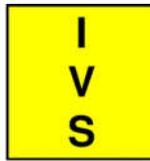


Trägerschaft:
Bayerische Gesellschaft für Verhaltenstherapie,
Verhaltensmedizin und Sexuologie e.V.
Nettelbeckstraße 14, 90491 Nürnberg
Tel.: 0911 – 599536 / Fax: – 5976700



Institut für Verhaltenstherapie
Verhaltensmedizin und
Sexuologie
- staatlich anerkannt -
- zertifiziert n. ISO 9001:2008 -

Erw.-Ambulanz : 0911 – 950991-11 Fax/-21
Verwaltung (R43) : 0911 – 950991-10 Fax/-20
KJ-Ambulanz : 0911 – 787272-8 Fax/-9
Verwaltung (N22) : 0911 – 787272-7 Fax/-9
www.ivs-nuernberg.de

Leitungsgremium:
Dr. phil. Wolfram Dorrman
Dr. med. Johannes Kemper
Priv.-Doz. Dr. med. Dr. med. habil. Thomas Moesler
Dr. med. Sandra Poppek
Dipl.-Psych. Dr. phil. Andreas Rose

Selbsterfahrung am IVS

Nachdem angesichts der unterschiedlichen Angebote verständlicherweise immer wieder Fragen zum Ausbildungsbaustein „Selbsterfahrung“ unter den Ausbildungsteilnehmern entstehen, und am IVS Selbsterfahrung seit vielen Jahren beforscht und evaluiert wird, möchten wir einige verbindliche Hinweise zu diesem Ausbildungsbaustein am IVS geben (sie sind auch veröffentlicht in „Der Blick auf sich selbst – Selbsterfahrung in der Psychotherapie“, Hrsg.: Thomas Mösler, Sandra Poppek, Johannes Kemper, Andreas Rose, Wolfram Dorrman, Psychotherapie-Verlag, Tübingen 2016).

1. und häufigste Frage:

Ist Selbsterfahrung ein Selektionselement für die Ausbildung insgesamt?

Antwort:

Bestehende Hindernisse für den Beruf, die im psychotherapeutischen Kontakt für den Patienten, aber auch den Therapeuten schädigend sein können, und die sich im Laufe der Gruppen-Selbsterfahrung nicht ausreichend auflösen lassen, können zusätzlich in der Supervision, im psychotherapeutischen Setting oder Einzelselbsterfahrung angegangen werden. Dabei ist die Selbsterfahrung alleine nicht das ausschlaggebende Kriterium, ob jemand für die psychotherapeutische Behandlung empfohlen werden kann. Vielmehr werden für die Eignung alle Ausbildungsbelange in Betracht gezogen – immer in Bezug auf den Schutz für den Ausbildungsteilnehmer und seine Patienten bei der Ausübung des Psychotherapeutenberufes. Konkret auf das IVS bezogen liegt die Zahl der Ausbildungsteilnehmer, die mit der Selbsterfahrung nicht zurechtkamen (seinerzeit noch bezogen auf die von Mösler/Poppek in Verbindung mit Jon Kabat-Zinn entwickelte „Achtsamkeitsbasierte Gruppenselbsterfahrung“) bei rund der Hälfte des bundesweiten Durchschnitts (Steffi Nodop & Bernhard Strauß, in: „Der Blick auf sich selbst – Selbsterfahrung in der Psychotherapie“, Hrsg.: Thomas Mösler, Sandra Poppek, Johannes Kemper, Andreas Rose, Wolfram Dorrman, Psychotherapie-Verlag, Tübingen 2016, S. 57-88).

Wird in einem dieser sehr wenigen Einzelfälle der Eintritt in die Praktische Ausbildung verwehrt, um den Ausbildungsteilnehmer bzw. seine Patienten vor Schaden bei der Ausübung unseres Berufes zu schützen, besteht weiter die Möglichkeit, nach Absolvierung problemspezifischer Anregungen, die mit den anderen Ausbildungsleitern abgesprochen werden (zum Beispiel Einzelselbsterfahrung oder eine dem Problem angemessene Anzahl von Stunden in Einzel- oder Gruppenpsychotherapie), die Ausbildung weiter fort zu setzen.

2. Frage:

Wo und bei wem ist die Selbsterfahrung möglich?

Antwort:

Am IVS stehen derzeit 11 Selbsterfahrungsleiter zur Wahl, wobei in jeder Gruppe zwei Selbsterfahrungsleiter (weiblich und männlich) bei einer maximalen Gruppengröße von 9 Personen anwesend sind.

Die Konzepte der jeweiligen Selbsterfahrungsangebote können auf der Homepage oder in Veröffentlichungen nachgelesen werden.

Jeder interessierte Aus- und Weiterbildungsteilnehmer kann darüber hinaus in einem kostenlosen Vorgespräch alle Fragen, Bedenken und auch spezielle Wünsche klären.

Trägerschaft:
Bayerische Gesellschaft für Verhaltenstherapie,
Verhaltensmedizin und Sexuologie e.V.
Nettelbeckstraße 14, 90491 Nürnberg
Tel.: 0911 – 599536 / Fax: – 5976700



Institut für Verhaltenstherapie
Verhaltensmedizin und
Sexuologie
- staatlich anerkannt -
- zertifiziert n. ISO 9001:2008 -

Erw.-Ambulanz : 0911 – 950991-11 Fax/-21
Verwaltung (R43) : 0911 – 950991-10 Fax/-20
KJ-Ambulanz : 0911 – 787272-8 Fax/-9
Verwaltung (N22) : 0911 – 787272-7 Fax/-9
www.ivs-nuernberg.de

Leitungsgremium:
Dr. phil. Wolfram Dorrman
Dr. med. Johannes Kemper
Priv.-Doz. Dr. med. Dr. med. habil. Thomas Moesler
Dr. med. Sandra Poppek
Dipl.-Psych. Dr. phil. Andreas Rose

3. Frage: Was soll die Selbsterfahrung bewirken?

Antwort:

Im Wesentlichen geht es um eine Verminderung der persönlichen „Verletzlichkeit“.

Eine ausgeprägte persönliche Verletzlichkeit führt zu einer Belastung von jeder Beziehungsebene.

Sehr verletzlichen Menschen wird von anderen Personen mit wenig Offenheit begegnet, was für den Beruf eines/r PsychotherapeutIn im professionellen Setting kontraproduktiv ist.

Unsere Aufgabe als Selbsterfahrungsleiter sehen wir darin, für jedes Gruppenmitglied ausreichend Möglichkeiten zur Verfügung zu stellen, damit jeder seine mit der eigenen Verletzlichkeit verbundenen dysfunktionalen Sichtweisen, Schemata und die daraus entstehenden Emotionen vermindern bzw. auflösen kann.

Das wirkt sich natürlich nicht nur auf den Beruf, sondern auch auf die privaten Beziehungen zu Familienangehörigen, Freunden, Partnern und Partnerinnen aus und führt zu einem deutlich messbaren Anstieg der Lebensqualität unserer Gruppenteilnehmer.

4. Frage: Wie ist es möglich einen nachhaltigen Effekt von Selbsterfahrung zu bewahren im Sinne einer Integration in den Alltag?

Antwort:

Wie in einer verhaltenstherapeutisch fundierten Psychotherapie üblich, gibt es in auch in der Selbsterfahrung „Zwischenarbeiten“, wobei den Teilnehmern (im Falle von schriftlichen Übungen) freigestellt ist, wieviel sie zu den einzelnen Aufgaben schreiben.

Tatsächlich werden alle Zwischenarbeiten - ohne Aufpreis, denn das Lesen der Zwischenarbeiten kostet neben der Betreuung der Gruppen die Selbsterfahrungsleiter natürlich auch Zeit – von den jeweiligen Gruppenleitern gelesen.

Viele der dort behandelnden Themen haben eine so hohe Praxisrelevanz, dass sie schon zu Beginn der Ausbildung im direkten Patientenkontakt umgesetzt werden können. Hiermit sind auch Anfänger“ in der Lage, schon nach ihrem ersten Selbsterfahrungs-Gruppentreffen, Patienten tragfähige Beziehungsangebote zu machen und nützliche Anregungen anzubieten.

5. Frage: Wie erfahre ich meine Stärken und Schwächen als Therapeut?

Antwort:

Selbstverständlich kann jeder Teilnehmer in einer professionellen Selbsterfahrung ein Feedback zu seiner Eignung als Psychotherapeut erwarten. Die Förderung von Kenntnissen, wie man als Therapeut wirkt, wie die eigene Interaktionskompetenz von anderen empfunden wird (Introspektions-Reflexionsfähigkeit, das Erkennen eigener „blinder Flecken“) usw. ist ja ein Lernziel dieses Ausbildungsbausteines. Diese Feedbacks werden in aller Regel durch die anderen Gruppenteilnehmer über die Anzahl der Treffen aufgebaut, wie es aus der unten aufgeführten sogenannten „Therapeutenwahl innerhalb der Gruppe“ hervorgeht. Diese Feedbacks schließen alle personenbezogenen Signale auf der Beziehungsebene (wie verbales, paraverbales und nonverbales Verhalten wie Mimik, persönliches Auftreten usw.) mit ein, damit sich die Teilnehmer später als Psychotherapeuten selbstkongruent und sicher in ihrer professionellen Rolle bewegen können.

Wer an sich selbst arbeiten möchte, um sich z. B. in Bezug auf die eigene Beziehungsfähigkeit weiterzuentwickeln und um weniger eigene Verletzlichkeit sowohl privat als auch beruflich zu erleben, ist in den Selbsterfahrungsgruppen am IVS gut aufgehoben.

Bislang konnten nach unserer kontinuierlichen Evaluation über 1.400 Teilnehmer die Selbsterfahrung am IVS mit großem persönlichen Gewinn für ihr privates und berufliches Leben durchführen.