

## **Förderung und Entwicklung personaler und sozialer Kompetenzen Selbsterfahrung/Supervision/kollegiale Intervision Abgrenzung gegeneinander und gegenüber Eigentherapie**

In allen psychosozial orientierten Berufen gehört eine persönlichkeitsbezogene Selbsterfahrung und Supervision zu den Voraussetzungen einer verantwortlich durchgeführten psychosozialen Berufstätigkeit. Sie dient der Förderung und Entwicklung personaler und sozialer Kompetenzen wie Introspektionsfähigkeit und Selbstreflexion und einer empathischen, anerkennenden und wertschätzenden Haltung gegenüber PatientInnen und KlientInnen. In der Folge wird versucht, die Begrifflichkeiten und ihre Abgrenzung gegeneinander detailliert darzustellen.

### **I. Selbsterfahrung**

Im Rahmen des Arbeitselements „Selbsterfahrung“ geht es darum, Selbsterfahrung, Selbstexploration bzw. Selbstreflexion als existentielle Aspekte des „privaten Lebens“ und als wichtige Wirkfaktoren für die berufliche Arbeit und das psychotherapeutische, klinisch psychologische und gesundheitspsychologische Handeln zu erkennen und gezielt zu fördern. Dabei steht die professionelle Aufarbeitung der Selbsterfahrung als psychologisches, psychotherapeutisches Instrument für eine bessere zwischenmenschliche Verständigung gerade während des Behandlungsprozesses im Mittelpunkt.

Die Selbsterfahrung lässt sich in drei Bereiche bzw. Segmente unterteilen:

- Die private Alltagserfahrung als individuelle Selbsterfahrung hilft die täglichen Anforderungen und Probleme zu meistern. Dieser Bereich der Selbsterfahrung hat individuell handlungsleitenden Charakter und dient als praktische Lebenshilfe
- Die professionelle Erfahrung als berufliche Selbsterfahrung zielt darauf ab, Sicherheit, Routine und Gelassenheit im beruflichen Tun zu vermitteln

- Die biographische Erfahrung als überdauernder persönlichkeitspezifischer Anteil stellt eine Verschmelzung der privaten und beruflichen Alltagserfahrungen unter Herausbildung spezifischer Persönlichkeitsstrukturen dar.

Ausgehend von der Grundannahme, dass die eigenen Erfahrungen das Denken, Fühlen, Verhalten und Handeln im beruflichen Kontext bedeutsam beeinflussen, steht das Erkennen und Verstehen dieser Einflüsse im Vordergrund der Selbsterfahrung.

## II. Supervision

Supervision ist eine eigenständige Reflexionsmethode, die ursprünglich in der sozialen Arbeit entwickelt wurde und heute für viele Menschen eine wichtige Begleitung ihrer Berufsarbeit darstellt. Supervision beleuchtet eine berufsbezogene Situation aus verschiedenen Blickwinkeln bzw. Kontexten und ermöglicht ein vertieftes Verstehen, sodass Wahlmöglichkeiten für Handeln geschaffen werden. Die durch die Supervision beabsichtigte Kompetenzerweiterung liegt v.a. in den Bereichen der beruflichen Rolle und des Selbstverständnisses, der Gestaltung von Arbeitsbeziehungen bzw. der Kooperationsfähigkeit sowie der Einflussnahme auf institutionelle Arbeitsstrukturen.

Supervision befasst sich unter anderem mit folgenden Themen:

- Klarheit der beruflichen Aufgaben und Rolle gewinnen
- Kontakt und Beziehung zu den KlientInnen bzw. PatientInnen aufbauen sowie angemessene Nähe und Distanz herstellen
- Fachliche Zielvorstellungen entwickeln, konkretisieren und überprüfen
- Eigene Fähigkeiten und Stärken ausbauen sowie eigene Unzulänglichkeiten und Schwächen erkennen
- Biographische Einflüsse auf das berufliche Handeln analysieren mit dem Ziel der Weiterentwicklung von Handlungskompetenzen
- Energie einteilen sowie Spaß und Freude am Beruf haben.

### Abgrenzung psychotherapeutischer Supervision von Selbsterfahrung

Supervision stellt im Vergleich zur Selbsterfahrung den Arbeitszusammenhang in den Vordergrund, auch wenn viele Personen, die Supervision in Anspruch nehmen, an (bestimmten Aspekten) ihrer Arbeit leiden. Sie strebt grundsätzlich keine Rekonstruktion oder Modifikation der gesamten Person bzw. ihres Verhaltens und ebenso wenig primär eine Behebung eines Leidenszustandes im Sinne der psychotherapeutischen Behandlung an.

Während in der Selbsterfahrung das Erkennen und Verstehen eigener Erfahrungen, des Denkens, Fühlens und Handelns im Vordergrund steht, geht es in der Supervision um die Verbesserung beruflicher Handlungsmöglichkeiten.

### **III. kollegiale Intervision**

Kollegiale Intervision ist ein auf Gleichrangigkeit und Eigenverantwortlichkeit beruhender professioneller, lösungsorientierter Austausch, in der Gruppenmitglieder sich gegenseitig unterstützen. Da die Leitung wechselt, gibt es hier feste Regeln und ein abgesprochenes und für alle verbindliches Ablaufverfahren. Hier können berufsbezogene fachliche und persönliche Herausforderungen und Probleme, in denen die einbringende Person Klarheit, Bestätigung, Orientierung, Hilfe und Unterstützung sucht, bearbeitet werden. Beziehungskonflikte innerhalb der Gruppe können nicht bearbeitet werden.

#### Abgrenzung kollegiale Intervision von Supervision

Die kollegiale Intervision grenzt sich von der Supervision dadurch ab, indem hier der „kollegiale Austausch“ im Vordergrund steht, hier treffen sich Menschen, die einen ähnlichen oder gleichen Tätigkeitsbereich ausfüllen. Die berufsspezifische Supervision kann in der Regel nur von Personen geleistet werden, die auf der Basis von Aus- und Fortbildung sowie langjähriger Erfahrung die Theorie und Praxis des jeweiligen beruflichen Handlungszusammenhangs besonders gut kennen. Angewandt auf die Berufsgruppen der Psychotherapeuten, klinischen Psychologen und Gesundheitspsychologen bedeutet dies, dass berufsspezifische Supervision in diesem Bereich nur durch berufserfahrene Psychotherapeuten, klinische Psychologen und Gesundheitspsychologen angeboten werden kann.

### **IV. Eigentherapie, psychotherapeutische Behandlung**

Eigentherapie stellt eine wertvolle Auseinandersetzung mit sich selbst dar, die dazu beiträgt, das eigene Erleben und damit auch das Verhalten zu verändern. Sie grenzt sich von Supervision dadurch ab, dass hier Rekonstruktion oder Modifikation der gesamten Person insbesondere ihres Verhaltens und eine Behebung eines Leidenszustandes i.S. des Psychotherapiegesetzes im Vordergrund steht, während Psychotherapeutische Supervision vom beruflichen Kontext ausgeht und bestimmte Probleme des beruflichen Handelns reflektiert.

## Literatur

- Supervisionsrichtlinie, Kriterien für die Ausübung psychotherapeutischer Supervision durch Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten (Richtlinie des BMG auf Grundlage eines Gutachtens des Psychotherapiebeirates, veröffentlicht im Psychotherapieforum, Vol 4, Suppl. 2, Nr. 2/1996, S 65 ff, sowie in den Mitteilungen der Sanitätsverwaltung, Heft 7/2001, S 31
- Stumm, Brandl-Nebehay, Fehlinger, Handbuch für Psychotherapie und psychosoziale Einrichtungen, Falter Verlag, 1996
- Artikel zum Thema Supervision von Anke Bührmann, Beauftragte für Supervision im Rahmen der katholischen Hochschule für Sozialwesen Berlin
- Artikel von Michael Knauf, Dipl.Supervisor, Supervisor (DGJV), Dipl.Sozialpäd., Kfm., Supervision/Coaching/Fortbildung