

Psychotherapie: Berufsbild mit Zukunft

Der Beruf der Psychotherapeutin bzw. des Psychotherapeuten ist ein anspruchsvoller, verantwortungsvoller, faszinierender und abwechslungsreicher Beruf.

Wer Zufriedenheit dabei empfindet, Menschen bei der Bewältigung ihrer psychischen Probleme zu helfen, für den ist der Beruf der Psychotherapeutin bzw. des Psychotherapeuten eine erfüllende Aufgabe
unith - Verbund universitärer Ausbildungsgänge für Psychotherapie

Ein Psychotherapeut muss sich immer wieder damit beschäftigen, wie „die Menschen funktionieren“, d.h., wie sie fühlen, wie sie denken und wie sie handeln. Und er muss das Fühlen, Denken, Handeln des Patienten *verstehen*, *erklären* und *verändern* können.

Zum **Verstehen** gehört die Bereitschaft, eine vertrauensvolle *Beziehung zum Gegenüber*, zum Patienten aufzubauen, zunächst um möglichst viel von ihm zu erfahren. Der Patient soll mir offen von seinem Erleben und Handeln berichten, von seinem Alltag, von seinen Sorgen und Schwierigkeiten. Als Psychotherapeut muss ich bereit und in der Lage sein, das kognitiv-emotionale System des Patienten in seiner Einzigartigkeit zu sehen, zu erfassen und zu akzeptieren.

Gleichzeitig muss ich mich als Interaktionspartner des Patienten begreifen, der evtl. ähnlich wie andere Personen auf diesen reagiert, und ich muss in der Lage sein, mich selber zu reflektieren und Distanz zu meinen eigenen Gefühlen und Verhaltensmustern herzustellen, um eventuelle problembedingende Interaktionsmuster des Patienten davon unabhängig zu sehen und zu analysieren.

Als Psychotherapeut reicht es aber nicht aus, empathisch auf Patienten einzugehen und diese verständnisvoll über einen Zeitabschnitt zu begleiten. Die Entstehung und Aufrechterhaltung von psychischen Erkrankungen erfolgt nach bestimmten regelhaften Mustern und unter bestimmten (Risiko-) Faktoren, die klinische Psychologen und experimentelle Psychopathologen mit Hypothesen und Modellen zu beschreiben und erklären versuchen. Diese Modelle sind wichtig, sie geben mir **Erklärungen**, sie helfen mir den Patienten und seine Erkrankung noch besser zu verstehen und sie zeigen mir auf, wo es Ansatzpunkte zur **Veränderung** gibt. Die Fortschritte der empirischen Forschung und Modellbildung in diesem Bereich sind rapide und fordern von mir, mich regelmäßig darüber zu informieren.

Die immensen Fortschritte zum Beispiel in der Angstbehandlung sind sicher darauf zurück zu führen, dass wir heute anders als vor etwa 15 Jahren die verschiedenen Angststörungen in ihrer Symptomatik differenzieren, verschiedene Erklärungsmodelle und daraus abgeleitet unterschiedliche Behandlungsstrategien entwickelt haben.

Die große Kunst liegt darin, ~~abstrakte Erklärungsmodelle auf den einzelnen Patienten~~ und seine konkrete Problematik zu übertragen. Dies gilt ebenso für die Ableitung von Veränderungsmethoden. Oft werden erprobte Therapiemanuale herangezogen, aber auch diese müssen auf die konkrete Problematik angepasst werden. Hier wird unser Beruf zu einem soliden „Handwerk“, das gepaart ist mit Kreativität und Intuition. Es ist nicht immer einfach, in diesem Spannungsfeld den roten Faden zu behalten und dennoch den Patienten so viel wie möglich selber machen und seine eigenen Lösungen finden zu lassen.

Veränderung kann auch schmerzhaft sein und hohe Anforderungen an die betroffene Person stellen. Ich darf mich darum nicht allein davon leiten lassen, dass die Patienten sich wohl fühlen in der Therapie und sich verstanden fühlen. Zum professionellen Arbeiten mit Patienten gehört auch, objektive Maße für Veränderung in Therapien heran zu ziehen und auf diesem Weg mir Rechenschaft über den Therapie- und Veränderungsprozess abzulegen.

Wir möchten Sie in der Ausbildung dabei unterstützen, Ihren Weg im Spannungsfeld der unterschiedlichen Anforderungen zu finden und professionell mit großer Zufriedenheit zu arbeiten.

Werden Sie Psychotherapeutin oder Psychotherapeut,

- wenn Sie neugierig sind auf Menschen,
- wenn es Ihnen leicht fällt, Kontakt zu Menschen aufzunehmen und Sie gerne Kontakt zu Menschen haben,
- wenn Sie psychisch belastbar sind, Ressourcen aktivieren können und zugleich bereit sind, sich mit sich selber auseinander zu setzen,
- wenn Sie finden, dass theoretische Modelle und empirische Befunde spannend und hilfreich sein können und Sie nicht froh sind, dass die Beschäftigung damit bei Studienende endlich ein Ende hat,
- wenn Sie gut beobachten, logisch denken können und in der Lage sind, zielgerichtet und planvoll zu handeln.

Gisela Bartling, Studienleiterin

(Hinweis: Grundsätzlich bemühen wir uns auf unserer Homepage eine gendergerechte Sprache zu verwenden. Für die bessere Lesbarkeit und Verständlichkeit haben wir jedoch in diesem Fall auf eine entsprechende Aktualisierung dieser äußerst prägnanten Beschreibung des Berufsbildes verzichtet. Danke für Ihr Verständnis.)