

Selbsterfahrung (SE) im Studiengang Psychotherapie der RUB

Einführung/Zielsetzung des Posters

Nach einem Wechsel der Selbsterfahrungsanleiter im Studiengang der RUB, war diese Fachtagung ein Anlass, über die Umsetzung der SE neu nachzudenken. Es ist uns ein Anliegen, den zentralen, störungsübergreifenden Wirkungszusammenhang von SE für die praktische Tätigkeit zu vermitteln, damit SE nicht als unangenehm, grenzüberschreitend oder gar pathologisierend erlebt wird.

Hintergrund

Es gibt unterschiedliche bisher nur wenig evaluierte verhaltenstherapeutische Selbsterfahrungskonzepte (z.B. Schön 2001, Ubben 2013). Es zeigt sich eine enge Beziehung zu den jeweiligen Störungskonzepten der klassischen VT auf der einen und der analytischen, tiefenpsychologisch und klientenzentrierten Ausbildung andererseits, die sich polarisiert so skizzieren lassen (Schlebusch, 2011):

In der VT-Ausbildung orientieren sich die Ausbildungscurricula an einem modularen System von Störungsmodellen. Ausgehend von einer meist kategorialen Diagnostik (DSM/ICD) werden entsprechende Manuale vermittelt, die auf spezifischen Störungsmodellen beruhen. Der Schwerpunkt liegt auf der Vermittlung von Konzepten, Techniken durch jeweilige „Spezialisten“. In diesem Kontext droht SE wie ein weiterer modularer Baustein wahrgenommen zu werden.

Bei der klassischen PA-Ausbildung wird über die Lehranalyse psychotherapeutisches Wissen in Form von Arbeit an eigenen Problemen exemplarisch vermittelt. SE wird in diesem Zusammenhang als zentrale Voraussetzung eines professionellen Umgangs mit Übertragung und Gegenübertragung, dem Kern psychotherapeutischer Wirksamkeit, angesehen und vermittelt. Entsprechend personalisiert erfolgt hier die Vermittlung in Form einer Eigentherapie.

Selbsterfahrung vor dem Hintergrund aktueller Entwicklungen in der Verhaltenstherapie:

mit der sogenannten „zweiten Welle“ (Kognitive VT) erfolgte der Wechsel von der Subjekt-Objekt zur Subjekt-Subjekt Betrachtung der therapeutischen Beziehung (Selbstmanagementansatz von Kanfer mit dem Fokus auf das Selbst).

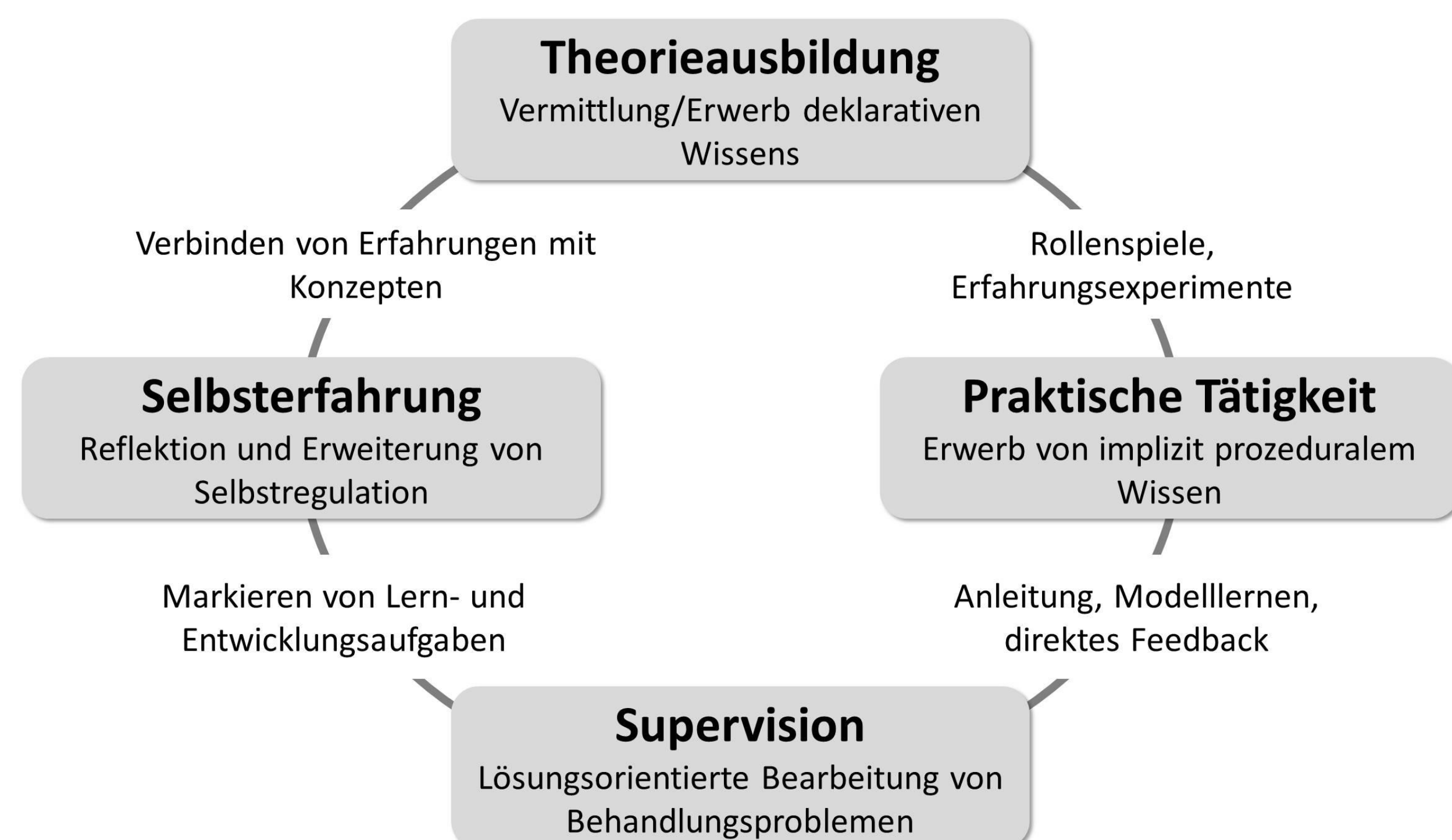
Mit der „dritten Welle“ folgt eine intensive Auseinandersetzung mit innerem Erleben, insbesondere der Steuerung von emotionalen Prozessen (DBT, Schematherapie, ACT, MKT, CBASP, MBCT). Diese genannten Verfahren bieten einen großen „Fundus“ an erlebnisorientierten Methoden, die in der SE eingesetzt werden können.

CAVE: Bei den Selbst-Erfahrungen ist auf ausgewogene Verknüpfung von erlebensaktivierendem Vorgehen einerseits und kognitiver Zuordnung andererseits zu achten. Es hat sich bewährt, immer den Bezug zu der rahmengebenden Zielsetzung (Entwicklung professioneller therapeutischer Haltungen) im Auge zu behalten (Ubben 2013): deshalb empfehlen sich Problem- wie Ressourcenaktivierungen ausgehend vom Inkongruenzerleben in berufsnahen Kontexten wie z.B.: Überforderungserleben, mangelnde Selbstfürsorge, Probleme der Rollenfindung und -abgrenzung.

Übertrag auf Studiengang: Bedeutung, Umsetzung, Ausblick:

Stellung der SE innerhalb des Studienganges:

Im an der RUB (Schulte) entwickelten didaktischen Modell der VT-Ausbildung orientieren sich die Ausbildungscurricula an einem modularen System von Störungsmodellen. Ausgehend von einer Diagnostik (DSM/ICD) werden evidenzbasierte Konzepte zur Behandlung der Störungen vermittelt.



TherapeutInnen begegnen PatientInnen nicht als Privatpersonen, gleichwohl ist von Ihnen gefordert, dass sie in ihren professionellen Haltungen zugleich authentisch auftreten. Dies erfordert eine Integration der professionellen Selbstanteile in die bisherigen Selbstkonzepte (Assimilation – Akkommodation).

Privatperson

- Individuelles Selbstkonzept: Erkennen der eigenen Persönlichkeit durch biographische Arbeit
- Eigene Motivstruktur: Erkennen und Stärken von vorhandenen Ressourcen
- Erkennen von funktionalen und dysfunktionalen Beziehungs- und Bewältigungsstilen

Professionelle dialektische Haltungen

- Aktive Empathie vrs. Transparente Distanzeinhaltung
- Dosierte Direktivität vrs. Achtsame Selbstrücknahme
- Evidenzbasiertes Intervenieren vrs. Selbstmanagementübergabe

Für eine Evaluation wären Messinstrumente hilfreich, die „Steuerungskompetenzen auf der Prozessebene“ erfassen. Über eine Sammlung von sogenannten „Schlüsselsituationen“, schwierigen Standardsituationen in Form von Narrativen sollten Vorgehensweisen von Anfängern respektive Erfahrenen gesammelt werden. Diese sollten inhaltsanalytisch nach Qualität der Lösungsvorschläge (Angemessenheit, Bezogenheit auf den Klienten, Differenziertheit, Flexibilität, Vielfältigkeit der Alternativen, Ausmaß der kontextuellen Differenzierung, ...) ausgewertet werden. Über die Erfahrungen solcher Analysen hinweg müssten sich sukzessive relevante Kategorien für eine Bewertung herauskristallisieren.

Literatur:

Schön, K. (2001). *Selbsterfahrung in der Verhaltenstherapie-Ausbildung: Prozess- und Ergebnisqualität aus Sicht der Teilnehmer/innen*. Inaugural-Dissertation der Justus-Liebig-Universität Gießen
Schlebusch, P. (2011). *Grundlagen-Aspekte von Selbsterfahrung*. In: R. Sachse, J. Fasbender, J. Breil, &

M. Sachse (Hrsg.): *Perspektiven Klärungsorientierter Psychotherapie II*, S. 294-322. Lengerich: Pabst Science Publishers.
Ubben, B. (2013). *Verhaltenstherapeutische Selbsterfahrung*. Basel: Beltz Verlag.

Überblick über Inhalte Umfang und Verteilung der SE-Module:

Die SE-Module unterscheiden sich in ihrer Dauer und Teilnehmeranzahl: von 4 UE in den Kleingruppen-Selbsterfahrungen mit ca 4 Teilnehmern bis zu 24 UE Workshops mit bis zu 21 Teilnehmern.

Jahr	Semester	Thema der Selbsterfahrung	Bereich	UE
1. Jahr	1. (SS)	Einführung und Kleingruppenfindung	I	18
		Gruppenkohäsion --> Mitte Mai	II	6
		Selbstfürsorge / Burnout-Prophylaxe I	III	10
		Kleingruppen-Selbsterfahrung (1x): Umgang mit eigenen Emotionen im therapeutischen Prozess	IV	4
2. Jahr	2. (WS)	Selbstfürsorge / Burnout-Prophylaxe II	III	10
		Zur eigenen Biographie I: Lebenslinie	V	20
2. Jahr	3. (SS)	Kleingruppen-Selbsterfahrung (1x): Umgang mit eigenen Emotionen im therapeutischen Prozess	IV	4
		Reflexion der eigenen Entwicklung I: Projekte für die eigene Entwicklung während der Therapieausbildung	III	10
		Kleingruppen-Selbsterfahrung (2x): Umgang mit eigenen Emotionen im therapeutischen Prozess	IV	8
		Zur eigenen Biographie II: Ursprungsfamilie	V	24
3. Jahr	4. (WS)	Kleingruppen-Selbsterfahrung (1x): Umgang mit eigenen Emotionen im therapeutischen Prozess	IV	4
		Kleingruppen-Selbsterfahrung: (2x) Umgang mit eigenen Emotionen im therapeutischen Prozess	IV	8
3. Jahr	6. (WS)	Reflexion der eigenen Entwicklung II: Bilanz	III	10
		Summe		136

Zuordnung der Module zu SE-Bereichen und Veranstaltungen:

	Selbsterfahrungs-Bereich	Veranstaltung
I	Auseinandersetzung mit der Therapeutenrolle	Einführung
II	Gruppenkohäsion / Gruppendynamische Selbsterfahrung	Gruppenkohäsion
III	Projekte für und Reflexion der eigenen (therapeutischen) Entwicklung	Projekte, Bilanz, Selbstfürsorge
IV	Persönliche Beteiligung und eigene Emotionen im Therapiescheitern	Kleingruppen-SE
V	Eigene Biographie	Lebenslinie, Ursprungsfamilie