

Ripper • Ripper
Supervision
75 Therapiekarten



BELTZ

Leseprobe aus Ripper und Ripper, Supervision, ISBN 4019172101268
© 2023 Programm PVU Psychologie Verlags Union in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel
<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=4019172101268>

1 Einführung

»Zu wissen, was man weiß,
und zu wissen, was man tut,
das ist Wissen.«
(Konfuzius)

Supervision ist eine vielschichtige und dadurch sehr faszinierende Methode, über das eigene therapeutische Handeln und sich selbst nachzudenken. Sind Supervisand:innen sowie Supervisor:innen in hohem Maße an ihrer persönlichen Entwicklung interessiert, wird Supervision schon während der Sitzungen als energiegeladen, inspirierend und motivierend spürbar.

Durch ihr besonderes Setting (in Abwesenheit der Klient:innen wird über den Fall gesprochen) hat Supervision einen hohen Grad an Komplexität. Supervision geht somit weit über eine reine Fallbesprechung hinaus. Neben dem Inhalt des Erzählten werden insbesondere die Erzählweise und die Persönlichkeit von Therapeut:innen und Berater:innen berücksichtigt. Um eine tiefgreifende Selbstreflexion zu ermöglichen, müssen bestimmte Bedingungen – wie eine angstfreie Atmosphäre, ein geschützter Rahmen oder eine ausgeprägte Methoden- und Prozesskompetenz – bei Supervisor:innen erfüllt sein. Nicht zuletzt aufgrund ihrer Multidimensionalität kann man sie als die »Königsdisziplin der Psychotherapie« bezeichnen.

Das Kartenset *Supervision 75 Therapiekarten* bietet Ihnen zahlreiche Informationen und Impulse, unabhängig davon, ob Sie als Anfänger:in in Supervision einsteigen oder bereits über viel Supervisionserfahrung verfügen. Sie erfahren, was bei der Durchführung von Supervision formal und strukturell zu beachten ist und bekommen darüber hinaus Anregungen zur inhaltlichen Gestaltung von Supervision.

Die Karten beinhalten komprimierte Informationen in Form von Übungen, Denkanstößen, fachlichen Hinweisen, Schaubildern und Fotos. Durch den modularen Aufbau des Sets lassen sich alle Karten einzeln anwenden, sind aber auch je nach Bedarf kombinierbar. Das heißt, dem kreativen und

individuellen Einsatz der Karten in Supervision sind keine Grenzen gesetzt. Das Kartenset bietet Ihnen als Supervisor:in die Möglichkeit, Supervision angepasst an Ihre Persönlichkeit, an Ihre eigenen therapeutischen Wurzeln sowie an die jeweils aktuellen Bedarfe der Supervisand:innen zu gestalten.

Das Kartenset schafft durch die Bilder auf der Vorderseite einen intuitiven Zugang zu den Themen. Das Zusammenspiel von Text und Bild fördert pfiffiges und spielerisches Arbeiten in Supervision nach allen Regeln der Kunst.

Was ist Supervision?

Recherchiert man das Thema *Supervision*, so stößt man auf eine Vielzahl von Veröffentlichungen (u. a. Michalak & Lüschen-Heimer, 2021; Rappes-Giesecke, 2009; Schreyögg, 2010; Theuretzbacher & Nemetschek, 2021; Zarbock, 2016). Beinahe ebenso zahlreich sind die Definitionen des Begriffs *Supervision*, die sich zum Teil stark voneinander unterscheiden. Wie bei allen Konstrukten, die auf einer Vielzahl unterschiedlicher Ansätze beruhen, gibt es keine einheitliche Definition. Das führt bei der Begriffsbestimmung bzw. der Eingrenzung des Gegenstandes *Supervision* zu einer gewissen »Schwammigkeit«. Zum anderen lässt die fehlende Konsistenz auch viel Gestaltungsspielraum zu. *Supervision* kann als »Draufschaun« (aus dem Lateinischen: super = über, videre = sehen) übersetzt werden. Es wird eine Metaposition eingenommen, von welcher aus sich berufliches Handeln und die involvierten Personen betrachten und reflektieren lassen. Supervision ist ein Instrument zur Professionalisierung therapeutischen Handelns. Ihr Ziel ist es, mit den Methoden der Selbstreflexion und Fallanalyse berufliches Handeln zu optimieren und zur Qualitätssicherung beizutragen.

Psychotherapeutische Ansätze und Supervision

Methode und Vorgehen von Supervision sind in hohem Maß von der Lehre der Schule bestimmt, in die sie eingebettet sind. Diese unterscheiden sich

wesentlich voneinander. Dies wird bspw. bei der Betrachtung der schulenspezifischen Ätiologiemodelle, den Erklärungsansätzen zur Entstehung von psychischen Störungen, deutlich. Verhaltenstherapeutisch gedacht, kann Problemverhalten erlernt und ebenso wieder verlernt werden. Demgegenüber liegt psychodynamischen Ansätzen das Konzept des Unbewussten zugrunde. Sie erklären die Entstehung von psychischen Störungen u. a. mithilfe von Abwehrmechanismen und Kompensationsstrategien. Zudem unterscheiden sich psychotherapeutische Schulen in ihrem Problemverständnis. Im systemischen Ansatz beinhaltet das Problem bereits die Lösung. Der Begriff »Problem« wird häufig gänzlich vermieden und von »Anliegen« gesprochen. Demzufolge finden das Problem und seine Analyse wenig Beachtung. Der Fokus der systemischen Therapie und Beratung liegt inhaltlich und zeitlich auf der Entwicklung von Lösungen. Demgegenüber beschäftigen sich andere Therapieverfahren, wie bspw. die Verhaltenstherapie oder die Psychoanalyse, zunächst ausführlich mit der Analyse von Problemen.

Formate von Supervision

Neben dieser Vielfalt in der Herangehensweise gibt es verschiedene Formate von Supervision. Supervision erfolgt in der Regel unter Leitung von Supervisor:innen. Sie kann sowohl im Eins-zu-eins-Kontakt als auch in der Gruppe stattfinden. *Einzelsupervision* erlaubt eine intensive Bearbeitung eingebrachter Fälle und ihr Reflexionsfokus liegt stark auf der Person der Supervisandin bzw. des Supervisanden. Sie stellt also das »intimere« Beratungsformat dar, das für Supervisionsthemen genutzt werden kann, die stark mit der eigenen Person verknüpft sind. In *Gruppensupervision* können die Supervisand:innen von der Fallbesprechung ihrer Mitsupervisand:innen profitieren. Gruppenprozesse können genutzt und reflektiert werden. Bei zahlreichen Supervisionsmethoden, wie z. B. Feedback, Rollenspiele, »Reflecting Team« oder Brainstorming, kann die Gruppe involviert werden. Eine spezielle Form der Gruppensupervision ist die *Teamsupervision*. Sie unterscheidet sich von der allgemeinen Gruppensupervision dadurch, dass die Teilnehmenden auch außerhalb der Supervision in einem

bestehenden Team zusammenarbeiten, wie bspw. als Personal auf der Station einer psychiatrischen Klinik. Neben den dargestellten Formen der Supervision handelt es sich bei der *Intervision* um einen fachlichen Austausch zwischen Personen auf gleicher Ebene, die meist schon Erfahrung mit Selbstreflexion mitbringen.

Supervision kann in sehr unterschiedlichen Settings stattfinden. Überwiegend wird Supervision in therapeutischen Arbeitsfeldern (z. B. Psychotherapie, Pflege, Soziale Arbeit) angeboten. Aber auch in Organisationen findet sie immer mehr Anwendung, wie bspw. im Rahmen von Teamsupervision oder Führungskräfteentwicklung.

Inhalte von Supervision

Generell kann in Supervision alles besprochen werden, was Supervisand:innen in ihrer Arbeit mit Klient:innen beschäftigt. Dabei kann es sich um fachliche Fragen, Situationen, die überraschend waren, schwer einzuordnende Verhaltensweisen, Emotionen sowie Kognitionen bei sich selbst oder bei den Klient:innen handeln. Nicht selten entstehen Supervisionsfragen aufgrund der Wahrnehmung fehlender oder wenig ausgeprägter eigener Kompetenzen. Der Impuls für Themen kann auch von Ihnen als Supervisor:in ausgehen, wenn Sie z. B. sogenannte »blinde Flecken« entdecken oder das Ziel haben, spezifische fachliche Inhalte zu vermitteln. Typische Themen sind Beziehungsaufbau, Bestimmung der Diagnose, Beantragung von Psychotherapie, Therapieplanung, sexuelle Anziehung, Krisenintervention, Suizidalität, Nähe und Distanz sowie Einleitung des Therapieendes.

Supervision ist ein fester Bestandteil der Ausbildung in Psychologischer Psychotherapie und ist somit in der Approbationsordnung für Psychotherapeut:innen (PsychThApprO) verankert. Die *Ausbildungssupervision* ist kompetenzorientiert und legt den Fokus auf Aspekte der Wissensvermittlung und des Lernens. Das heißt, Supervisor:innen übernehmen zusätzlich die Rolle von Lehrenden. Folglich sind von ihnen didaktische Kompetenzen und ein ausgeprägtes Fachwissen gefordert.

Verständnis von Supervision für das Kartenset

Wie beschrieben, ist der Begriff *Supervision* nicht einheitlich definiert und seine Auslegung von vielen Faktoren abhängig. Dieses Kartenset nutzt diese bunte Vielfalt und unterstützt Sie darin, Gestalter:in zu werden. Es ist elementar, dass Sie als Supervisor:in eine eigene Haltung entwickeln und Supervisionsmethoden anwenden, die zu Ihnen als Person, mit Ihrem fachlichen Hintergrund sowie zu Ihrer Therapeut:innenidentität passen. Diese Authentizität von Supervisor:innen ist auch wegen des hohen Anteils an Selbstreflexion in Supervision ein entscheidender Faktor für eine erfolgreiche Supervision. Das Kartenset soll Sie anregen und inspirieren, eigene Wege in Supervision zu gehen und kreativ zu sein. Es soll Sie ermutigen, Neues auszuprobieren und im Nachgang zu reflektieren.

Das Kartenset beruht nicht auf einem spezifischen Therapieverfahren, es sind mehrere psychotherapeutische Ansätze eingeflossen. Grundsätzlich basiert es auf der Theorie des Konstruktivismus. Es wird davon ausgegangen, dass keine objektive Realität existiert. Die Wahrnehmung der Welt wird als subjektiver, konstruktiver Prozess verstanden. Dies bedeutet für den Kontext Supervision, dass es keine objektiv »richtige« Fallanalyse, Intervention oder Lösung geben kann. Vielmehr können verschiedene Sichtweisen zu unterschiedlichen Problemdarstellungen und Lösungen führen, die in ihrer Logik und Betrachtung »wahr« und nachvollziehbar sind. Supervision beinhaltet demnach kein Schwarz-Weiß-Denken; es gibt kein »richtig« oder »falsch«. Letztendlich entscheiden die Supervisand:innen und die Klient:innen, was in Supervision hilfreich ist und was nicht. Die konstruktivistische Sichtweise hat direkte Implikationen bezüglich der Haltung von Supervisor:innen: Sie verstehen sich nicht als allwissende »Gurus«, sondern als Begleiter:innen der Supervisand:innen. Sie lenken Supervisionsprozesse und schaffen somit den Nährboden für Entwicklung und Wachstum, ohne konkrete Vorgaben zu machen. Ihre Haltung ist geprägt von Bescheidenheit und ernsthaftem Interesse an den Sichtweisen und Lösungsideen von Supervisand:innen.

Die folgende Definition fasst das Verständnis von Supervision zusammen, das dem Kartenset zugrunde liegt:

Supervision ist ein Instrument, das berufliche (therapeutische) Tätigkeit betrachtet und reflektiert. Das Gesprächsformat trägt mithilfe von Methoden der Fallanalyse und Selbstreflexion zur Professionalisierung und Optimierung beruflichen Handelns bei. Supervision wird als kreativer und gemeinsam gestalteter Prozess verstanden.

Anwendung und Zielgruppe

Das Anwendungsspektrum der Therapiekarten ist breit. Primär wurde das Kartenset für Supervisor:innen und Supervisand:innen konzipiert, die Psychotherapeut:innen sind oder sich in Ausbildung befinden; es wurde vorrangig für die Nutzung in Supervision im Kontext von Psychotherapie entwickelt.

Es kann aber auch in zahlreichen anderen Arbeitsfeldern Anwendung finden. Im Bereich des Gesundheitswesens kann das Set bspw. in psychotherapeutischen Praxen, Kliniken, Hospizen, Pflegeheimen und Suchtberatungsstellen genutzt werden. Darüber hinaus ist der Einsatz in Bildungseinrichtungen (z.B. schulpсихologische Beratungsstellen und Kindertagesstätten) sowie in Organisationen (z.B. Sozialberatungen und Organisationsberatungen) oder in interdisziplinären Teams möglich.

Selbstverständlich lassen sich mit diesem Format nicht alle Inhalte rund um das Thema Supervision abbilden. Für das Kartenset wurde daher eine gezielte Auswahl der Inhalte getroffen, die einen vielfältigen Einsatz ermöglicht. Das Kartenset soll ...

- ▶ Informationen über die wesentlichen Aspekte von Supervision liefern,
- ▶ als Werkzeugkasten mit anwendbaren Instrumenten für Praktiker:innen dienen,
- ▶ direkt in Supervision einsetzbar sein,
- ▶ zur Vorbereitung von Fallvorstellungen dienen,
- ▶ zur (Selbst-)Reflexion anregen,

- ▶ zur Entwicklung einer individuellen Haltung in Therapie und Supervision beitragen,
- ▶ Lust machen, Neues auszuprobieren.

Neben dem Ziel, Informationen und Handlungsvorschläge für die Supervision bereitzustellen, hat das Kartenset ein übergeordnetes Ziel: Es soll Ihre Arbeit spürbar verbessern.

2 Inhaltliche Struktur

Die 75 Therapiekarten sind in fünf Module gegliedert. Jedes Modul widmet sich einem übergeordneten Supervisionsziel:

- ▶ Verstehen, was Supervision ausmacht,
- ▶ allgemeine Planung des therapeutischen Prozesses,
- ▶ Feinanalyse des Supervisionsfalls,
- ▶ Auswahl und Durchführung geeigneter Interventionen und Übungen sowie
- ▶ Nutzung des Supervisionssettings.

Die Einteilung in Module bietet Ihnen eine grobe Orientierung zum Inhalt und den Einsatzmöglichkeiten der Karten. So können Sie sich anhand der Modultitel einen Überblick verschaffen und sich schnell im Kartenset zu rechtfinden. Welches Modul für Sie zu einem bestimmten Zeitpunkt interessant sein könnte, hängt von den aktuellen Supervisionsinhalten und der Supervisionsphase ab. Karten der ersten drei Module eignen sich überwiegend zu Beginn eines Supervisionsprozesses, Karten des vierten Moduls können jederzeit zum Einsatz kommen und einige Karten des fünften Moduls sind am Ende eines Supervisionsprozesses besonders hilfreich.

Die Karten müssen nicht sequenziell zur Anwendung kommen. Jede Karte ist für sich selbsterklärend und kann ohne die Berücksichtigung einer Reihenfolge einzeln genutzt werden. Einige Karten lassen sich aber auch

gut mit anderen kombinieren (s. Abschn. 3 Arbeiten mit den Karten). Es ist ratsam, sich vor der ersten Anwendung des Sets einen Überblick über die Module und Karten zu verschaffen.

Modul 1: Was ist Supervision? – Struktur und Rahmen

Die Inhalte dieses Moduls beschäftigen sich mit der Struktur und dem Rahmen von Supervision. Transparenz und Einigkeit bezüglich des Verständnisses von Supervision sowie bezüglich dessen, was in ihrem Rahmen stattfindet und angeboten wird, fördern die Sicherheit der Teilnehmenden. Diese Sicherheit ist notwendig, um offene und selbstkritische Erzählungen der Supervisor:innen in einer angstfreien Atmosphäre zu ermöglichen.

Dieses Modul dient dazu, Supervisor:innen anzuregen, sich über die strukturelle Gestaltung ihres Supervisionsangebotes Gedanken zu machen. Hierfür ist es hilfreich, sich mit dem zugrunde liegenden Konzept der Supervision auseinanderzusetzen. Supervision kann als Abbild eines therapeutischen Prozesses verstanden werden, der im Sinne der Kybernetik zweiter Ordnung durch alle Teilnehmenden beeinflusst wird. So handelt es sich bei der Fallbearbeitung um keinen neutralen, chirurgischen, objektiven Vorgang, sondern um einen subjektiv geprägten Prozess, der die an der Supervision Teilnehmenden berücksichtigen muss. Dieses Verständnis beeinflusst die Haltung von Supervisor:innen sowie die Durchführung von Supervision. Supervisor:innen verstehen sich folglich als Begleiter:innen und gestalten die Supervision interaktiv.

Die Karten dieses Moduls sollen Sie unterstützen, Ihre Haltung als Supervisor:in zu finden und die Wirkungen dieser Haltung zu antizipieren. In verschiedenen Phasen der Supervision werden unterschiedliche Ansprüche an Sie gestellt und unterschiedliche Kompetenzen von Ihnen gefordert. Hierfür ist eine stabile Haltung eine gute Basis.

Schwierigkeiten in Supervision sind häufig darauf zurückzuführen, dass vorab keine bzw. keine ausreichende Festlegung des Rahmens stattgefunden hat. Eine gute Vorbereitung trägt entscheidend zum Gelingen von Supervision bei. Die »Spielregeln« festzulegen, die Erwartungen und Befürch-

tungen von Supervisor:innen zu erfassen sowie die Gestaltung einer angstfreien Atmosphäre sind zu Beginn eines Supervisionsprozesses notwendige Schritte mit prophylaktischer Wirkung.

Zusammengefasst besteht das Hauptziel dieses Moduls in der Verbesserung des Prozesswissens bzgl. Supervision.

Modul 2: Lösungsorientierte Planung – Auftragsklärung, Ziele, Lösungen

Dieses Modul behandelt die Strukturierung eines therapeutischen Prozesses. Es betrachtet somit den in Supervision besprochenen Supervisionsfall ganzheitlich und in einem größeren Rahmen. Das Schaffen von Struktur sorgt für Klarheit bezüglich des therapeutischen Vorgehens und führt somit zu mehr Sicherheit. Vor allem Supervisor:innen, die bisher wenig therapeutische Erfahrung gesammelt haben, profitieren von einem klaren Behandlungsplan. Zudem wird bei der Antragstellung einer Psychotherapie eine ausführliche Therapieplanung verlangt. Die Struktur von Therapie basiert auf fachlichen Erkenntnissen und Standards, die wissenschaftlich belegt sind. Eine solche fachliche Methodenkompetenz bildet in Kombination mit erworbenem Erfahrungswissen die Grundlage für intuitives therapeutisches Handeln.

Es gibt Standards, die zu Beginn jeder Therapie systematisch abgearbeitet werden können. Hierfür hilfreich ist eine Checkliste mit folgenden Punkten:

- ▶ Auftragsklärung
- ▶ Anamnese
- ▶ Prüfung der Indikation
- ▶ Erstellung der Diagnose
- ▶ Zieldefinition
- ▶ Abklärung von Suizidalität
- ▶ Aufstellung der Prognose
- ▶ Therapievertrag / Antragstellung / Finanzierung
- ▶ Erstellung eines Behandlungsplans

In diesem Modul finden Sie Ideen, Anregungen und Hinweise zur Therapieplanung. Die Karten unterstützen Sie dabei, Supervisor:innen anzuleiten, planerisch und strukturiert vorzugehen. Zudem helfen die Karten, die Rahmenbedingungen der von den Supervisor:innen durchgeführten Therapien zu überprüfen. Es werden u.a. Hinweise gegeben, wie unterschiedliche Aufträge von Beteiligten sortiert und geklärt werden können.

Ein weiteres Schwerpunktthema dieses Moduls sind *Ziele*: In Supervision werden häufig Schwierigkeiten von der Therapie berichtet, die dadurch entstanden sind, dass Ziele aus dem Fokus geraten sind, sich verändert haben oder zu Beginn nicht konkret definiert wurden. Die Folgen sind Verwirrung, konfuse therapeutisches Vorgehen und Unzufriedenheit von Klient:innen und Therapeut:innen. Nur wenn die Therapieziele explizit sind, können passende Interventionen abgeleitet werden. Ein bedeutsamer und schöner Teil von Therapie bzw. Supervision ist das Finden von Lösungen. Hierfür soll der eigene, häufig eingeschränkte Blickwinkel erweitert werden: weg vom Tunnelblick, hin zu vielen Lösungsszenarien.

Modul 3: Den Supervisionsfall einordnen – Problemanalyse, Ätiologie, Diagnostik

In diesem Modul geht es darum, den Supervisionsfall tiefer zu verstehen und zu analysieren. Dabei wird das Konzept der Hypothesenbildung eingeführt. Die Einordnung des Supervisionsfalls und die Problemanalyse beruhen auf Hypothesen, die es zu überprüfen oder zumindest zu berücksichtigen gilt. Folglich sollte die Sprechweise in diesem Kontext zurückhaltend, wertschätzend und vorsichtig sein. Wird nicht über Fakten, sondern über nicht überprüfte Annahmen gesprochen, ist die Verwendung des Konjunktivs und der Frageform angemessen (z. B.: »Eventuell könnte das mangelnde Selbstwertgefühl des Klienten zur Trennung von der Partnerin beigetragen haben«, oder »Vermeidet die Klientin angstbesetzte Situationen?«).

Ätiologische Modelle sollen dabei unterstützen, die Entstehung der Problematik bzw. der psychischen Störung zu erklären. Dies ist sowohl für die betroffenen Klient:innen als auch für die Therapeut:innen bedeutsam, die

somit die psychische Störung in einen größeren zeitlichen (z.B. Vorgeschichte der Symptomatik, Erstmanifestation vs. Rezidiv, Frühwarnzeichen) und inhaltlichen Kontext (z.B. biologische, soziale und personenbezogene Faktoren) einordnen können.

Die auf den Karten beschriebenen Methoden und Techniken ermöglichen die Betrachtung eines Falles aus unterschiedlichen Perspektiven und auf verschiedenen Ebenen. Dabei kommen Instrumente unterschiedlicher Therapierichtungen zum Einsatz. Einige davon dienen dazu, den Fall in einem größeren Zusammenhang zu betrachten (z.B. Genogrammarbeit, Systemaufstellung, Salutogenese-Modell, Zeitstrahl), andere wiederum eignen sich zur Fokussierung auf Details (z.B. SORKC-Modell).

Einige Karten sind hilfreich, um ein tieferes Verständnis zur Person der Klientin bzw. des Klienten zu entwickeln (z.B. Erfassung der Glaubenssätze, Bestimmung des Klient:innen-Typs, Analyse von Kommunikationsmustern). Weitere Karten (z.B. Transtheoretisches Modell nach Prochaska und DiClemente [1986]) dienen dazu, die Therapiemotivation von Klient:innen besser einschätzen zu lernen.

Zusammengefasst liegen die Schwerpunkte der Karten dieses Moduls in der Entwicklung eines tieferen Fallverständnisses, das für die Erstellung der Diagnose, die Aufstellung der Prognose sowie die Auswahl von Interventionen erforderlich ist.

Modul 4: Aus dem Interventionspool schöpfen – Methoden und Modelle

Dieses Modul bietet Ihnen eine bunte Auswahl an verschiedenen Techniken und Methoden, die in Supervision Anwendung finden. Die vorgestellten Interventionen basieren auf unterschiedlichen Therapieverfahren und wurden anhand der Kriterien *Sinnhaftigkeit*, *Wirksamkeit* und *Handhabbarkeit* zusammengestellt. Alle Interventionen wurden bereits vielfach in Therapie und Supervision eingesetzt bzw. getestet und haben sich in der Praxis bewährt (wobei es selbstverständlich eine 100%-Wirksamkeitsgarantie bei Interventionen nicht geben kann).

In diesem Modul finden Sie Karten zu Themen wie Wertschätzung, Empathie, Motivation, Intention und Ressourcen. Es wird angenommen, dass Veränderungen vor allem dann möglich sind, wenn diese an bei den Klient:innen bereits Vorhandenes (z.B. Ressourcen, Kompetenzen, Lösungs-ideen, Energie) anknüpfen. Viele Karten zielen darauf ab, diesen Grundstock für Veränderungen in Klient:innen zu entdecken, rückzumelden und schließlich zu aktivieren.

Ein weiterer Schwerpunkt dieses Moduls liegt auf den Themen *Kommunikation* und *Gesprächsführung*. Beides sind häufig behandelte Themen in Supervision. Nicht selten geht eine gestörte Kommunikation mit einer psychischen Störung einher. Sie erhalten in diesem Modul Hinweise und Inspirationen zu Fragetechniken, die Sie in Supervision oder Therapie anwenden können, mit dem Ziel, Gesprächssituationen (z.B. durch Empathie) gewinnbringend zu gestalten. Darüber hinaus finden Sie Methoden wie Rollenspiel, »Reflecting Team« oder »Timeline«, die über das »klassische« Gespräch hinausgehen und eine spielerische Bearbeitung von Themen erlauben.

Seien Sie mutig bei der Auswahl geeigneter Interventionen und probieren Sie Neues aus. Viele Karten lassen sich sowohl in Supervision als auch in Therapie einsetzen. Es ist sinnvoll, unbekannte Interventionen zunächst in Supervision zu besprechen und zu üben und sie erst anschließend mit den Klient:innen in Therapie durchzuführen.

Modul 5: Das Supervisionssetting nutzen – Prozess und Entwicklung

Dieses Modul beinhaltet Karten, die darauf ausgelegt sind, das besondere Setting von Supervision zu nutzen. Supervision geht insofern weit über eine reine Fallbesprechung hinaus, da die Aspekte Lernen und Wissensvermittlung eine zentrale Rolle einnehmen. Wertschätzung, Anerkennung und Feedback sind im Kontext von Lernen wichtige Faktoren und werden auf mehreren Karten thematisiert. Im Modul werden Fragen behandelt wie: »Gelingt es mir als Supervisor:in, eine gute Lernatmosphäre herzustellen?«

Modul 2: Lösungsorientierte Planung – Auftragsklärung, Ziele, Lösungen

Karte 14: Therapieplanung

Die Planung einer Therapie, die meist nach wenigen Therapiesitzungen ansteht, kann als sehr anspruchsvoll erlebt werden. Neben störungsübergreifenden Vorgehensweisen, wie Beziehungsaufbau, Auftragsklärung, Generieren von Zielen und Aufbau von Therapiemotivation, müssen psychoedukative Elemente und störungsspezifische Interventionen in den Behandlungsplan aufgenommen werden. Diese Karte nennt die wichtigsten Punkte, die es bei der Therapieplanung zu beachten gilt.

Karte 15: Supervisionsanliegen

Gute Supervision erkennt man u. a. daran, dass die Supervisorin bzw. der Supervisor großen Wert auf eine genaue Formulierung des Supervisionsanliegens der Supervisand:innen legt. Dieses sollte möglichst konkret definiert und nicht länger als ein bis zwei Sätze sein. Wird das Supervisionsanliegen nicht ausreichend präzisiert, fehlt der Fokus in Supervision und es kommt zu einem unstrukturierten, diffusen Vorgehen ohne befriedigendes Ergebnis.

Karte 16: Auftragsklärung

Ähnlich wie bei Karte 15 geht es bei dieser Karte um eine präzise Erfassung dessen, was gewünscht und erwartet wird, jedoch im Hinblick auf die Auftraggebenden. Die Herausforderung besteht darin, neben explizit auch implizit kommunizierte Aufträge zu ermitteln. In Therapie und Supervision hat man es häufig mit mehreren Auftraggebenden und somit einer Gemengelage von Aufträgen zu tun. Diese Karte soll Ihnen helfen, Aufträge zu erkennen und zu sortieren.

Karte 17: Ziele formulieren

Mit dem POSITIV-Modell können Ziele anhand von sieben Dimensionen erarbeitet und definiert werden. Die Dimensionen *Ökologisch*, *Ökonomisch* und *Visionär* stellen eine Erweiterung herkömmlicher Zielfindungsmodelle dar. Mithilfe dieser Einordnung kann überprüft werden, wie hoch die Kosten für die Erreichung eines Zieles sind (ökologisch/ökonomisch) und welche größeren Ziele hinter dem naheliegenden anvisiert werden (visionär).

Karte 18: Fächer der Möglichkeiten

Die Übung auf dieser Karte soll die Entwicklung von neuen Ideen, Perspektiven oder Lösungsszenarien in Therapie und Supervision vorantreiben. Die Metapher »Fächer der Möglichkeiten« unterstützt den kreativen Umgang mit neuen und bislang unentdeckten Chancen.

Karte 19: Überall liegen Lösungen

Mit dieser Karte wird die Annahme vermittelt, dass Lösungen bereits vorhanden sind, nur noch nicht wahrgenommen oder umgesetzt werden. Sie ermutigt zu einer lösungsorientierten Bestandsaufnahme.

Karte 20: Lösungstrance

Diese Karte enthält die Anleitung zu einer kurzen Fantasiereise mithilfe der Metapher eines Tauchgangs, die zum Entdecken von Lösungen genutzt werden kann. Sie können diese Anleitung nach Belieben verändern, erweitern oder vertiefen.



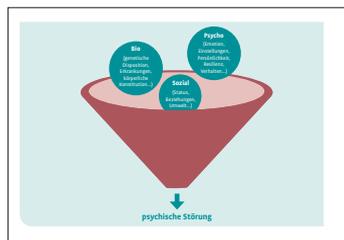
Modul 3: Den Supervisionsfall einordnen – Problemanalyse, Ätiologie, Diagnostik

Karte 21: Vulnerabilitäts-Stress-Modell

Das Vulnerabilitäts-Stress-Modell (Zubin & Spring, 1977) ist ein Klassiker unter den ätiologischen Störungsmodellen. Es dient der Erklärung der Entstehung einer psychischen Störung. Zudem soll es Aufschluss darüber geben, weshalb eine psychische Störung zu einem bestimmten Zeitpunkt aufgetreten ist.

Karte 22: Individuelles ätiologisches Störungsmodell

Klient:innen sind häufig mit Fragen wie »Warum ich?« oder »Warum diese psychische Störung?« konfrontiert. Mithilfe dieser Karte wird ein leicht verständliches Ätiologiemodell zur Verfügung gestellt, mit dem das individuelle Erklärungsmodell von Klient:innen zur Entstehung ihrer psychischen Störungen erarbeitet werden kann. Diese Karte lässt sich gut mit Karte 21 kombinieren.



Karte 23: Diagnose

Insbesondere im Rahmen der Ausbildungssupervision werden häufig Unsicherheiten beim Stellen von Diagnosen deutlich. Diagnosen zu bestimmen ist kein Rätselraten, sondern sollte anhand vorliegender Symptome und mithilfe von Klassifikationskriterien erfolgen. Die Fragen auf dieser Karte liefern hierfür eine Orientierung.

Karte 24: Hypothesenbildung

Supervision eignet sich hervorragend zum »Psychologisieren« und Hypothesisieren. Das ist erst mal nicht weiter schlimm, sondern kann auch nützlich sein, um den Blick für neue Erklärungen und Lösungen zu weiten. Die

Qualität einer Information (Hypothese oder Fakt) sollte jedoch professionell transparent gemacht werden.

Karte 25: Narrativer Ansatz oder: Erzählen Sie doch mal!

Diese Karte nimmt die Subjektivität von Erzählungen und die Erzählweise von Klient:innen bzw. Supervisand:innen in den Fokus. Es geht weniger darum, *was* eine Person erzählt, sondern *wie* sie es erzählt. Auf dieser Seite werden Dimensionen für die Betrachtung von Erzählungen nach Lucius-Hoene und Deppermann (2004) vorgestellt.

Karte 26: SORKC-Modell

Diese Karte beschreibt eine typische und häufig verwendete Problembetrachtung der kognitiven Verhaltenstherapie. Sie werden angeleitet, eine für die Klientin bzw. den Klienten typische Situation anhand des SORKC-Modells (Kanfer, Reinecker & Schmelzer, 2000) zu analysieren und geeignete Interventionen abzuleiten.

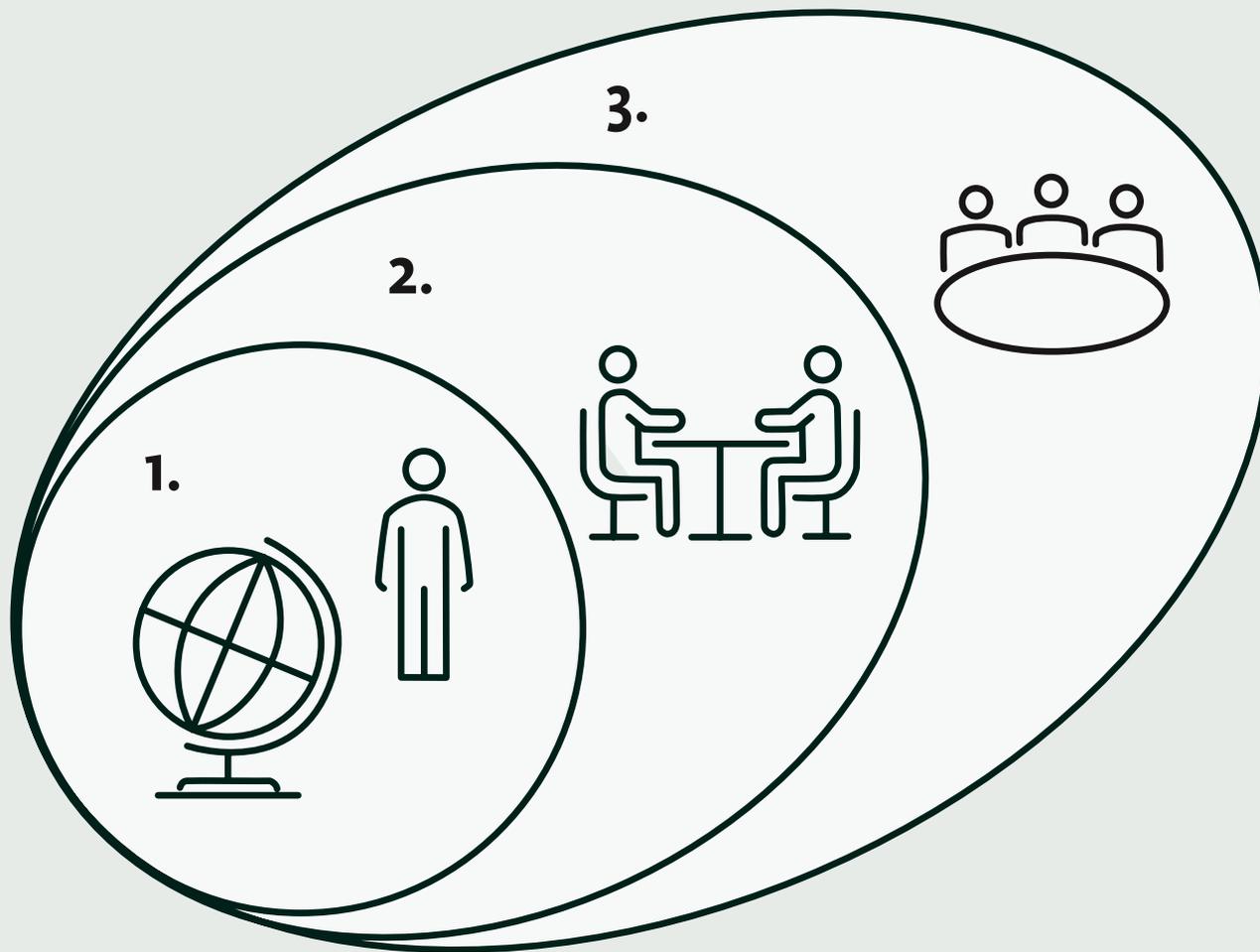


Karte 27: Zirkularität

Menschliche Interaktionen beruhen häufig auf Kreisläufen. Die Handlungen einer Person A löst eine Handlung der Person B aus, die wiederum eine Handlung der Person A auslöst und so weiter. Diese Karte unterstützt beim Aufdecken und Einordnen solcher Zirkel.

Karte 28: Genogramm

Mithilfe dieser Karte können Sie ein Genogramm erstellen und so die Struktur einer Familie graphisch darstellen. Diese Visualisierung ermöglicht den Zugang zu verdeckten Informationen (z. B. Familiencredos, Häufungen von Problemen, generationsübergreifende Erkrankungen oder Ressourcen), die man im Gespräch nur schwer erfassen kann.



Supervisionsspielregeln

Nicht nur aus juristischer, sondern auch aus gruppendynamischer Perspektive ist es essenziell, »Spielregeln« für die Supervision festzulegen, zu kommunizieren und schriftlich festzuhalten. Spielregeln geben Sicherheit und reduzieren prophylaktisch Unstimmigkeiten. Berücksichtigen Sie beim Festlegen der Regeln folgende Aspekte:

- ▶ Verschwiegenheitspflicht
- ▶ Selbstverantwortlichkeit
- ▶ Erreichbarkeit
- ▶ zeitlicher Rahmen
- ▶ Honorar und Ausfallhonorar
- ▶ Regelung beim Wechseln der Supervisorin bzw. des Supervisors
- ▶ Klärung der Abläufe bei Krisen und Notfällen
- ▶ Festlegung der zur Verfügung stehenden Redezeit pro Supervisand:in
- ▶ Vorrangstellung von Konflikten in der Gruppe, Bedürfnissen nach einer Pause oder Missverständnissen
- ▶ Rollenklärung: Moderation (u. a. Zeitmanagement, Auswahl der Themen) und Gesprächsführung als Aufgaben des Supervisors bzw. der Supervisorin



Genogramm

Mittels Genogrammen kann die Struktur eines Systems grafisch dargestellt werden. Durch Symbole werden die Beteiligten sowie deren Beziehungen zueinander abgebildet. Ein Genogramm kann helfen, Häufungen u. a. von Erkrankungen, psychischen Störungen, Konflikten sowie Ressourcen aufzudecken. Diese Methode kann in Supervision zur Vorstellung eines Falls genutzt werden.

Leitfragen zur Genogramm-Analyse

- ▶ Welche Themen, Konflikte, Erkrankungen oder psychische Störungen häufen sich?
- ▶ Welche Lösungsstrategien wurden/werden angewandt und weitergegeben?
- ▶ Welche Glaubenssätze gibt es, welche wurden/werden weitergegeben?
- ▶ Welche Emotionen stehen im Vordergrund, welche wurden/werden unterdrückt?

Was hält das System aufrecht?

Im systemischen Ansatz wird davon ausgegangen, dass Systeme homöostatisch funktionieren und einen stabilen Zustand anstreben. Einzelne Elemente sind im Kontext zu verstehen und hängen wie bei einem Mobile zusammen. Veränderungen an einem Element führen zu Veränderungen des gesamten Systems. Wird in einem System nur das augenscheinlich vorherrschende Problem gelöst, kann es zu negativen Konsequenzen an anderen Stellen kommen. Regulationsprozesse stellen die Stabilität des Systems wieder her – auch wenn sie sich auf bestimmte Bereiche dysfunktional auswirken (Beispiel: Die Tochter hält aufgrund ihrer Essstörung die Familie zusammen. Die Verbesserung ihrer Symptomatik hat zur Folge, dass der Sohn Schulprobleme entwickelt.). Diese systemische Sichtweise kann in Supervision genutzt werden, um bei der Fallanalyse den Blick zu weiten: weg vom einzelnen problembehafteten Symptomträger, hin zum System und somit zu allen Beteiligten.

- ▶ Aus welchen Elementen ist das Klient:innen-System zusammengesetzt?
- ▶ Wie hängen die einzelnen Elemente zusammen?
- ▶ Welche Auswirkungen hätte die Veränderung eines Elements auf andere Elemente?

