

# BÖP-S | Studierende im BÖP

## EFPSA Train the Trainers Summer School 2025 in Portugal – Erfahrungsbericht

Im August durfte ich an der EFPSA Train the Trainers Summer School in Portugal teilnehmen, einer intensiven Ausbildung für Psychologiestudierende und Absolvent:innen bis maximal zwei Jahre nach Studienabschluss. Auch einige Monate später merke ich noch, wie sehr mich diese Erfahrung geprägt hat, fachlich, persönlich und in meiner Vorstellung davon, wie psychologisches Wissen vermittelt werden kann.

Beworben habe ich mich aus mehreren Gründen: meinem EFPSA-Engagement, einem starken persönlichen Interesse an Trainings- und Gruppenarbeit und der Frage, ob Trainings und Lehre langfristig auch Teil meiner beruflichen Laufbahn, vielleicht sogar einer selbstständigen Tätigkeit, werden könnten. Im Studium habe ich oft das Gefühl, viel über Psychologie zu lernen, aber vergleichsweise wenig darüber, wie man dieses Wissen lebendig, sicher und wirksam an andere weitergibt. Genau diese Lücke wollte ich schließen.

Die Summer School ist als non-formales Bildungsprogramm konzipiert und das spürt man vom ersten Tag an. In einer kleinen Gruppe von 14 Teilnehmenden und begleitet von fünf erfahrenen EFPSA-Trainer:innen verbrachten wir eine Woche, die in ihrer Intensität alles übertraf, was ich bisher von (EFPSA-)Events kannte. Unsere Tage begannen meist gegen 9:00 Uhr und endeten nicht selten erst um 21:00 Uhr, mit dichtem Programm. Anschließend gab es dann noch ein Social Program, bei dem wir uns gegenseitig besser kennenlernten. Es war anstrengend, fordernd und gleichzeitig unglaublich erfüllend.

Inhaltlich lernten wir nicht nur, was gute Trainings ausmacht, sondern vor allem, wie man selbst Trainings hält: zu Themen wie Feedback geben, Facilitation, Gamification, Konfliktmanagement, Gruppenprozessen und Selbstreflexion. Der Fokus lag dabei konsequent auf der Praxis. Im Vergleich zur Universität fühlte sich das Lernen direkter, ehrlicher und unmittelbarer an. Weniger abstrakt, dafür viel greifbarer.

Besonders wertvoll waren für mich die täglichen Reflexionsgruppen am Abend. In diesen kleinen, vertrauten Settings reflektierten wir gemeinsam den Tag, teilten Unsicherheiten, Erfolgserlebnisse und persönliche Lernprozesse. Diese ruhigen Momente haben für mich einen wichtigen Gegenpol zur Intensität des Tages gebildet und viel dazu beigetragen, dass das Gelernte wirklich wirken konnte.

Eine Übung ist mir besonders in Erinnerung geblieben: eine Art Tanz zur Stärkung der Gruppenzugehörigkeit und gleichzeitig zum Abbau von Schamgefühlen. Gemeinsam werden „lächerliche“ Bewegungen gemacht, die mit einem lustigen Text verbunden sind. Zuerst wird dies in „normaler“ Lautstärke gesungen, dann einmal ganz leise und im letzten Durchgang mit voller Lautstärke. Am Anfang war das für viele, auch für mich, unangenehm. Doch genau dieser Widerstand war Teil des Prozesses. Je öfter wir dies gemeinsam machten, desto mehr wurde aus der anfänglichen Scham ein befreiendes Moment, das nicht nur das Gruppengefühl enorm gestärkt hat, sondern mir auch geholfen hat, über meinen eigenen Schatten zu springen.

Die Gruppendynamik während der Summer School war außergewöhnlich familiär. Einige Teilnehmende kannte ich bereits von anderen EFPSA-Events, viele lernte ich erst dort kennen. Aus dieser Woche sind enge Freundschaften entstanden, Menschen, die ich mittlerweile bei EFPSA-Veranstaltungen nicht nur gern sehe, sondern mit denen ich mich wirklich verbunden fühle.

Ein zentraler Meilenstein war mein erstes eigenes Training, das ich gemeinsam mit einer Co-Trainerin vor Ort halten durfte. Das anschließende, sehr ausführliche Feedback der Trainer:innen und der Gruppe war fordernd, aber unglaublich wertvoll. Es hat mir Sicherheit gegeben und mir gezeigt, wie viel man durch konstruktives Feedback wachsen kann.

Nach der Summer School beginnt der Weg als Trainer Candidate. Jede:r Teilnehmende bekommt eine:n Mentor:in zur Seite gestellt, der oder die den weiteren Trainingsprozess begleitet. Dieses Mentoring erlebe ich als außerordentlich unterstützend: Vor meinen Trainings bekomme ich Feedback zu meinen Konzepten, kann Fragen stellen und werde bei Unsicherheiten aufgefangen. Gerade für mich persönlich ist diese Begleitung ein entscheidender Faktor, um mich als Trainerin weiterzuentwickeln.

Um sich für den EFPSA Trainers Pool zu bewerben, müssen insgesamt fünf Trainingsstunden gesammelt werden. Diese Trainings können sehr vielfältig eingesetzt werden, etwa in der eigenen Lehre, bei EFPSA-Kampagnen wie „Mind the Mind“ oder „Better Together“, bei internen EFPSA-Events wie dem Congress oder EB&MR, aber auch im Kontext des BÖP-S. Die Möglichkeiten, das Gelernte weiterzugeben und praktisch anzuwenden, sind enorm.

Ich merke heute, wie sehr die Train the Trainers Summer School meinen Zugang zu Lehre verändert hat. In

meinem Unterricht nutze ich viele der Methoden aktiv, und auch in meinem EFPSA-Engagement profitiere ich täglich davon. Vor allem habe ich gelernt, Lernen als gemeinsamen Prozess zu verstehen, als etwas, das nicht nur Wissen vermittelt, sondern Menschen stärkt und verbindet.

Ich würde dieses Programm allen empfehlen, die Interesse an Trainings, Coaching, Lehre oder Gruppenarbeit haben, unabhängig davon, welchen beruflichen Weg sie später einschlagen. Für mich war die EFPSA Train the Trainers Summer School eine der erfüllendsten Erfahrungen meines Studiums, ich würde sogar behaupten meines Lebens.



**Magdalena Weber**

Vice-MR of Austria  
Senior Editor of JEPS  
EFPSA Trainer Candidate

## Impressum

**Psychologie in Österreich** ist das offizielle Organ des Berufsverbands Österreichischer Psychologinnen und Psychologen (BÖP).  
ISSN 1025-1839

**Herausgeber:** Akademie für Psychologie (BÖP) GmbH,  
A-1030 Wien, Dietrichgasse 25, Telefon 01/407 26 72-0,  
Fax 01/407 26 72-30, pioe@boep.or.at, www.boep.or.at

**Eigentümer:** Berufsverband Österreichischer Psychologinnen und Psychologen (BÖP), ZVR: 968 109 293, A-1030 Wien, Dietrichgasse 25

**Verlag:** Eigenverlag

**Grafik:** Gabi Schwabe – grafik design, gschwabe@a1.net

**Druck:** Druckerei Janetschek GmbH, UWNr. 637, Brunfeldstraße 2,  
A-3860 Heidenreichstein, Telefon 02862/522 78 11

### Wissenschaftliche KonsulentInnen:

**Klinische Psychologie:** Univ.-Prof. Dr. Helmut HUBER,  
Univ.-Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Eva BÄNNINGER-HUBER

**Geschichte und Theorien der Psychologie:**

Univ.-Prof. Mag. Dr. Gerhard BENETKA

**Umweltpsychologie:** Ass.-Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Renate CERVINKA

**Medizinische Psychologie:** Univ.-Prof. Dr. Josef EGGER

**Klinische Psychologie, Psychotherapie im Internet:**

PD Dr.<sup>in</sup> Christiane EICHENBERG

**Klinisch-psychologische Behandlung:**

a. o. Univ.-Prof. i. R., Priv.-Doz. Dr. Anton-Rupert LAIREITER

**Diagnostik:** Univ.-Prof. Dr. Uwe SCHAARSCHMIDT

**Bildungspsychologie und Evaluation:**

emer. Univ.-Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Christiane SPIEL

**Redaktion:** Eva DASPELGRUBER, BA, BSc (Redakteurin),  
Mag.<sup>a</sup> Sabine EDLINGER-STARR (Stellvertretende Chefredakteurin,  
Anzeigenleitung), Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Michaela GMEINER (Redakteurin),  
Katja INDRACZEK, MSc (Redakteurin, technische Druckvor-  
bereitung), Lara JASPER, MSc (Redakteurin), Dr. Gerald KRAL (Chef-  
redakteur), Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Claudia LEX, BA (Stellvertretende Chef-  
redakteurin), Katharina SCHEIBENECKER, MSc (Redakteurin)

**Redaktionsanschrift:** Psychologie in Österreich, A-1030 Wien,  
Dietrichgasse 25, pioe@boep.or.at

**Erscheinungsweise:** 4-mal jährlich (davon eine Doppelnummer)

**Bezug:** Für Mitglieder des BÖP im Jahresmitgliedsbeitrag enthalten.  
Abonnements können über den BÖP bezogen werden. Bei Abbestel-  
lungen, die während des laufenden Kalenderjahres erfolgen, erhalten  
Sie die bereits erschienenen Hefte nachgeschickt. Bei Interesse sen-  
den Sie uns ein Mail an pioe@boep.or.at, Jahresabonnement € 70,-  
(inkl. Steuern), Einzelhefte € 26,- (inkl. Steuern), Jahresabonnement  
für Bibliotheken € 46,- (inkl. Steuern). Abonnements, die nicht bis  
30. November gekündigt werden, verlängern sich automatisch für das  
Folgejahr.

**Bankverbindung:** Raiffeisenbank, BIC: RLN WAT WW,  
IBAN: AT12 32 00000 214 15 16 17

**Inseratenannahme:** Mag.<sup>a</sup> Sabine EDLINGER-STARR,  
inserate.pioe@boep.or.at

**Leserbriefe:** Mit der Einsendung von Leserbriefen erklären sich  
die VerfasserInnen mit der Veröffentlichung in der „Psychologie in  
Österreich“ sowie mit einer allfälligen Kürzung aus redaktionellen  
Gründen einverstanden.

© Alle Rechte vorbehalten. Die Akademie für Psychologie (BÖP) GmbH behält sich  
das ausschließliche Recht der Verbreitung, Vervielfältigung, fotomechanischen Wieder-  
gabe auf Tonträgern vor. Nachdruck ist nur unter genauer Quellenangabe und mit  
schriftlicher Zustimmung der Akademie für Psychologie (BÖP) GmbH gestattet. Na-  
mentlich gezeichnete Beiträge müssen nicht der Meinung der gesamten Redaktion ent-  
sprechen. Trotz sorgfältiger Recherche und Lektorat können wir keine Garantie für die  
Richtigkeit der Angaben, Änderungen, Irrtümer, Satz- oder Druckfehler übernehmen.

**WEB**  
gr!nstrom



PEFC-zertifiziert  
Dieses Produkt stammt aus nach-  
haltig bewirtschafteten Wäldern  
und kontrollierten Quellen.  
www.pefc.at