

## **Teilnehmer berichten**

### **Dipl. Psych. Dietrich Battke**

Ich begann meine Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten am Institut für Psychologische Psychotherapie (IPP) bei Prof. Dr. Rainer Sachse im Mai 2006, nachdem ich mein Psychologiestudium an der Ruhr-Universität Bochum im März 2006 abgeschlossen hatte. Zwar hätte ich bereits damals eine berufsbegleitende fünfjährige Ausbildung bevorzugt, wie sie am IPP angeboten wird, jedoch fiel meine Entscheidung für das IPP letztlich aus viel gewichtigeren Gründen.

Ich hatte bereits während meines Psychologiestudiums mehrere Jahre an einem stark verhaltenstherapeutisch ausgerichteten Ausbildungsinstitut als Hilfskraft gearbeitet und so Einblick in einen eher eng gefassten Begriff von Verhaltenstherapie bekommen. Ich war schon etwas entmutigt bei der Vorstellung, dass dies eng an Manualen orientierte Vorgehen meine therapeutische Zukunft und mein therapeutischer Alltag werden sollte. Sicher: Ich hätte nie in Frage gestellt, dass diese Art von Therapie bei bestimmten Störungsbildern angesagt und effektiv ist. Ich hatte jedoch immer das Bild, dass es in Therapien insgesamt komplexer zugehen würde, weil eben jeder Mensch sehr individuell ist und dass, selbst wenn Probleme sich auf den ersten Blick sehr ähneln, sie doch unter der Oberfläche völlig unterschiedlich gestaltet sein können. Rückblickend würde ich sagen, ich hatte den Wunsch nach und die Hoffnung auf eine Ausbildung in "Psychologischer Psychotherapie", die mehr zu bieten hat als manualisiertes Vorgehen und die, bevor sie Probleme löst, zunächst versucht diese wirklich zu verstehen. Und - ich habe sie gefunden!

Noch während meiner Zeit an der Uni hatte ich die Gelegenheit die Vorlesungen von Prof. Sachse zu besuchen. Ich war begeistert! Im Ansatz der Klärungsorientierten Psychotherapie fand ich alles wieder, was ich mir vorgestellt hatte und darüber hinaus vieles mehr. Nicht nur, dass mir die Reihenfolge des Vorgehens in der Therapie richtiger erschien (Klären vor Lösen), Prof. Sachse hatte viele Konzepte entworfen, die Störungsbilder wirklich plausibel erklären konnten (z.B. Modell der doppelten Handlungsregulation bei Persönlichkeitsstörungen) und einem ein Gefühl vermitteln, dass man selbst bei auf den ersten Blick "schwierigen" Klienten etwas ausrichten kann. Und zwar gezielt und effektiv! Für mich war ziemlich schnell klar, dass ich in dem Ausbildungsangebot von Prof. Sachse das finden werde, wonach ich gesucht hatte und mein Entschluss, die Ausbildung an seinem Institut zu beginnen, stand fest.

Das, wovon ich durch die Vorlesungen an der Uni zunächst nur eine Ahnung bekommen hatte, setzte sich in der Ausbildung fort und verdichtete sich zunehmend zu einem komplexen Theoriegebäude, welches zur Umsetzung in der Praxis in Ergänzung zu manualisierter Verhaltenstherapie eine hohe therapeutische Expertise erfordert. Und die kann man sich wirklich nicht nur anlesen. Diese Expertise zu

vermitteln und zu trainieren hat sich das Institut zum Ziel gesetzt: Hierbei geht es unter anderem darum, verschiedenste psychologische Modelle und Heuristiken flexibel anwenden und Informationen während des Therapieprozesses in Echtzeit auf unterschiedlichen Ebenen Verarbeiten und Analysieren zu können. Dies ist wiederum notwendig, um in möglichst kurzer Zeit ein gutes Klientenmodell zu bilden, welches einem wichtige Richtlinien für therapeutische Interventionen zur Verfügung stellt. Hierzu gehört unter anderem auch die Gestaltung einer tragfähigen (komplementären) Beziehung zum Klienten, die nur unter der zügigen Analyse der für den Klienten vorrangigen Beziehungsmotive möglich ist. Diese müssen möglichst frühzeitig im Therapieprozess aus dem vom Klienten Geäußerten geschlossen werden, was ein richtiges Verstehen von und Schlussfolgern aus Klientenäußerungen voraussetzt und damit ebenfalls zu der Expertise gehört, die diese Ausbildung vermittelt. Auch das vermeintlich profan wirkende Stellen der richtigen Fragen zum passenden Zeitpunkt im Therapiegespräch muss man erlernen, aber auch üben, immer und immer wieder. Und das ist einer der vielen Vorteile dieser Ausbildung: Sie ist hochgradig praxisorientiert. Das, was man können muss, wird in den Seminaren nicht nur theoretisch vermittelt, es wird geübt, so dass man im Prozess erfahren kann, wo die Schwierigkeiten in der Umsetzung des Gelernten bestehen und man lernen kann, damit umzugehen. Allein bei der Betrachtung der geschilderten Expertise-Aspekte (was nur die Spitze des Eisbergs darstellt) und dem, was man da so alles falsch machen kann, kann man zu dem Schluss kommen, dass Therapie ein hochgradig anspruchsvolles Unterfangen ist. Und manchmal (aber auch nur manchmal) wünschte ich, es wäre etwas weniger anspruchsvoll. Aber mit der Unterstützung der Supervisoren erlebe ich die Verbesserung meiner therapeutischen Kompetenzen als eine täglich neue Herausforderung und ich bin froh auch beruflich etwas gefunden zu haben, in dem ich das Gefühl haben kann mich kontinuierlich weiterzuentwickeln.

Die Art und Weise wie Expertise in der Ausbildung vermittelt und trainiert wird, ist für mich ein weiteres großartiges Feature: Geübt werden die Prozesse an den eigenen Problemen und Schwierigkeiten, so dass man in der Therapeutenrolle zum Einen ein realistisches Gefühl von Therapieprozessen bekommt, zum Anderen erfährt man jedoch den Therapieprozess auch aus der Klientenrolle, was wiederum zwei Vorteile hat: Man lernt einzuschätzen, wie es Klienten in der Therapie geht und entwickelt für deren Situation ein besseres Verständnis, zweitens sind auf diese Weise über die gesamte Ausbildungszeit Selbsterfahrungsanteile integriert. Auf diese Aspekte der Ausbildung hätte ich weder verzichten wollen noch bin ich der Meinung, dass Selbsterfahrung in einer guten Psychotherapieausbildung fehlen darf. Eine solche Art von Selbsterfahrung setzt natürlich eine entsprechend vertrauensvolle und kompetente Atmosphäre voraus: Diese zu Schaffen gelang den Dozenten, die bereits über eine hohe Expertise, viel Feingefühl und Empathie verfügen, von der ersten Stunde an. Auch hierfür ein großes Lob!

Wofür muss man als guter Therapeut noch gerüstet sein? Was macht Therapeuten

sonst noch unruhig? Richtig: "Schwierige" Therapiesituationen und "schwierige" Klienten. Und auch hier hat die Ausbildung einiges zu bieten: Es werden breit gefächert hoch effektive Strategien zum Umgang mit "schwierigen" Therapiesituationen und "schwierigen" Klienten vermittelt und geübt und geben einem ein sicheres Gefühl in der täglichen beruflichen Tätigkeit. Es trifft einen nicht mehr unvorbereitet...

Die vermittelten Inhalte der Ausbildung sind jedoch nicht nur für eine rein psychotherapeutische Tätigkeit grundlegend und hilfreich. Auch in meiner Berufstätigkeit als Studienberater an der Universität finden die gelernten Konzepte täglich Anwendung und durch den Austausch mit anderen Ausbildungsteilnehmern weiß ich, dass die in der Ausbildung vermittelten Inhalte auch in anderen Bereichen wie Trainings, Coaching, Mediation etc. angewendet werden können.

Überzeugend ist die Ausbildung nicht nur inhaltlich, sondern auch in ihrer Struktur und Organisation: Seminargruppen mit kleiner Teilnehmerzahl bieten ausreichend Raum für Fragen und Diskussionen. Eine Veranstaltung zu Beginn der Ausbildung, die auf die wichtigsten Schwierigkeiten und erfahrungsgemäß am häufigsten auftretenden Fragen im Psychiatrie-Jahr vorbereitet, erleichterte den Einstieg in diese Phase der Ausbildung enorm. Das Institut bietet eine gut durchdachte didaktische Struktur mit inhaltlich sinnvoll aufeinander aufbauenden Veranstaltungen, die zwischendurch genügend Zeit lassen, die zuvor vermittelten Inhalte zusätzlich zu den Übungen im Seminar im Rahmen von Kleingruppen zu vertiefen. Der Einstieg in die dem Institut angeschlossene Ambulanz zur Absolvierung der praktischen Stunden ist unkompliziert und vermittelt ein Gefühl von Sicherheit, da immer jemand in der Nähe ist, den man bei auftretenden Schwierigkeiten ansprechen kann. Natürlich bietet das Institut auch die Möglichkeit, die praktische Ausbildung in einer externen Praxis durchzuführen, wenn dies gewünscht ist. Die Supervision während der Ambulanzzeit zeichnet sich durch hohe Kompetenz und Expertise der Supervisoren aus, die die Ausbildungskandidaten mit viel Wertschätzung, Geduld und auch Humor in der Verbesserung ihrer therapeutischen Kompetenzen unterstützen, manches Gefühl von "Sackgasse" in Therapien mit gezielten Interventionsempfehlungen effektiv beseitigen und Zuversicht bezüglich der Erlangung der therapeutischen Expertise vermitteln, die zu Beginn der Ausbildung eben noch nicht vorhanden ist. Ein Qualitätsmerkmal der Supervisionen ist die Durchführung anhand von Tonaufnahmen der Therapiesitzungen, ein offenbar nicht an allen Ausbildungsinstituten gängiger Standard.

Zu allem Überfluss muss man sagen, dass nicht nur inhaltliche und strukturelle Gegebenheiten des Instituts total überzeugen, sondern dass es auch menschlich in vorbildlicher Weise zugeht. Ein immer offenes Ohr und Hilfsbereitschaft der Institutsmitarbeiter bei persönlichen Problemen, ein wertschätzender, freundlicher und kollegialer Umgang zwischen Ausbildungskandidaten, Dozenten und

Institutsleitung sowie viel Humor in einem nicht immer ganz unbelasteten Berufsalltag. Mich hat das Institut auf allen Ebenen überzeugt und ich kann diese Ausbildung nur jedem wärmstens empfehlen, nicht zuletzt denen, die den Beruf des Psychotherapeuten als Herausforderung und die Weiterbildung auch als Chance zur persönlichen Weiterentwicklung sehen.

Dietrich Battke