

Systemische Therapie jetzt auch für Ärztinnen und Ärzte: Erste Psychiaterin wagt neue Wege zu gehen und schließt ihre Facharztweiterbildung in systemischer Therapie ab

Interview mit Maria Klocker

Im September 2016 hat erstmals eine Ärztin ihre Facharztweiterbildung für Psychiatrie und Psychotherapie mit dem Erstverfahren Systemische Therapie abgeschlossen. Auf ihrem Weg dorthin durfte sich Maria Klocker nicht beirren lassen. Denn obwohl Systemische Therapie ein wissenschaftlich anerkanntes Psychotherapieverfahren ist, war das einigen Gremien noch nicht bekannt. „Viele Ausbilder kennen die Weiterbildungsordnung nicht so gut“, so das Fazit von Maria Klocker, die den von ihr beschrittenen Weg zur systemischen Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie weiterempfiehlt. Die DGSF gratuliert der Pionierin, die ihre Ausbildung am hsi Heidelberg absolviert hat, und wollte mehr über die Hintergründe erfahren.

Kerstin Dittrich

Frau Klocker, wie kam es dazu, dass Sie als Österreicherin in Deutschland eine Facharztweiterbildung für Psychiatrie und Psychotherapie absolviert haben?

Maria Klocker

Nach meinem Medizinstudium in Wien begann ich 2009 mein erstes Ausbildungsjahr als Assistenzärztin für Psychiatrie und Psychotherapie in der Schweizer Klinik Münsterlingen am Bodensee. Da ich nur zehn Minuten von der deutschen Grenze entfernt wohne, und eine der in der Nähe gelegenen neurologischen Krankenhäuser das liebevoll geleitete Hegau Jugendwerk in Gailingen in Deutschland ist, wechselte ich 2010 mit meiner Arbeitstätigkeit nach Deutschland und wurde Mitglied der Ärztekammer in Baden-Württemberg. Nach meinem Ausbildungsjahr auf der Neurologie wechselte ich wieder in die psychiatrische Klinik in der Schweiz zurück, um noch meine restliche Klinikzeit in der Psychiatrie zu absolvieren und anschließend noch mehrere Jahre Praxisassistentzeit in zwei verschiedenen niedergelassenen Praxen anzuhängen. Meine Leidenschaft liegt in der ambulanten Arbeit. Die Tätigkeit in der niedergelassenen Praxis nimmt in Deutschland mehr Raum ein als in der Schweiz. Deswegen entschloss ich mich, die Kammermitgliedschaft in Deutschland zu behalten und die Facharztausbildung nach deutschem Recht abzuschließen.

Kerstin Dittrich

Wie kamen Sie mit Systemischer Therapie in Berührung?

Maria Klocker

In der Klinik wurden für uns Assistenzärzte eine große Bandbreite an Weiterbildungsmöglichkeiten angeboten. Es gab wöchentlich Ausbildungsveranstaltungen innerhalb unserer Klinik und auch externe Veranstaltungen. Zum Beispiel besuchte ich die Lindauer Psychotherapiewochen. Während dieses ersten Ausbildungsjahres wurden mir die drei „großen“ Psychotherapieverfahren vorgestellt: systemische Psychotherapie, kognitive Verhaltenstherapie und die tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie. In der Schweiz sind diese Verfahren gleichwertig. Meine Wahl fiel ohne Zweifel auf die systemische Psychotherapie. Und nach einer Seminarteilnahme an verschiedenen systemischen Ausbildungsinstituten fiel meine Wahl auf das Helm Stierlin Institut in Heidelberg, wo ich in den drei fortlaufenden Jahren meine Psychotherapieausbildung absolvierte.

Kerstin Dittrich

Was hat Sie davon überzeugt, mit diesem Therapieverfahren arbeiten zu wollen?

Maria Klocker

Vielleicht entschied ich mich für die systemische Psychotherapie, weil ich schon im Medizinstudium den ganzheitlichen Betrachtungswinkel als sehr wichtig empfunden habe. Und immer, wenn ich in einem Vortrag über systemische Psychotherapie saß, habe ich mich wohl gefühlt. Genau diese Haltung, seinen Patienten mit viel Wertschätzung und auf Augenhöhe entgegenzutreten und ihre Ressourcen deutlich wahrzunehmen, liegt mir bei der täglichen Arbeit am Herzen. Das ist nichts, was zu allen Zeitpunkten immer funktioniert, und deswegen schien es mir sehr schön und wichtig, sich damit auseinanderzusetzen und zu lernen, diese Haltung auch in schwierigen Situationen in den Vordergrund rücken zu können.

Systemische Psychotherapie auf rationaler Ebene sehr passend

Mir scheint auch auf rationaler Ebene die systemische Psychotherapie sehr passend in einer Welt, in der Vernetzungen eine sehr große Rolle spielen. Auch überzeugt es mich und steht im Einklang mit der Hirnforschung, den therapeutischen Fokus mehr auf Lösungen und auf Ressourcen zu legen, als auf Probleme. Ich halte es zudem für erfolgversprechender „klientenzentriert“ den Patienten in den Mittelpunkt zu stellen, anstatt zu erwarten, dass der Patient sich meiner Methode anpasst. Letzteres habe ich eher frustrierend erlebt. Ziemlich oft gelingt es nicht und verstärkt dann oft das Minderwertigkeitsgefühl von Patienten. Die Motivation, Veränderungen einzugehen, ist viel höher, wenn man sich wertvoll und zu etwas fähig fühlt.

Kerstin Dittrich

Gab es systemische Bücher, die sie besonders beeinflusst haben?

Maria Klocker

Sehr beeindruckt hat mich die Literatur zu den Arbeiten und Studien von Jaakko Seikkula, die zeigen, dass die systemische Psychotherapie gerade auch für sehr schwere psychische Erkrankungen geeignet ist. In seiner Arbeit geht es ja darum, Patienten mit Schizophrenie bei minimalem Einsatz neuroleptischer Medikamente mit einem intensiven, familien- und netzwerkzentrierten Ansatz zu begegnen. Als Familientherapeut entwickelte Jaakko Seikkula die Methode des offenen Dialogs, für den eine zuhörende und respektierende Einstellung gegenüber allen Beteiligten, und so natürlich auch gegenüber den Patienten kennzeichnend ist. Zusätzlich hat er auch das für die systemische Psychotherapie bekannte reflektierende Team eingesetzt. Das Ergebnis finde ich fantastisch. Krankenhaustage, Neuroleptikagabe und Arbeitsunfähigkeit reduzierten sich massiv (nachzulesen in Jaakko Seikkula, Dialoge im Netzwerk). Ich hoffe, dass wir es den nordischen Ländern eines Tages gleichtun.

Kerstin Dittrich

Sie sind ja, soweit uns bekannt, die deutschlandweit erste Ärztin, die mit Systemischer Therapie als Erstverfahren zur Facharztprüfung Psychiatrie und Psychotherapie zugelassen wurde. Das war kein einfacher Weg. Was war so kompliziert?

Maria Klocker

Es gab Aspekte, die einfach gelaufen sind und andere, die kompliziert waren. Mit der Bezirksärztekammer Südbaden verlief alles sehr unkompliziert. An sie geht an dieser Stelle ein Herzliches Dankeschön! – In der Weiterbildungsordnung für den Facharzt Psychiatrie und Psychotherapie werden Therapiestunden in einem wissenschaftlich anerkannten Verfahren gefordert – nicht Verhaltenstherapie oder Tiefenpsychologie, sondern in einem wissenschaftlich anerkannten Verfahren. Viele Ausbilder kennen jedoch die Weiterbildungsordnung (WBO) nicht so gut und wollen nur die bisherigen sogenannten Richtlinienverfahren zulassen.

Kerstin Dittrich

Und dann wurde es schwierig?

Maria Klocker

Kurz vor dem Einreichen meiner ganzen Zeugnisse erlebte ich, dass ein Chefarzt mich bei einem Prüfungsvorbereitungskurs in Deutschland vor 80 Kollegen zurechtwies: Mit systemischer Psychotherapie als Erstverfahren dürfe ich doch gar nicht zur Facharztprüfung antreten. Ich denke, dass war einer meiner schlimmsten Momente: Mir ging durch den Kopf, dass ich jetzt möglicherweise nochmals zwei Jahre Ausbildung in einer Klinik anhängen und die Kosten für eine zusätzliche Psychotherapieausbildung aufbringen müsse. Aber nachdem ich dem betreffenden Chefarzt die WBO vorgelegt hatte, gestand er seinen Irrtum ein.

Kerstin Dittrich

Waren die geforderte Selbsterfahrung und die Supervision auch problematisch?

Maria Klocker

Die geforderte Selbsterfahrung zu organisieren war unkompliziert. Da wurde ich vom Ausbildungsinstitut gut unterstützt; genau wie meine Kollegen in Deutschland, die mit mir in den Kursen in Heidelberg saßen und Systemische Therapie als Zweitverfahren gewählt hatten. Die Supervision konnte ich in meiner Klinik in der Schweiz absolvieren, die auch systemische Supervisoren zur Verfügung stellte. Ich empfehle Kollegen, die an Systemischer Therapie als Erstverfahren interessiert sind und ihre Ausbildungszeit überwiegend in Deutschland absolvieren, die Organisation einer systemischen Supervision mit der Ausbildungsklinik abzusprechen.

Kerstin Dittrich

Ja, Systemische Therapie spielt in der ärztlichen Fort- und Weiterbildung bislang leider nur eine marginale Rolle. Das deckt sich ja mit Ihren Erfahrungen.

Maria Klocker

Die Mühlen der Entwicklung mahlen hier in manchen formellen Gremien einfach etwas langsamer. Als kompliziert habe ich außerdem erlebt, dass bei der Zusatzweiterbildung „Psychotherapie-Fachgebunden“, die sich an fertige Fachärzte richtet, die Weiterbildung auf die Grundorientierungen psychodynamisch/tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie oder Verhaltenstherapie beschränkt ist. Das ist ein Widerspruch zur Weiterbildungsordnung „Psychiatrie und Psychotherapie“, für die alle wissenschaftlich anerkannten Psychotherapieverfahren zugelassen sind. Dieser Widerspruch ist schwer nachvollziehbar und sorgt auch immer wieder für Verwirrungen bei Ausbildern.

Systemische Psychotherapie noch nicht in den gängigen Lehrbüchern

Auch irritierend: Systemische Therapie ist seit 2008 wissenschaftlich anerkannt. Trotzdem wurde auch im Jahr 2016 auf großen Psychiatriekongressen in Deutschland von den zwei wissenschaftlich anerkannten Psychotherapieverfahren Tiefenpsychologie und kognitiver Verhaltenstherapie gesprochen. Obwohl es sehr viel Literatur über die systemische Psychotherapie gibt, hat sie keinen Eingang bisher in die gängigen Lehrbücher zum Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie gefunden.

Kerstin Dittrich

Würden Sie Studierenden trotzdem empfehlen, diesen Weg zu gehen?

Maria Klocker

Ja, unbedingt. Würde ich nochmals von vorne starten, würde ich wieder die Systemische Therapie als mein Erstpsychotherapieverfahren auswählen. Da ich aktuell in der Schweiz und in der Zukunft in Österreich arbeiten werde, stellt für mich die systemische Psychotherapie – auch was die Kassenzulassung angeht – keinen Nachteil dar. In Deutschland ist die Systemische Therapie jedoch noch nicht kassenzugelassen, was vermutlich manche Kollegen verunsichert. Schließlich will man von seinem gelernten Beruf auch leben können, ohne ständigen Kampf.

Kerstin Dittrich

Wie wird es mit Ihnen weitergehen? Wo arbeiten Sie derzeit?

Maria Klocker

Aktuell arbeite ich in einer niedergelassenen psychiatrischen Gemeinschaftspraxis etwa 500 Meter von der deutschen Grenze entfernt auf schweizerischem Boden in der Stadt Kreuzlingen. Ich habe einen traumhaften Chef, eine liebe Kollegin, die Psychologische Psychotherapeutin ist, und manchmal wuzeln bis zu zwei Therapiehunde in der Praxis herum. Die Arbeitsbedingungen könnten nicht schöner sein. Es gibt sehr wenig Bürokratieaufwand und die Patienten bekommen 90 Prozent der Therapiekosten gezahlt. Es ist wunderschön, hier so viele Freiheiten zu haben, die Erfolge in der Praxis zu sehen, wenn man so praktizieren kann, wie ich mir es aus vielen Ausbildungen zusammengestellt habe, und gleichzeitig weiter zu lernen.

Kerstin Dittrich

Was würden Sie in Ihrer beruflichen Zukunft gerne erreichen?

Maria Klocker

Ginge es im Leben nur um den Beruf, würde ich auf Ewigkeiten hier bleiben. Privat fehlt mir jedoch meine Heimat Österreich, der österreichische Schmah (Humor), die tiefe Herzlichkeit und Gastfreundschaft und meine Freunde. Deshalb plane ich im Jahr 2017 zurück nach Niederösterreich zu gehen. Ich überlege, mich dem Pionierprojekt von zwei langjährigen Freunden und Studienkollegen anzuschließen: dem „LebensGut Miteinander“. Dort plane ich, systemische Haltung und Werte nicht nur in der Psychotherapie zu verwenden, sondern auch einen Beitrag in einem Projekt zu leisten, das sich darum bemüht, auch Leben, Wohnen, Ernährung, Bildung und die Ressourcen unserer Erde wieder aus einem globalen und vernetzten Blickwinkel zu betrachten und mit Lösungen für den Alltag umzusetzen. Schließlich hat Gesundheit und Lebensqualität auch ganz viel mit diesen Aspekten zu tun. Jeder kennt die allgegenwärtigen Probleme: vereinsamte alte Menschen; Kinder, die ohne Bezug zur Natur aufwachsen und nicht wissen, wo ihr Essen herkommt und warum wir die Natur schützen sollten; Wertemangel, drohende Ressourcenknappheit.

Energie auf Lösungen lenken

Es geht mir darum, den Fokus und die Energie auf Lösungen zu lenken, statt permanent über diese Themen zu reden. Der Verein LebensGut Miteinander baut an solchen Lösungen. 2014 erhielten sie für ihr Lösungskonzept den niederösterreichischen Zukunftspreis in der Kategorie „Soziales und Generationen“, seit 2015 wird es aktiv aufgebaut und umgesetzt. Es lohnt sich, mal auf der Homepage www.lebensgutmiteinander.com oder noch besser vor Ort vorbei zu schauen. Unterstützer diverser Talente, Ausbildungen und jeglichen Alters sind herzlich willkommen! Vielleicht finden Sie mich in der Zukunft in der Gemeinschaftspraxis auf ebendiesem Hof.

Kerstin Dittrich

Frau Klocker, dabei wünschen wir Ihnen viel Erfolg, Spaß und Zufriedenheit! Vielen Dank für dieses Interview und alles Gute für die Zukunft.

Kerstin Dittrich ist Fachreferentin für Psychotherapie, Psychiatrie und Gesundheitswesen bei der DGSF