

Mein Wechsel von der Sozialtherapeutin zur Psychotherapeutin

Tamara Wyss

Eine Sozialtherapeutin im Forelhaus hat zahlreiche Aufgaben. Der Arbeitsalltag ist abwechslungsreich, lebendig, vielseitig und spannend, manchmal aber auch ziemlich hektisch und anstrengend. Es passiert immer viel Unvorhergesehenes. Langweilig wird es eigentlich nie.

Einen grossen Teil der Arbeitszeit verbringt die Sozialtherapeutin als Diensthabende im Büro. Während dieser Zeit ist sie zuständig für alles, was anfällt: Telefonate, Hausbesichtigungen, Medikamentenabgabe, Krisenintervention, Rapportieren der wichtigen Ereignisse und noch vieles mehr. Als Ansprechperson für aktuelle Anliegen ist die Sozialtherapeutin viel im Kontakt mit den Bewohnern und erhält Einblick in Ärgernisse, Freuden und Sorgen. Daneben gilt es, den Überblick über das Geschehen im Haus zu behalten und bei Bedarf zu intervenieren. Während eines Dienstes sind viele Entscheidungen zu fällen und in die Tat umzusetzen. Welcher Aufgabe räume ich Priorität ein? Was ist bei diesem Bewohner in dieser Situation die richtige Vorgehensweise? Muss ich eingreifen? Wie gehe ich am Besten vor? Die Entscheidungsfindung ist oftmals anspruchsvoll, müssen doch Aufenthaltsbedingungen, speziell für einen Bewohner geltende Abmachungen als auch die aktuelle Situation mit einbezogen werden. Häufig gibt es da nicht eine richtige Lösung, sondern mehrere mögliche Vorgehensweisen.

Zu den Aufgaben der Sozialtherapeutin gehört es auch, eine der wöchentlich stattfindenden Gesprächsgruppen zu leiten und Bezugsperson von vier bis sechs Bewohnern zu sein. Im Rahmen der Bezugspersonenarbeit finden wöchentlich Gespräche statt, deren Inhalt es ist, die gemeinsam vereinbarten Zielsetzungen Schritt für Schritt anzugehen und umzusetzen. Daneben gibt es noch so Einiges an Schreiarbeit zu erledigen, wie zum Beispiel das Vorbereiten von Fall- und Standortgespräche oder das Verfassen von Berichten. Einen hohen Stellenwert hat der Kontakt zu den wichtigen Helfern der Bewohner, wie etwas Sozialarbeitern, Arbeitgebern, Beiständen, Justiz usw., um eine möglichst gute Zusammenarbeit zu gewährleisten. Als Teammitglied ist die Sozialtherapeutin zuständig für die in ihrem Ressort anfallenden Aufgaben, nimmt an internen Sitzungen und Supervisionen teil und ist bei der Konzeptarbeit beteiligt.

Als Psychotherapeutin im Forelhaus habe ich ebenfalls verschiedene Aufgaben. Während der ersten drei Monate des Aufenthalts sind die Gespräche bei mir für alle Pflicht. Mein Auftrag ist es, ein möglichst umfassendes Bild über das psychische Funktionieren, das Erleben und Verhalten eines jeden einzelnen Bewohners zu gewinnen und daraus eine Einschätzung im Hinblick auf wichtige Behandlungsschritte und – Ziele abzuleiten. Dazu erhebe ich viele Informationen: was hat Sie ins Forelhaus geführt? Welches ist Ihr Hintergrund (Herkunftsfamilie, Lebens- und Krankheitsgeschichte)? Welches sind Ihre Stärken und Ressourcen? Sehen Sie bei sich Probleme, Schwierigkeiten? Was wollen Sie verändern? Haben Sie bereits Veränderungsversuche unternommen? Was ging gut, wo gab es Hindernisse? Wie sieht Ihr Leben aus, wenn sie ihr Ziel erreicht haben? Zusätzliche Informationen gewinne ich anhand von psychodiagnostischen Fragebögen und Interviews, deren Ergebnisse ich gemeinsam mit den Bewohnern bespreche. Ausserdem führe ich gemeinsam mit der Bezugsperson Angehörigengespräche durch, vorausgesetzt der Bewohner, die Bewohnerin ist damit einverstanden. Nebst dem Erheben von Informationen finden auch während der Abklärungsphase Behandlungsanliegen des Bewohners ihren Platz.

Nach Beendigung der Abklärung vereinbare ich mit jedem Bewohner, ob und zur Bearbeitung welcher Zielsetzungen wir die Gespräche fortsetzen. Sowohl Zielsetzungen als auch Vorgehensweisen können je nach Problematik und individuellem Bedarf des Bewohners sehr unterschiedlich sein. Viele Bewohner haben sich einer Vorbehandlung unterzogen und ein beachtliches Wissen über sich selbst erarbeitet als auch bereits wichtige Veränderungsschritte vollzogen. Ein Kernthema ist für viele natürlich die Abhängigkeitserkrankung. Oftmals stehen aber andere Anliegen im Vordergrund, z.B. das Verändern von zwischenmenschlichen Schwierigkeiten, das Entwickeln eines besseren Umgangs mit als stark negativ erlebten Gefühlen, der Aufbau von Selbstvertrauen, das Lernen von neuen Reaktionsweisen in bestimmten Situationen oder das Erarbeiten eines besseren Verständnisses für das eigene Erleben und Verhalten. Nach dem Austritt aus dem Forelhaus haben Bewohner die Möglichkeit, vier weitere Gespräche bei mir wahrzunehmen.

Die Aufgaben als Teammitglied sind dieselben geblieben. Zusätzlich bin ich für die Auswertung der Aufenthaltsdaten und die Erfolgsmessung zuständig.

Sowohl bei der Sozial- wie auch bei der Psychotherapie steht die Arbeit mit den Bewohnern im Vordergrund. Der Schwerpunkt ist aber ein anderer. Die Sozialtherapeutin ist näher am Alltagsgeschehen. Da sich Denk- und Verhaltensmuster in der Regel am deutlichsten in Alltagssituationen zeigen,

arbeitet die Sozialtherapeutin mehr im Brennpunkt des Geschehens und kann den Bewohner beim Erkennen und Verändern von problematischen Mustern unterstützen, wenn diese gerade aktiviert sind. Aufgrund der vielen anderen Aufgaben ist die Zeit dafür aber in der Regel begrenzt. In der Psychotherapie stehen mehr Raum und Zeit zur Verfügung, um ein besseres Verständnis für das eigene Erleben und Verhalten zu erarbeiten und daraus die notwendigen Veränderungsschritte abzuleiten. Im Laufe meiner Ausbildung habe ich viel über die Funktionsweise des Gehirns als auch über die Behandlung spezifischer Störungen und Probleme gelernt. Dieses Wissen kann ich nun an die Bewohner weitervermitteln, was ich sowohl bei der Entwicklung eines individuellen Erklärungsmodells als auch beim Ableiten der Konsequenzen für das weitere Vorgehen als sehr hilfreich erlebe.

In der Funktion als Psychotherapeutin kommt mir zugute, dass ich aufgrund meiner vorhergehenden Tätigkeit als Sozialtherapeutin Regeln und Arbeitsweise im Forelhaus sehr gut kenne und deshalb mit einem wichtigen Teil der Alltagsrealität der Bewohner vertraut bin.

Die grösste Überschneidung der beiden Funktionen betrifft Gespräche und Beziehungsgestaltung, welche sowohl in der Bezugspersonenarbeit als auch in der Psychotherapie von zentraler Bedeutung sind. Den grössten Unterschied sehe ich in Bezug auf die erlebte Hektik. Dadurch, dass ich jetzt weiter weg vom Alltagsgeschehen bin und über ein eigenes Büro verfüge, ist viel mehr Ruhe in meinen Arbeitsalltag eingekkehrt.

Wenn auch die Arbeitsweise teilweise eine andere ist, so ist die Hauptaufgabe von Sozial- und Psychotherapie aus meiner Sicht dieselbe. Nämlich die Bewohner beim Aufbau einer Lebensweise zu unterstützen, die mit einer besseren Bedürfnisbefriedigung und in der Folge mit mehr Zufriedenheit und Wohlbefinden einhergeht.