

Dranbleiben lohnt sich!



Von der Freude das Zertifikat im DAKBT zu machen

Jetzt ist es nicht mehr lange – der Prüfungstermin steht fest. Im November beende ich meine Weiterbildung und ich merke wie die Spannung steigt!

Als ich die KBT 2012 während eines Schnupperseminars in Bad Wildungen kennenlernte, war mir nicht klar, wie nachhaltig sie meinen Berufs- und Lebensweg beeinflussen würde. Damals war es die bunte Vielfalt, der spielerische und gleichzeitig ernsthafte Umgang mit dem Schweren und Schwierigen, der mich so faszinierte. KBT war so anders als all das, was ich aus meiner langjährigen Tätigkeit als Krankenschwester in der Psychiatrie und Psychosomatik und aus dem Psychologiestudium kannte. Heute habe ich eine Stelle als ambulante KBT-Therapeutin in

einer psychiatrischen Institutsambulanz. Die Krankenschwester von damals habe ich hinter mir gelassen. Wirklich vieles hat sich seit 2012 verändert, aber eines ist geblieben: Die Faszination für die KBT. Und besonders schön – es ist noch so einiges hinzugekommen: Eine riesige Portion Selbsterfahrung, die bis heute weit über die 240-Stunden-Gruppe hinausreicht und noch immer wächst. Dazu ein großer Schatz an theoretischem Wissen, den ich aus Seminaren mitnahm und mir selbst aneignete. Aus all diesen Zutaten ist für mich etwas gewachsen: Eine echte innere Überzeugung für das was ich tue.

Wenn ich mich heute frage, was es ist, was ich am meisten an unserer Weiterbildung mag, so würde ich sagen: Die Vielfalt. Und die Freiheit aus der Vielfalt zu wählen.

Die Struktur der Weiterbildung im DAKBT bringt jede Menge Wahlmöglichkeiten mit sich. Zu allererst ist da die Freiheit, sich Zeit zu nehmen für die Weiterbildung. Hatte ich mir zuerst

GUT AM DAKBT FINDE ICH, DASS ...

... ich dort Zusammenhalt erlebe, weil ich sonst als KBTlerin überall die Exotin bin.

vorgenommen, alles ganz schnell durchzuziehen, konnte ich dann doch mein ganz eigenes Tempo finden und dann auch gehen – etwas, was ich in anderen Curricula noch nicht erlebt hatte – wirklich wohltuend! Zugegebenermaßen hat mich die Aussicht auf ein höheres Gehalt nun doch nochmal aufs Tempo drücken lassen, aber auch diese Freiheit kann ich mir ja nehmen.

Wir können wählen, welche Seminare wir wann besuchen wollen. Es ist auf diese Weise möglich, Schwerpunkte zu setzen, sich neue Felder zu erschließen und unterschiedliche Behandlungsstile kennenzulernen. Es war von Anfang an bereichernd zu erleben, dass es „die eine KBT“ gar nicht gibt, sondern auch hier Vielfalt zählt. Die Stile der Lehrbeauftragten und auch die der SeminarteilnehmerInnen sind geprägt von ihren Grundberufen und ihrer Expertise, ihrem Erfahrungsschatz und ihrer Haltung – und deshalb so glaubwürdig. Es ist ein Reichtum, der in den Seminaren deutlich spür- und erlebbar wird, genauso wie der Schatz an Ideen und Kreativität, der sich in den Angeboten widerspiegelt. Und wir WeiterbildungskandidatInnen haben die Möglichkeit, unseren ganz eigenen Stil zu finden und ihn weiter- und fortzuentwickeln.

Der Weg durch die Weiterbildung war und ist für mich ein sehr intensiver Entwicklungsprozess. Es wäre für mich nicht möglich gewesen, diesen Weg zu gehen, ohne neben all der Vielfalt und all den Wahlmöglichkeiten auch etwas Beständiges an meiner Seite. Zusammen mit meinen beiden Supervisorinnen konnte

ich mich und meine Arbeit kontinuierlich reflektieren und erfuhr darüber hinaus wohlwollende und unterstützende Begleitung. Ich hatte immer das Gefühl, dass sie mir eine Menge zutrauten und mir manchmal mehr vertrauten als ich mir selbst.

Die Möglichkeit und Ermutigung zum selbstständigen Durchführen der KBT gleich nach dem Zwischenkolloquium ist eine Besonderheit in unserer Weiterbildung, die für mich sehr wichtig war. Einerseits würdigt das Zutrauen zum selbstständigen Arbeiten mit der Methode, dass wir alle doch schon eine ganze Menge Erfahrung mitbringen, wenn wir mit unserer Weiterbildung beginnen.

Andererseits kommt im selbstständigen Arbeiten mit der Methode doch so mancher Erkenntnisprozess in Gang – über mich selbst und auch über meine Patienten. Und es ist nun mal so – die KBT muss man tun – auch als TherapeutIn! Ich konnte gut bei mir beobachten, wie sich nach und nach viel mehr Sicherheit und Gelassenheit einstellte.

Neben der Weiterbildung sind für mich auch die Treffen im Arbeitskreis Nürnberg von sehr großer Bedeutung. Weil ich im Job „die Exotin“ bin, ist mir der Arbeitskreis als Ort des Austauschs unter „Gleichgesinnten“ sehr wichtig. Dabei schätze ich besonders die Erfahrung der „alten Hasen“.

GUT AM DAKBT FINDE ICH, DASS ...

... auch nicht-ärztliche und nicht-psychologische KollegInnen eine Heimat finden.

GUT AM DAKBT FINDE ICH, DASS ...

... ich dort eine super gute Weiterbildung bekommen habe.

Unter all dem Schönen war es wahrscheinlich das Schönste für mich, durch die Weiterbildung weit herumgekommen und an den vielen Orten mit ganz unterschiedlichen Menschen in Kontakt gewesen zu sein. Immer wieder Neue kennenzulernen, sich zu vernetzen und Bekannte und Liebgewonnene wieder zu treffen. Ich habe die meisten Wochenenden als Kurztrips für mich selbst richtig zelebriert.

Das Herumkommen im Land und die vielen Möglichkeiten der Begegnung sind sicher etwas, was mir zukünftig sehr fehlen wird. Aber vieles bleibt: Mein Job, der Arbeitskreis, die Supervisionsgruppe und die guten Kontakte.

Es ist für mich eine Zeit des Übergangs. Viel Arbeit wird noch auf mich zukommen und ich bin gespannt, wie ich Job, Zertifikatsarbeit und Lernen unter einen Hut bringen werde. Gleichzeitig bin ich voller Vorfreude auf den Abschluss – das Zertifikat. Und ich bin wirklich stolz, dran geblieben zu sein.

Susanne Wagner