

Wir stellen vor ...

Intervisionstraining für Studenten und Studentinnen der Psychologie

„Ich hätte mir gedacht, wir machen mehr mit Menschen“, „Die Statistikvorlesung zieht sich aber heute“ und „Eigentlich wollte ich doch mit Menschen arbeiten“ sind Sätze, die man im Psychologiestudium oft hört. Vielen fehlt in ihrem Studium der praktische Bezug zu dem, was sie lernen und wofür sie einst mit Begeisterung den Aufnahmetest geschrieben haben. Das kann auf Dauer frustrierend und demotivierend sein. Wir möchten Ihnen im Folgenden ein Projekt vorstellen, das ab Sommersemester 2017 für Psychologiestudenten/innen in Wien angeboten wird und versucht, den genannten Punkten entgegenzuwirken.

Intervisionstraining für Studenten und Studentinnen – Was ist das?

Das Intervisionstraining besteht aus einer Gruppe von fünf bis acht Psychologiestudenten/innen, die sich einmal in der Woche treffen und sich in psychosozialen Angelegenheiten beraten. Hierbei liegt der Fokus auf der gegenseitigen Unterstützung in einem gleichrangigen Setting, das eine offene und authentische Gesprächskultur ermöglichen soll. Zwar gibt es eine/n formale/n Gruppenleiter/in, der/die sich um die Organisation sowie um den geregelten Ablauf kümmert, aber weitestgehend auf einer Ebene mit den GruppenteilnehmerInnen steht. Der/Die Gruppenleiter/in versteht sich als gleichberechtigte/r Moderator/in, dem/der in Grundzügen die Aufgabe der Gesprächsleitung und Gruppenführung obliegt.

Das Intervisionstraining ist keine Therapie in irgendeiner Form und distanziert sich von dem Anspruch, eine Therapie zu sein. Vielmehr versteht sich das Intervisionstraining als ein Projekt von Studierenden für Studierende. Am Intervisionstraining können ausschließlich StudentInnen der Psychologie teilnehmen. Demnach ist auch der/die Gruppenleiter/in selbst Psychologiestudent/in und somit auf einer Ebene mit den Teilnehmenden. Es handelt sich jederzeit um eine freiwillige Freizeitbeschäftigung und jede/r Teilnehmende handelt ausnahmslos in Eigenverantwortung.

Ziele und Chancen

Im Psychologiestudium steht der theoretische Teil stark im Vordergrund, daher bietet die Teilnahme am Intervisionstraining eine Möglichkeit, erste praktische Erfahrungen im psychologischen Bereich zu sammeln. Durch das offene Peer-to-Peer Setting wird Partizipation gefördert, selbst wenn das theoretische Wissen noch nicht ganz vollständig ist. Außerdem gibt es die Möglichkeit, nicht nur als Therapeut/in, sondern auch als Patient/in gruppenpsychologische Gespräche zu erleben. Die Erkenntnis, wie von Patientenseite eine Therapie erlebt wird, fördert das Empathieverständnis, was sich auf spätere psychologische Tätigkeiten anwenden lässt. Das Intervisionstraining soll außerdem zur persönlichen Weiterentwicklung der Teilnehmenden beitragen und ermöglichen, sich selbst in einem anderen Blickwinkel zu sehen und eventuell ein vollständigeres Bild der eigenen Person gezeichnet zu bekommen. Insbesondere der/die Gruppenleiter/in erfährt eine umfangreiche Schulung einiger seiner/ihrer Kernkompetenzen, die für einen psychologischen Beruf relevant sein können: Kommunikationskompetenz, Beziehungskompetenz, soziale Grundkompetenz, Problemlösekompetenz, Selbstvertrauen etc. Viele Studierende der Psychologie überlegen klinische/r Psychologe/in oder Psychotherapeut/in zu werden, haben aber eventuell nicht immer die Möglichkeit, Erfahrung mit PatientInnen/KlientInnen zu sammeln. Hier kann das Intervisionstraining eine Orientierungshilfe darstellen. Des Weiteren bietet das Intervisionstraining die Möglichkeit, in einem sicheren Umfeld die im Studium gelernten Inhalte und Techniken auszuprobieren und dadurch das erworbene Wissen zusätzlich zu festigen.

Das Intervisionstraining eine Möglichkeit, erste praktische Erfahrungen im psychologischen Bereich zu sammeln. Durch das offene Peer-to-Peer Setting wird Partizipation gefördert, selbst wenn das theoretische Wissen noch nicht ganz vollständig ist. Außerdem gibt es die Möglichkeit, nicht nur als Therapeut/in, sondern auch als Patient/in gruppenpsychologische Gespräche zu erleben. Die Erkenntnis, wie von Patientenseite eine Therapie erlebt wird, fördert das Empathieverständnis, was sich auf spätere psychologische Tätigkeiten anwenden lässt. Das Intervisionstraining soll außerdem zur persönlichen Weiterentwicklung der Teilnehmenden beitragen und ermöglichen, sich selbst in einem anderen Blickwinkel zu sehen und eventuell ein vollständigeres Bild der eigenen Person gezeichnet zu bekommen. Insbesondere der/die Gruppenleiter/in erfährt eine umfangreiche Schulung einiger seiner/ihrer Kernkompetenzen, die für einen psychologischen Beruf relevant sein können: Kommunikationskompetenz, Beziehungskompetenz, soziale Grundkompetenz, Problemlösekompetenz, Selbstvertrauen etc. Viele Studierende der Psychologie überlegen klinische/r Psychologe/in oder Psychotherapeut/in zu werden, haben aber eventuell nicht immer die Möglichkeit, Erfahrung mit PatientInnen/KlientInnen zu sammeln. Hier kann das Intervisionstraining eine Orientierungshilfe darstellen. Des Weiteren bietet das Intervisionstraining die Möglichkeit, in einem sicheren Umfeld die im Studium gelernten Inhalte und Techniken auszuprobieren und dadurch das erworbene Wissen zusätzlich zu festigen.

Ablauf und Struktur

Grundsätzlich sind die Inhalte des Intervisionstrainings individuell auf die Situation und Gruppe abzustimmen. Ich möchte an dieser Stelle zwei beispielhafte Konzeptionen geben, die als grobe Orientierungshilfe dienen können:

Die erste Konzeption umfasst zehn Einheiten à einhalb Stunden und setzt sich viel mit dem Leben der einzelnen Gruppenmitglieder auseinander. Hierbei tritt der/die Gruppenleiter/in vor allem am Anfang verhältnismäßig stark in den Vordergrund und ihm/ihr ist viel Gruppenleiterfähigkeit abverlangt. Die Leiterrolle wechselt auch nicht oft. Im Idealfall verfügt der/die Gruppenleiter/in bereits über Erfahrungen (z. B. durch ein Praktikum) in dieser Tätigkeit. Wichtige Aufgaben sind Vertrauen in der Gruppe aufzubauen, auf die Partizipation der einzelnen Teilnehmenden zu achten und ggf. zu fördern und Feedback bzw. Reflexion in der Gruppe anzutreiben. Um eine tiefere Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben zu ermöglichen, kann eine Lebenslinie eingesetzt werden.

Eine zweite mögliche Konzeption versteht den/die Gruppenleiter/in mehr als einen Teil der Gruppe und legt den Fokus auf eine wechselnde Leiterrolle. Hier ist die Idee, dass jede/r Teilnehmende gleichrangig zur Gruppe beisteuert und zu verschiedenen Themen selbst Gruppenleiter ist. Die Einheiten sind flexibler zu organisieren und auch die Verbindlichkeit, zu jedem einzelnen Treffen zu kommen, ist geringer.

Gefahren und Risiken

Da weder die Teilnehmenden noch der/die Gruppenleiter/in ausgebildete PsychologInnen oder PsychotherapeutInnen sind, ist die Gefahr, dass durch fehlerhaftes Verhalten der Gruppe eine psychische Krise, ein Notfallpsychologischer Vorfall oder ein Trauma ausgelöst wird, vorhanden. Um das Risiko solcher Vorfälle zu minimieren, wird das Intervisionstraining durch eine/n ausgebildete/n Psychotherapeuten/in supervisiert. Die Supervision soll außerdem eine Unterstützung für den/die Gruppenleiter/in darstellen und ihm/ihr die Möglichkeit geben sein/ihr eigenes Verhalten zu reflektieren. Zu klären ist, ob die Supervision eine Sitzung mit allen Gruppenmitgliedern oder eine fokussierte Fallbesprechung nur mit dem/der Gruppenleiter/in sein soll.

Außerdem kann es notwendig sein, von allen Teilnehmenden einen kleinen Geldbetrag (3-5 €) pro Einheit zu verlangen. Das gesammelte Geld wird ausschließlich in die Supervision investiert und hätte nebenbei zur Folge, dass die Verbindlichkeit, zu den wöchentlichen Treffen zu kommen, steigt.

Wir freuen uns also ab Sommersemester 2017 mit zwei Intervisionsgruppen zu starten, erste Erfahrungen zu sammeln und zu sehen, wie das Projekt angenommen wird. Über Anregungen zur Kooperation, Unterstützung oder konstruktive Kritik freuen wir uns sehr!

Kontakt

intervisionstraining@gmail.com