvolle Atmosphäre. Diese hat es mir - und anscheinend auch den anderen - sehr erleichtert sich in die Selbsterfahrung zu begeben. Auch wenn Selbsterfahrung ziemlich anstrengend ist und häufig Tränen fließen, möchte ich diese Erfahrung nicht missen, da sie mich sowohl persönlich als auch beruflich weitergebracht hat.

Neben der guten Atmosphäre in meiner Ausbildungsgruppe möchte ich auch die gute Atmosphäre am IPP allgemein loben. Neben den Mitarbeitern sind auch die anderen Ausbildungsteilnehmer/innen jahrgangsübergreifend freundlich, hilfsbereit, humorvoll und unterstützend. Dies habe ich vor allem gemerkt, da ich seit kurzem mit meiner Ambulanzzeit begonnen habe. Da tauchen ständig neue Fragen und Unsicherheiten auf. Ich habe aber immer jemanden gefunden - ob Mitarbeiter/in oder Ausbildungsteilnehmer/in -, bei dem/ der ich Unterstützung bekommen habe oder einfach auch nur mal jammern durfte. Hier sind auch die Supervisionen zu nennen, bei denen ein respektvoller Umgang herrscht und ich den Eindruck habe, echte Hilfe zu erhalten mit der ich etwas anfangen kann.

Insgesamt bin ich also wirklich zufrieden und würde mich stets wieder für die Approbationsausbildung am IPP entscheiden. Ich fühle mich dort sowohl fachlich als auch menschlich gut aufgehoben, d.h., mit einem Wort: sauwohl!

Anja Nicpon