

**Maya Mäder (2016): *Selbsterfahrung in der Psychotherapie: Die Bedeutung für den Kompetenzerwerb in der Aus- und Weiterbildung zum transaktionsanalytischen Psychotherapeuten***

Münster: Waxmann. 224 Seiten. € 29,90

Psychotherapie-Wissenschaft 7 (1) 74–75 2017

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

Die Selbsterfahrung, Lehrtherapie oder Lehranalyse in der Weiterbildung angehender PsychotherapeutInnen wird in dem im April 2013 in Kraft getretenen Psychologieberufsgesetz (PsyG) eher stiefmütterlich behandelt. Während die erforderlichen Theoriestunden um 100 auf 500 Stunden aufgestockt wurden, wurde die Anzahl Selbsterfahrungsstunden halbiert, von den von der Schweizer Charta für Psychotherapie für ihre Weiterbildungsinstitutionen geforderten 300 Stunden auf 150 Stunden, wobei 100 Stunden im Gruppensetting absolviert werden können.

Der Frage, welchen Nutzen angehende PsychotherapeutInnen aus ihrer Lehrtherapie für ihre zukünftige Tätigkeit ziehen können, geht die Transaktionsanalytikerin Maya Mäder in ihrem lesenswerten Buch *Selbsterfahrung in der Psychotherapie. Die Bedeutung für den Kompetenzerwerb in der Aus- und Weiterbildung zum transaktionsanalytischen Psychotherapeuten* nach, das aus ihrer Dissertation an der Sigmund Freud Privatuniversität Wien hervorgegangen ist.

Als Erstes untersucht die Autorin den Begriff «Selbsterfahrung», indem sie ihn in die Teilbegriffe «Selbst» und «Erfahrung» aufteilt. Dabei wird das Selbst ausführlich aus der Sicht der drei wichtigen Therapieströmungen Tiefenpsychologie (am Beispiel Psychoanalyse), Verhaltenstherapie und Transaktionsanalyse (humanistisches Menschenbild) beleuchtet. Erfahrung wird einerseits unter dem Gesichtspunkt betrachtet, was jeweils unter diesem Begriff verstanden wird, aber und vor allem, wie konkrete Erfahrung gewonnen werden kann.

Weiter werden die Kompetenzen, welche gute und erfolgreiche PsychotherapeutInnen auszeichnen, betrachtet, aufgeteilt in die Bereiche «persönliche Kompetenzen», «Beziehungskompetenzen» und «Konzeptkompetenzen», wiederum nicht nur aus der Sicht der Transaktionsanalyse, sondern aus der je schulenspezifischen Sicht. Die dabei gefundenen Ergebnisse lassen den Schluss zu, dass alle psychotherapeutischen Schulen ähnliche Kompetenzen bezüglich der Persönlichkeit und der Beziehungsfähigkeit der TherapeutInnen als wichtig erachten, in den Konzeptkompetenzen sich jedoch – ihrer Ausrichtung entsprechend – unterscheiden.

Welche Bedeutung messen nun die Schulen der Selbsterfahrung in ihren Konzepten zu und wie wird diese in der Ausbildung angehender TherapeutInnen umgesetzt? Diese Fragen versucht Mäder zunächst anhand der tiefenpsychologischen, verhaltenstherapeutischen und humanistischen Literatur zu ergründen. Dabei zeigt sich, dass generell

alle Schulen Selbsterfahrung als wichtig erachten, dass sie aber vor allem in der Psychoanalyse und den Therapierichtungen humanistischer Ausprägung als unabdingbar angesehen wird, während die Verhaltenstherapie eher auf Selbstreflexion fokussiert. Die Gründe, weshalb Selbsterfahrung für PsychotherapeutInnen äusserst wichtig erscheint, sind die eigene Erfahrung mit der Patientenrolle, die Erfahrung mit der Umsetzung der eigenen Methode und vor allem die Möglichkeit, sich selbst in den verschiedensten Facetten kennenzulernen (Stichwort: blinde Flecken), was für die spätere therapeutische Tätigkeit von eminenter Bedeutung ist.

Der Umgang der Schulen mit dem Bereich der Selbsterfahrung in der Weiterbildung der AusbildungskandidatInnen wird zum einen wiederum anhand der Literatur, zum anderen aber auch für die Transaktionsanalyse anhand von empirischen Daten, welche von der Autorin in Interviews und einer Gruppendiskussion mit lehrenden TransaktionsanalytikerInnen erhoben werden, untersucht. Dabei zeigt sich, dass die in der Literatur gefundenen Vor- und Nachteile der Selbsterfahrung – sich selbst kennenlernen, die Patientenrolle selbst erleben, Wirksamkeit der eigenen Methode selbst erfahren, therapeutische Beziehung und den geschützten Rahmen erfahren dürfen etc. sowie auf der Nachteileite Inkompetenz des Lehrtherapeuten, sich nicht verstanden fühlen, nicht genügend Raum erhalten – auch von den Teilnehmenden an der Gruppendiskussion und in den Interviews genannt werden. Ebenso werden die gleichen oder zumindest ähnliche Kompetenzen, die zukünftige TherapeutInnen in der Selbsterfahrung lernen, genannt, das heisst, nebst den persönlichen Kompetenzen (Ergründung und Reifung des eigenen Selbst), sowohl die Beziehungskompetenzen (anhand der engen und intimen Beziehung mit den KollegInnen in der Ausbildungsgruppe, aber vor allem auch im geschützten Rahmen der eigenen Lehrtherapie) wie auch die Konzeptkompetenzen (anhand der eigenen Erfahrung mit der Umsetzung der Methodentheorie in die Praxis).

Eine Frage, welche immer wieder auftaucht, sowohl in der Literatur wie auch in den Aussagen der empirischen Untersuchung, lautet, wann die Selbsterfahrung abgeschlossen ist und woran dies festgestellt werden kann. Hierzu wird betont, dass Selbsterfahrung eigentlich nie abgeschlossen ist, vor allem nicht während der therapeutischen Tätigkeit, sondern dass je nach Lebens- und Berufssituation immer mal wieder eine Tranche Eigentherapie nötig und nützlich sein kann. Doch – damit AusbildungskandidatInnen ihre therapeutische Weiterbildung abschliessen können – gibt es einen Punkt, an dem gesagt wird: «Vorerst ist es genug, die Selbsterfahrung reicht, um therapeutisch tätig zu sein und dem Patienten nicht zu schaden»? Eine eindeutige Antwort gibt es darauf nicht, es wird auf die Intuition und Erfahrung der Lehrenden verwiesen, zudem auf das Gefühl der Lernenden bezüglich ihrer eigenen Kompetenzen. Um dieses jedoch aufgrund von Selbstreflexion und anhand von bestimmten Überlegungen verifizieren zu können, entwickelt Mäder zum Schluss ihrer Arbeit ein Instrument, in welchem ausgewählte 15 Kompetenzen mithilfe einer «Landkarte

der vier Quadranten» nach Ken Wilber (1995) – innen, aussen, individuell, kollektiv – mit spezifischen Fragen untersucht und Antworten darauf gefunden werden können: «Wo stehe ich momentan in dieser Kompetenz, wo brauche ich noch mehr und wo ist es in Ordnung für den Moment?» Das Instrument eignet sich sowohl für die eigene Reflexion als auch für Standortbestimmungen während der Ausbildung.

Die Arbeit von Maya Mäder ist differenziert, ausführlich und ein breites Spektrum beleuchtend. Sie eignet sich sowohl für Lehrende und Lernende in den verschiedenen Weiterbildungsinstitutionen der Psychotherapie als auch als Denkanstoss für bereits im Berufsleben stehende Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, weil sie auf gelungene Weise die Implikationen und Auswirkungen der Selbsterfahrung sowohl nach aussen (auf die PatientInnen bezogen) als auch nach innen (bezogen auf die Befindlichkeit der TherapeutInnen) beleuchtet. Gerade diese Sicht geht im Verlauf der Berufstätigkeit oft unter, was zu einem «Ausbrennen» der PsychotherapeutInnen führen kann. Ebenso geeignet sind die Ausführungen der Autorin als Argumentarium für eine umfassende Selbsterfahrung in der Weiterbildung von Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten.

*Yvonne Traber*

**G. Francesetti, M. Gecele & J. Roubal (Hrsg.) (2016): *Gestalttherapie in der Klinischen Praxis: Von der Psychopathologie zur Ästhetik des Kontakts***

Aus dem Englischen von Anna Jell. Gevelsberg: EHP-Verlag Andreas Kohlhage. 733 Seiten. € 49.99

Psychotherapie-Wissenschaft 7 (1) 75–76 2017  
www.psychotherapie-wissenschaft.info  
CC BY-NC-ND

Dieses enzyklopädisch anmutende Gestalttherapie-Handbuch ist erstmals 2013 auf Englisch erschienen und wiegt, schwergewichtig wie es im doppelten Sinne ist, satte eineinhalb Kilo. Es am Tisch zu lesen ist angenehmer als am Strand. Von den 54 Mitschreibenden sind 23 Frauen dabei. Unter den 31 Männern befinden sich zwei Schweizer: Dieter Bongers und Peter Schulthess. Zwanzig Nationen aus drei Kontinenten sind vertreten: aus Nord- und Südamerika sowie aus Europa. Diese Momentaufnahme der Grundlage und Weiterentwicklung dieser Psychotherapieform kommt in vier Teilen daher, welche jedoch – dankbarerweise – in ihrer manchmal fast überbordenden Detailfülle gut miteinander verwoben sind. «Eckpfeiler dieses Buches», schreiben die HerausgeberInnen im Vorwort, ist das Erkennen, dass «das individuelle Leiden entsteht aus einem beziehungsbezogenen Grund, und dies gibt der Therapie eine Bedeutung und eine Richtung.» Das Entstehen des Buches ist eine kollektive Bildung

(um nicht zu sagen: Gestaltung) einer Figur, der vor dem Hintergrund der kontemporären europäischen und amerikanischen Gestalttherapie eine Zusammenführung von Menschen und Ideen unterschiedlicher Herkunft, Kontexte und Erfahrungen gelingt. Die Übersetzerin, Anna Jell, hat einen flüssigen und stimmigen Text erarbeitet.

Der erste Teil beschäftigt sich mit den grundlegenden Prinzipien der Gestalttherapie in der klinischen Praxis. Was ist und wie hat sich Gestalttherapie entwickelt? Wie funktioniert die Diagnose, Prognose und das Nachdenken über Psychopathologie? Mit was für Erfahrungswerten kann die Gestaltforschung aufwarten? Wozu brauchen gestalttherapeutische Behandlungen situative ethische Richtlinien? Viele Fragen werden aufgeworfen und noch mehr differenzierte Antworten gegeben. Die italienische Grand Dame der Gestalttherapie, Margherita Spagnuolo Lobb, umreisst gekonnt die wichtigsten, historisch geformten Prinzipien dieses Zugangswegs zu seelischem Leiden und beschreibt die gesellschaftliche Befindlichkeit seit den 1950er Jahren bis heute, in der diese Methode und Technik – durch ihren Hauptfokus auf das Faktotum der therapeutischen Beziehung im «Hier und Jetzt» – ihre erlebbaren Akzente setzt. Eine Psychotherapie ist ein Erlebnis.

«Die Gestalttherapie verbindet also auf eine wunderbare Art und Weise die «animalische» und die «soziale» Seele, die in der philosophischen Kultur der westlichen Welt über Jahrhunderte hinweg als unvereinbare Gegensätze betrachtet werden: Wenn der Kontakt ein übergeordnetes Motivationssystem ist, gibt es keine Trennung zwischen dem instinktiven Überlebenstrieb und dem sozialen Wunsch nach Gemeinschaft» (S. 39).

Dies ist einer von vielen Kernsätzen dieses Buches.

Ein Perspektivwechsel weg vom Allgemeinen ins Spezifische der gelebten Kontexte, das heisst eine Bandbreite praxisorientierter sowie fokussierter Betrachtungen, ist im zweiten Teil mit seinen fünf Kapiteln an der Reihe. Die politische Dimension der Gestalttherapie wird diskutiert, der soziale und multikulturelle Kontext wird debattiert. Die verschiedenen Entwicklungstheorien, welche in dieser weltweit populären Modalität zur Anwendung kommen, bereichern sie, nach Fritz Perls' sozialpsychologische Theorie des Lebenskontextes, vom Du zum Ich zum Wir. Bezüglich der Frage, wie wir als Kinder zwischen vier und zwölf Jahren sozial und charakterlich geprägt wurden – im Guten wie im Schlechten und dem Dazwischen –, verdankt die moderne gestalttherapeutische Arbeit mit Kindern ihrer Pionierin, Violet Oaklander, viel. Die fünf Kapitel im dritten Teil beschäftigen sich mit den spezifischen Lebenssituationen (sei es von Kindern und Jugendlichen oder von älteren Menschen), mit den zum Leben gehörenden Verlusten und mit unserem Trauern, nachdem uns ein Mensch, freiwillig oder nicht, für immer verlassen hat. Wie können wir im lebendigen Vorwärtsgen nach traumatischen Erlebnissen durch eine gestalttherapeutische Behandlung unterstützt werden? Die Antworten liegen vor.

Der mit 15 Kapiteln vierte und längste Teil hat es in sich,