

Die Ausbildung

Der echte Schüler lernt aus dem Bekannten das Unbekannte entwickeln und nähert sich so dem Meister. (J.W. Goethe)

Ein zentrales Anliegen des 1990 in Österreich verabschiedeten Bundesgesetzes zur Psychotherapie, war die nötige Professionalisierung der Ausbildung der Psychotherapeut/inn/en zu fördern und auch verpflichtend zu fordern. Es gab zum damaligen Zeitpunkt bereits mehrere verschiedene psychotherapeutische „Schulen“, die jeweils eigene Standards für die Ausbildung entwickelten. Es war damals wie heute wesentlich sich gegenüber unseriösen und/oder unprofessionellen Anbietern in der „Psychoszene“ abzugrenzen und einen Berufstitelschutz im Interesse der Hilfesuchenden weil psychisch leidenden Personen zu etablieren. Die daraus hervorgegangenen Standards der verschiedenen Psychotherapieausbildungen knüpften an vorangegangenen langjährigen Erfahrungen der jeweiligen Ausbildungsvereine an. Selbstverständlich gab es, ausgehend von den zum Teil sehr unterschiedlichen Menschenbildern und daraus hervorgehenden Theorien, auch sehr unterschiedliche Curricula. Die Ausbildungstraditionen unterschieden sich nicht nur quantitativ beträchtlich, sondern auch in Bezug auf die geforderten Ausbildungsschritte. Nach einigen Schwierigkeiten konnte letztendlich aber, unter Aufrechterhaltung der schulenspezifischen Besonderheiten, ein gemeinsamer formaler Rahmen für die Ausbildungen entwickelt werden, der seither gesetzlich vorgeschrieben ist (siehe dazu Kapitel II). Trotz der Unterschiedlichkeiten haben sich mittlerweile einige Prinzipien für Psychotherapieausbildungen etabliert, die wohl über alle verschiedenen Schulen hinweg akzeptiert sein dürften.

Welche Leitlinien sind für eine anerkannte Psychotherapieausbildung wesentlich?

Eine Psychotherapieausbildung zielt darauf ab die Teilnehmenden für die Ausübung eines eigenen Berufs zu qualifizieren, wie er als Tätigkeit im § 1 Absatz 1 des „Bundesgesetzes über die Ausübung der Psychotherapie“ beschrieben wurde. Indem eine umfassende Berufsausbildung angestrebt wird, bedarf es einer Vorgehensweise seitens der Ausbildungsinstitute, die auf allen möglichen Lernebenen des Wissens (Theorie und Informationen), der Fertigkeiten (Methoden und Techniken), der Fähigkeiten (wie beispielsweise Empathie oder Selbstreflexion) und der Einstellungen (wie beispielsweise Menschenbild oder Solidarität) signifikante Entwicklungen im Interesse einer tatsächlich hilfreichen Praxis anregt und ermöglicht. Die erforderlichen Kompetenzen auf allen diesen Ebenen sollten dabei so weit reichend internalisiert werden können, dass sie in der schnell wechselnden Dynamik einer professionellen Therapiebeziehung auch rasch und authentisch, also ohne beziehungsstörendes Nachgrübeln, „was jetzt zu tun sei“, realisiert werden können. Schon alleine diese Zielsetzung erfordert einen Lernweg, der von einer womöglich nicht bewussten Inkompetenz (wie beispielsweise beziehungsheimmenden Ängste) über das reflektierende Er- und Bekennen, ein daran anknüpfendes „Einüben“ durch das Sammeln praktischer Erfahrungen, schließlich zu einer so selbstverständlichen Handhabung hilfreicher Vorgehensweisen führt, dass sich intuitive Kompetenzen entwickeln können. Schon hier wird deutlich, dass eine Ausbildung zur Ausübung der Psychotherapie selbstverständlich die gesamte Person des oder der Auszubildenden umfasst.

Psychotherapieausbildung als reflektierte Entwicklung der Person

Es mehren sich die Hinweise, dass mittlerweile alle psychotherapeutischen Schulen den zentralen Stellenwert der Beziehung zwischen Therapeut/in/en und Klient/in/nen (an)erkennen. Zwischenmenschliche Beziehungen und Kommunikation sind Anlass, Mittel und Ziel von Psychotherapie. Das bedeutet nicht weniger, als dass die zentrale Zielsetzung von Ausbildung darin bestehen muss, jemanden in einer Entwicklung zu unterstützen, die es ihm oder ihr erlaubt professionelle Therapiebeziehungen hilfreich (mit)zugestalten. Eine derartige „Dialogkunst“, die Psychotherapie (im Gegensatz zu Psychiatrie als substanziell zu unterscheidende Hilfestellung) als den Versuch der „Heilung durch das Wort“ (Kurt Ludewig) versteht, lässt sich zumindest nicht alleine nur durch einübendes Training von Fertigkeiten und Techniken erreichen. Das wesentliche „Instrument“ von Psychotherapie ist die Therapeutin bzw. der Therapeut selbst. Eine Vielzahl von empirischen Untersuchungen belegen, dass die Auseinandersetzung mit der eigenen Person („Selbsterfahrung“), die permanente Förderung bedeutsamer Grundhaltungen und damit nicht weniger als die Entwicklung einer reifen Persönlichkeit, wie sie insbesondere von der Humanistischen Psychologie wissenschaftlich erforscht und beschrieben wurde, die wohl wichtigste Voraussetzung für eine erfolgreiche Tätigkeit als Psychotherapeut/in darstellt. Wie sich aus dem auch quantitativ anspruchsvollen Stellenwert ablesen lässt, den „Selbsterfahrung“ und „Supervision“ in den Ausbildungsprogrammen der verschiedenen Therapieschulen einnehmen, wird ein psychischer Bildungsprozess angestrebt, der sich insbesondere als Wahrnehmungsmetamorphose ausdrückt (neue Sichtweisen auf sich selbst und andere) und schließlich nicht nur zu Wissen und Können im üblichen Sinne, sondern zu einer (therapeutisch wirkungsvollen) Gesinnung führt. Nur ein derartiger, die gesamte Person umfassender Entwicklungsprozess kann als persönliche Haltung zu einer soliden Grundlage werden, die in jeder Begegnung mit hilfebedürftigen, weil psychisch leidenden Personen, authentisch verhaltenswirksam werden kann.

Eigentherapie und Selbsterfahrung

Durch ausreichende Eigentherapie wird außerdem gewährleistet, dass man auf Basis von Erfahrungen mit eigenen psychischen Entwicklungsprozessen, die unumgängliche Empathie bei der therapeutischen Begleitung Anderer entfalten kann. Man muss also „am eigenen Leib erfahren“ können, was man später mit anderen beruflich anwenden will.

Es gibt empirische Belege, dass ein erfolgsentscheidender Wirkfaktor für gelingende Psychotherapie die eigene Überzeugtheit des Therapeuten bzw. der Therapeutin von der Wirksamkeit der eigenen Methode darstellt. Nur die eigene Selbsterfahrung kann eine derartige Überzeugtheit ergeben. Die effektivsten Wirkungen ergeben sich dabei durch eine gelungene Kombination von verschiedenen Selbsterfahrungssettings (Einzel- und Gruppenselbsterfahrung), die idealerweise sowohl von männlichen als auch durch weibliche Lehrtherapeut/inn/en angeboten werden. Erweiterte Authentizität besonders im Sinne möglichst trübungsfreier Selbstwahrnehmung, vertrauensfördernde Transparenz, weit reichende Beziehungsfähigkeit, Einfühlungsvermögen in fremde, wenn nicht gar „bizarre“ Wirklichkeitsauffassungen und bedingungsfreie Wertschätzung von anderen Personen, um hier nur die in wohl allen Therapieschulen als wichtig erachteten Aspekte zu nennen, lassen sich ausschließlich durch einen Prozess der umfassenden Reflexion der eigenen

Persönlichkeit erwerben und durch permanente Selbstkritik im Rahmen ausbildungs- und berufsbegleitender Supervision weiter entwickeln und aufrecht erhalten.

Praxisorientierung (Praktikum, „Lerntherapie“ und Supervision)

Der Gegenstandsbereich der Psychotherapie bringt mit sich, dass den damit professionell befassten Personen eine hohe Verantwortung zukommt. So darf bei einer seriösen Ausbildung selbstverständlich auch ethische Reflexion nicht ausgespart werden. Unverzichtbar gilt es durch fundierte Darstellung der berufsethischen Prinzipien und Aufwerfen ethischer Fragestellungen, entsprechende Entwicklungen der Ausbildungsteilnehmenden reflektiert anzuregen. Der dafür hervorragend geeignete Kontext wird im Rahmen der Curricula durch die Supervision der eigenen Praxis (Praktikum und Lerntherapien) bereitgestellt. Die Ausbildungssupervision sollte dabei, nicht zuletzt als Qualitätssicherung im Interesse der Klient/inn/en, insbesondere die Einhaltung der methodenspezifischen und fachlichen Standards evaluieren. Durch diese unumgängliche Bewertung ergibt sich ein Spannungsfeld zum üblichen Verständnis von Supervision als Prozessberatung, die sich dadurch auszeichnet, dass der beratenen Person geholfen wird, einen je eigenen Zugang zu einem aufgeworfenen Problem- oder Themenhorizont zu finden. Ein „learning by doing“ wird innerhalb anspruchsvoller Psychotherapieausbildung nur dann wirklich unterstützt, wenn es eben nicht um Anpassung und Reproduktion geht, sondern um einen auch emanzipatorischen Anspruch, der Selbstverantwortung, Selbstlenkung, Problemlösefähigkeit und damit (lebenslanges) Lernen im Interesse der (oben schon angesprochenen) Persönlichkeitsentwicklung in den Vordergrund rückt. Der Personzentrierte Ansatz nach Carl Rogers, dem der Verdienst zukommt, einen entsprechenden Anspruch als (pädagogisches) Paradigma formuliert zu haben, sieht dabei die oftmals unterschwellig vermittelte Vorstellung einer „Erziehungsbedürftigkeit“ von Teilnehmenden im andragogischen(!) Kontext einer Psychotherapieausbildung besonders kritisch. Will man bedeutende „Weg-Ziel-Fehler“ in der Ausbildung vermeiden, dann gilt es sich als Lehrbeauftragte/r den Herausforderungen zu stellen, die sich für das eigene Aufgabenverständnis ergeben, wenn man „Aus-Bildung“ als „Heraus-Bildung“ von etwas versteht, das man in Ansätzen als schon vorhanden annimmt.

Anregungen zur Entwicklung der eigenen Therapietheorie

Selbstverständlich wird eine seriöse Ausbildung, neben den schon erwähnten Elementen „Selbsterfahrung“, „Praxis“ und „Supervision“, die eher dem Lernen aus Erfahrung zugerechnet werden, auch die zentrale Bedeutung kognitiven Lernens und damit der „Theoriebildung“ als viertes unverzichtbares Element berücksichtigen. Eine für anspruchsvolle Psychotherapie unerlässliche, permanente und profunde theoretische Reflexion eigener Berufspraxiserfahrungen braucht als Vorbedingung im Rahmen der Ausbildung eine kritische Auseinandersetzung mit basalen anthropologischen und psychologischen Konzepten im Rahmen der jeweiligen Therapieschule. Um die eigene Theoriebildung anzuregen wird eine einschlägige Literaturkenntnis in den Bereichen Menschenbild, Persönlichkeitstheorie, Entwicklungspsychologie, Ätiologie oder Therapietheorie, um hier nur einige zu nennen, unumgänglich sein. Entsprechend werden die Ausbildungsprogramme Theorieseminare vorsehen, die neben diesen basalen Themen auch unmittelbar praxisbezogene Inhalte wie beispielsweise Indikation, Diagnose, Setting und relevantes Kontextwissen behandeln. Wesentlich scheint dabei, vor allen in Fragen

der Didaktik und dem eigenen Rollenverständnis der Lehrenden, nie aus den Augen zu verlieren, dass die oberste Zielsetzung darin besteht, die einzelnen Ausbildungsteilnehmenden auf ihrer Suche nach der eigenen Theorie und damit dem eigenen Therapieansatz zu begleiten.

Einige weitere Prinzipien

Als weitere Merkmale einer anspruchsvollen Psychotherapieausbildung seien hier noch kurz und beispielhaft genannt:

- Eine professionelle Organisation des Ausbildungsprogramms, die – um nur einige Beispiele zu nennen – den Teilnehmenden ermöglicht die Ausbildung nebenberuflich zu absolvieren, den nötigen Support bereitstellt um relevante Literaturquellen zu erhalten, geeignete Räumlichkeiten für Seminare vorsieht oder die finanzielle Abwicklung transparent und konsumentenfreundlich organisiert, usw.;
- eine zeitgemäße und erwachsenengerechte Didaktik im Rahmen der Seminare und Workshops;
- einen seriösen und schriftlichen Ausbildungsvertrag, der alle relevanten Rechte und Pflichten (wie bspw. „Rekursrechte“ bei möglichen Konfliktsituationen) für beide Seiten regelt;
- eine bewusste und reflektierte Differenzierung der Diskurse im Ausbildungsgeschehen (z.B. Trennung von Therapie, Bewertung des Ausbildungsfortschritts und (Vereins-)Politik);
- ein aktives und anregendes Vereinsleben, das es den Ausbildungsteilnehmenden ermöglicht berufliche Identität im Rahmen einer eigenen Berufsgemeinschaft zu entwickeln und relevante Kontakte knüpfen zu können;
- eine reflektierte Ausbildungsethik (z.B. Support, um im angestrebten Berufsfeld auch tatsächlich Fuß fassen zu können, Aktualität der vermittelten Theorieinhalte, aktive Berufspolitik,...) und – last but not least –
- eine kompetente Gruppe an Ausbilder/innen und Vortragenden, deren eigene Qualitätssicherung entsprechend transparent und anspruchsvoll realisiert und dokumentiert wird.

- Welche Leitlinien sind für eine Psychotherapieausbildung wesentlich?
- Aus welchen Grundbestandteilen setzt sich die Psychotherapieausbildung zusammen?
- Welchen Stellenwert hat die Auseinandersetzung mit der eigenen Person?
- Welche Bedeutung hat Theorie und Praxiserfahrung?
- Nach welchen Kriterien lassen sich die verschiedenen Ausbildungsangebote beurteilen?

Literaturhinweise

Rogers, Carl R. (1969a), Freedom to learn. A view of what education might become, Columbus (Charles Merrill) 1969; dt.: Lernen in Freiheit. Zur Bildungsreform in Schule und Universität, München (Kösel) 1974

Schmid, Peter F., „Man kann ein Individuum nicht zur Person trainieren“ – Personenzentrierte Aus- und Fortbildung, in: Schmid, Peter F., Personenzentrierte Gruppenpsychotherapie in der Praxis – Ein Handbuch, Paderborn (Junfermann) 1996

Voracek, Martin / Stumm, Gerhard (1996), Kurzbeschreibungen psychotherapeutischer Ausbildungseinrichtungen. In: Stumm, Gerhard / Brandl-Nebhay, Andrea / Fehlinger, Friedrich (Hg.), Handbuch für Psychotherapie und psychosoziale Einrichtungen, Wien (Falter), 97-116