

Helfersyndrom ist hier fehl am Platz

Was Bewerber mitbringen sollten, um einen Beruf im psychologischen Bereich zu ergreifen, verrät Dr. Katrin Dumalin-Kliesow.

Die Ausbildung zum Psychotherapeuten wurde im Herbst vergangenen Jahres grundlegend reformiert. Was sich dadurch ändert und wie der Arbeitsalltag einer Psychotherapeutin aussehen kann, darüber haben wir mit Dr. Katrin Dumalin-Kliesow gesprochen. Sie ist Psychologische Psychotherapeutin und betreibt eine Praxis in Radeberg.

? Wer als Psychotherapeut(in) arbeiten wollte, musste schon immer ein Studium absolvieren. Was ist jetzt neu?

Ja, das stimmt. Wer in diesem Bereich arbeiten möchte, benötigt die Hochschulreife und muss studieren. Neu ist, dass es nun einen Studiengang geben soll, der inhaltlich speziell darauf ausgerichtet ist, Psychotherapeut zu werden. Das Studium gliedert sich in ein dreijähriges Bachelor- und ein zweijähriges Masterstudium. Es kann nur an Universitäten angeboten werden. Aktuell gibt es jedoch noch äußerst wenige Unis, die diesen Studiengang anbieten.

Bisher war es so geregelt, dass man Psychologie als reine Wissenschaft studierte und anschließend eine Ausbildung in Richtung Psychotherapie machen konnte. Erst nach bestandener Ausbildung erhielten die Psychotherapeuten ihre Approbation, also die staatliche Erlaubnis zur Behandlung. Während dieser Ausbildung hatte man keinen gesetzlichen Anspruch auf Vergütung. Viele haben nach ihrem Master für einen Hungerlohn gearbeitet. Das passt nicht zusammen. Psychotherapeuten in Weiterbildung sollen nun für ihre Arbeit auch entsprechend vergütet werden, ähnlich beispielsweise wie Assistenzärzte. Es wird sich in den kommenden Jahren zeigen, ob und wie das gelingt.

? Wie kann ich jetzt ein Studium beginnen und was ändert sich bezüglich der Approbation?

In der Übergangsphase gibt es wohl zwei Möglichkeiten: Die Studierenden wählen einen polyvalen-



Dr. Katrin Dumalin-Kliesow rät allen, die sich für einen psychologischen Studiengang interessieren, die eigene Motivation genau zu hinterfragen.

Foto: Christina Pörsch

ten Bachelor Psychologie und darauf aufbauend den Masterstudiengang Psychotherapie. Somit müssten sie sich erst mit dem Wechsel in den Master entscheiden. Oder sie beginnen alternativ das Direktstudium Psychotherapie.

Eine wesentliche Neuerung ist, dass die Studierenden ihre Approbation nun bereits nach dem Master Psychotherapie erhalten. Dennoch müssen sie im Anschluss ebenfalls eine fünfjährige Weiterbildung in stationären oder ambulanten Einrichtungen machen. Nach Abschluss dieser Weiterbildung können sie sich ins Arztregister eintragen lassen und einen Antrag auf Zulassung zur ambulanten Versorgung stellen, um die geleisteten Stunden über eine Krankenversicherung abrechnen zu können. Praktizieren, beispielsweise in Kliniken, darf man nun aber schon vorher.

? Welche Themen stehen im neuen Studiengang auf dem Plan?

Was genau auf dem Plan des neuen Studiengangs stehen soll, ist bisher noch nicht spruchreif, da dies kaum im Gesetz verankert war und die Unis sich aktuell erst auf diese Neuerungen umstellen. Insgesamt soll der praktische Anteil dieses Studiengangs höher sein, da die Studierenden längerfristige Praktika in der psychotherapeutischen Versorgung leisten müssen. Außerdem soll auch weiterhin die Grundlagenforschung der Psychologie nicht vernachlässigt werden.

? Welche Fragen sollte man sich grundsätzlich stellen, bevor man sich für eine psychologische Ausbildung entscheidet?

Man sollte sich definitiv fragen, was genau die Motivation hinter dem Wunsch ist, Psychologie oder Psychotherapie zu studieren. Sich selbst zu heilen, lernt man hier nämlich nicht, und auch ein sogenanntes Helfersyndrom ist fehl am Platz.

Der Weg zu einem fertigen Psychotherapeuten ist sehr lang und man sollte sich im Klaren darüber sein, warum man diesen Weg auf sich nehmen möchte. Nur mit einem echten, grundlegenden Interesse an dem Fach steht man diese lange Aus-

bildung durch. Außerdem wissen viele nicht, dass ein Psychologiestudium bedeutet, eine Wissenschaft zu studieren. Deswegen sollte die Bereitschaft zu lernen und Herausforderungen zu meistern hoch sein.

? Was braucht man unbedingt, wenn man Psychotherapeut werden will?

Als aller Erstes sind es leider sehr gute Noten. Der Numerus clausus ist und wird weiterhin sehr hoch sein, da die Nachfrage nach diesem Studiengang, ähnlich wie beim Medizinstudium, sehr hoch ist. Es kann also leider nicht jeder, der dafür gemacht ist, oder vielleicht sogar besser gemacht wäre als mancher mit Einser-Abitur, diesen Weg gehen. Wie ich außerdem bereits erwähnte, ist die Psychologie erstmal eine reine Wissenschaft. Das bedeutet, dass man auch die methodischen Hintergründe genau betrachtet. Das bedeutet Statistik. Außerdem sind viele Studien, mit denen man sich im Studium beschäftigen wird, auf Englisch. Deswegen braucht man unbedingt sehr gute Englisch- sowie Mathematikkenntnisse.

? Welche Möglichkeiten bieten sich nach dem Studienabschluss?

Da es viele Richtungen der Psychotherapie gibt, gibt es dementsprechend auch unzählige Weiterbildungsangebote und Möglichkeiten. Derzeit werden die Fachrichtungen Verhaltenstherapie, Tiefenpsychologie, Analytische Psychotherapie und Systemische Therapie angeboten. Nach dem Studium steht aber nicht nur die Entscheidung an, welche Therapieform man wählen möchte, sondern auch, wen man therapieren möchte. Man kann sich sowohl auf Kinder und Jugendliche spezialisieren, als auch auf Erwachsene.

? Wie muss man sich Ihren Arbeitsalltag vorstellen?

Das ist je nach Therapieform und Aufgabengebiet vielleicht auch etwas unterschiedlich. Ich fange häufig mit zwei Stunden Bürotätigkeit an. In dieser Zeit kümmere ich mich um Anträge, Organisatorisches, Abschlussberichte und dergleichen.

Psychische Erkrankungen nehmen zu

Die Corona-Pandemie wirkt sich auch auf die psychische Gesundheit aus. Laut einer Umfrage des Deutschen Psychotherapeuten Netzwerks Bonn haben in den vergangenen Monaten 2,5 neue Patienten pro Woche den Weg zur Beratung gesucht. Hochgerechnet auf etwa 30.000 Behandler in Deutschland sind das 75.000 zusätzliche Patienten. Tendenz weiter steigend. Bei den Symptomen wurden am meisten Angststörungen genannt, gefolgt von Depressionen und Schlafstörungen.

Diesen Teil sollte man, wie überall, nicht unterschätzen. Oft habe ich dann vormittags noch zwei Patienten und nachmittags noch mal drei. Eine Sitzung dauert bei mir 50 Minuten und zwischendurch mache ich zehn Minuten Pause.

Außerdem muss ich als Therapeutin Weiterbildungspunkte sammeln, da sich dieser Beruf durch neue wissenschaftliche Erkenntnisse immer wieder wandelt. Diese Weiterbildungen finden dann auch mal in anderen Städten und über die Wochenenden statt.

Wie unterscheidet sich die Arbeit mit Erwachsenen von der mit Kindern und Jugendlichen?

Das unterscheidet sich tatsächlich sehr. In der Kinder- und Jugendtherapie findet sich beispielsweise ein größerer Anteil an Diagnostik. Das bezieht sich auf die Schule und die Entwicklung, da Kinder und Jugendliche große Entwicklungsaufgaben bewältigen müssen und sich Eltern oft Sorgen machen, wenn das Kind das nicht gut schafft. Das fällt bei Erwachsenen eher weg.

Kinder und Jugendpsychologen müssen sich auch viel mehr mit dem Umfeld ihres kleinen Patienten beschäftigen, sich mit Lehrern und Eltern verständigen oder in der Umgebung des Kindes hospitieren. Das kostet alles etwas mehr Zeit und Kraft und rührt daher, dass das Kind eben nicht so einfach sagen kann, dass es mal eben die Schule oder die Eltern kündigen will. Ein Erwachsener hat hingegen schon diese Handlungsmöglichkeiten, sich vom Partner oder der Arbeit zu trennen. Au-

ßerdem ist ein Kinder- und Jugendtherapeut weniger flexibel in seiner Arbeitszeit, da viele Kinder erst nach der Schule zu ihm kommen können.

Was macht Ihnen persönlich am meisten Spaß an Ihrem Beruf?

Am Schönsten ist es für mich, mit Patienten mit einer hohen Therapiemotivation zu arbeiten. Also

mit Menschen, die Lust haben, mit mir gemeinsam in sie hineinzuschauen, in die Dynamiken ihres Lebens einzutauchen und den tiefen Gefühlen auf den Grund zu gehen. Diese Patienten auf diesem Weg zu begleiten, erste Erfolge zu sehen und wie sich die Person weiterentwickelt – da geht mir jedes Mal das Herz auf!

Wieso haben Sie sich damals für diesen Beruf entschieden?

Im Studium habe ich als studentische Hilfskraft bei einem Präventionsprojekt mitgearbeitet, in dem es darum ging, Angst und Depression präventiv zu verhindern. Wir haben dazu in Dresdner Schulen Kurse gegeben. Da habe ich gemerkt, wie viel mir das gibt, mit Menschen zu arbeiten und wie schön das ist. Seitdem wusste ich, dass ich das auch nach dem Studium fortführen und vertiefen möchte.

Hat die Corona-Pandemie Ihren Beruf verändert?

Bisher hat es meinen Beruf eher erweitert. Ich habe mir vorher kaum Gedanken um digitale Videosprechstunden gemacht, mittlerweile habe ich

diese Möglichkeit allerdings zu schätzen gelernt. Sie schützt alle Beteiligten vor dem Virus und trotzdem kann ich in den meisten Fällen die Therapie wie gehabt fortführen. Ich finde es dennoch besser, persönlichen Kontakt mit meinen Patienten zu haben. Das bietet einfach einen sichereren und angemesseneren Raum. Trotzdem ist es gut zu wissen, dass es gute Alternativen gibt, falls mal jemand krankheitsbedingt oder aus anderen Gründen nicht zu mir kommen kann.

Wie bewerten Sie die Krisensicherheit Ihres Berufs?

Gerade in der jetzigen Situation bin ich sehr dankbar für meinen äußerst krisensicheren Beruf. Ich habe die Möglichkeit, meine Arbeit fortzuführen, niemanden zu gefährden und trotzdem lief meine Praxis im vergangenen Jahr gut. Darüber bin ich glücklich. Allgemein denke ich, ist Psychologie etwas Krisensicheres. Die menschliche Psyche ist eines der komplexesten Systeme des Universums. Es wird immer Leute brauchen, die sich mit diesem System beschäftigen.

Was können Sie Bewerbern raten, die noch mehr über den Beruf erfahren möchten?

Bevor man sich für das Studium entscheidet, ist es sicherlich hilfreich, sich schon mal (ehrenamtlich) in diesem Bereich zu engagieren. Neben einem Freiwilligen Sozialen Jahr denke ich da beispielsweise auch an Suchtberatungsstellen, psychosoziale Dienste, Notfall- oder Telefonseelsorge. Wer sich für mehr interessiert, wie Psychotherapeuten arbeiten und ticken, dem empfehle ich außerdem meinen Podcast „Erfolgreich scheitern“: www.dumalin-kliesow.de

S. Rödel

WWW.HWK-DRESDEN.DE/EINFACHMACHEN

Das Beste, was du werden kannst: du selbst.

Starte deine Karriere im Handwerk mit einer Ausbildung.



FRAG' UNS AUF WHATSAPP: 0351 4640-460



Handwerkskammer Dresden



DAS HANDWERK
DIE WIRTSCHAFTSMACHT. VON NEBENAN.