



*Da gehe ich hin –
da werde ich verstanden!*

Therapeutenkompetenz im Visier

In unserer Tempogesellschaft leiden viele Menschen an diversen Missempfindungen. Leistungsanspruch, Perfektionismus, Druck, mangelnder Selbstwert etc. lösen emotionales Geschehen aus, das sich dann im Körper in Form von Symptomen zeigt und manifestiert. Hinter psychosomatischen Beschwerden können sich ursächlich drei Komponenten verstecken: zukunftsbezogene Ängste, vergangenheitsorientierte Sorgen und vernachlässigte gegenwärtige Achtsamkeit. Ein erfolgreicher Therapeut verfügt über Schlüsselfaktoren, und zwar soziale, persönliche und fachliche Kompetenzen, die ihn für Hilfesuchende attraktiv machen.

Ich halte das nicht mehr aus!

Viele Menschen kennen das:

- Ärger mit dem Chef und der Blutdruck steigt.
- Man fühlt sich Angriffen schutzlos ausgeliefert – es entwickeln sich Magengeschwüre.
- Hat man viel um die Ohren, pfeift der Tinnitus in höchsten Tönen.
- Vergebung „unmöglich“: Längst vergangene Konflikte und in Folge Darmprobleme zeigen an, dass Loslassen das Thema wäre.
- Sie haben Beziehungsprobleme und oben-dreien eine lästige Schuppenflechte oder Allergie entwickelt.

Patienten wissen nicht, dass ein gutes Zeitmanagement Autoimmunerkrankungen vorbeugt.

Wenn die körperlichen Schmerzen und der emotionale Leidensdruck zu groß werden,

stellt sich die Frage: Zu welchem Therapeuten gehe ich? Wo werde ich verstanden? Wer kann mich kompetent unterstützen? Zu wem habe ich Vertrauen? Da gehe ich hin!

Was sind nun die Kompetenzfaktoren einer therapeutischen Unterstützung und Coaching-Begleitung? Was muss ein erfolgreicher Therapeut können, über welche Talente und Stärken muss er verfügen? Im Wesentlichen handelt es sich um die Bereiche der sozialen, persönlichen und fachlichen Kompetenzen. Idealerweise sind alle drei gut entwickelt, wobei erst mit der Ausbildung der sozialen und persönlichen Faktoren die fachlichen Fähigkeiten voll zur Geltung kommen.

Die zentrale Aufgabe eines Therapeuten ist es, einen Rapport zwischen Patient und Behandler herzustellen. Gemeint ist, dass er die entsprechenden therapeutischen Interventionen den Bedürfnissen, dem Verständnis und den Möglichkeiten des Hilfesuchenden anpasst. Der Patient soll das Gefühl haben, dass er als Mensch und sein Anliegen im Mittelpunkt stehen. Denn jeder möchte in seiner Befindlichkeit angenommen werden – ohne Bewertung seiner selbst und seiner Thematiken. Die Bereitschaft zur Zusammenarbeit und die Motivation zur Verhaltensänderung werden dann geweckt, wenn der Patient merkt, dass die vom Therapeuten vorgeschlagenen Behandlungs-Schemata oder Coaching-Impulse zu ihm passen.

Soziale Kompetenz Dazu gehört eine adäquate, verständliche Gesprächsführung. Die sprachliche Ausdrucksweise ist dem Wissens- und Intelligenzstand des Patienten anzupassen.

Kommunikative Fähigkeit Hier geht es darum, achtsam zuzuhören, das wahrzunehmen, was ist, und zu spüren, was fehlt. Im nächsten Schritt gilt es, gezielt nachzufragen anstatt Hypothesen aufzustellen und so dem Gespräch eine Struktur zu geben. Ein netter Smalltalk am Anfang öffnet die Kommunikationskanäle zwischen den Beteiligten, dennoch ist darauf achtzugeben, dass man sich nicht in Belanglosigkeiten verliert oder sich in die Geschichte des Patienten hineinziehen lässt und so die Gefahr einer Verzettelung besteht. Der Therapeut leitet den Patienten anhand von Coaching-Fragetechniken an, seine Handlungen und „Das-was-ihn-in-die-Krankheit-geführt-hat“ zu reflektieren, damit er selber zu einem Lösungsansatz kommt. Selbsterkenntnis ist die umsetzungsträchtigste Initialzündung für eine Verhaltensänderung.

Persönliche Kompetenz Das heißt: Wie schafft es ein Therapeut, auch nach dem achten Patienten noch dasselbe Engagement an den Tag zu legen? Persönliche Kompetenz zielt darauf ab, dass sich der Therapeut abgrenzen und balanciert bleiben kann. Dazu gehört auch das gelegentliche Nein-Sagen. Deshalb ist es wichtig, dass er seine Stärken

kennt und sie gezielt einsetzt. Für einen Ausgleich zwischen Aufbau- und Regenerationsphasen, zwischen Muss und Muße, ist ein gutes Zeitmanagement von Vorteil.

Ein souveräner Therapeut lebt nach der FREBS-Regel.

F – Er fokussiert sich auf das Wesentliche und kann Wichtiges von Dringlichem unterscheiden.

R – Er reduziert Unwesentliches oder delegiert es.

E – Er entschleunigt sein Arbeitstempo.

B – Er sucht die Balance zwischen work und life.

S – Er agiert selbstbestimmt, seinen Bedürfnissen gemäß.

Sind diese Voraussetzungen gegeben, strahlt der Therapeut Ruhe und Kompetenz aus. Verfügt er jetzt noch über das fachliche Wissen auf seinem Gebiet, wird er als engagiert und motiviert wahrgenommen. Wird der Patient zudem über die regelmäßigen Fortbildungen seines Therapeuten informiert, unterstreicht das die hohe Qualität des Behandlers.

Wissen in humorvolle Geschichten und Metaphern verpackt, gibt dem Gespräch einen heilsamen Unterhaltungsfaktor, und allein

dadurch kann der Selbstheilungsprozess angestoßen werden.

Therapeutenkompetenz durch Highspeed-Coaching

Therapeuten wollen wissen:

- Wie motiviere und stärke ich meine Patienten?
- Wie unterstütze ich sie bei zwischenmenschlichen Konflikten?
- Wie helfe ich ihnen, ihre Ziele zu erreichen oder Entscheidungen zu finden?

Werden die persönlichen, sozialen und fachlichen Kompetenzen mit Highspeed-Coaching-Fragen (z. B.: „Wofür genau brauchen Sie eine Lösung?“, „Welche Alternativen gibt es?“, „Wann geht es los?“) kombiniert, garantiert das einen zusätzlichen Behandlungserfolg.

Ziel eines jeden Therapeuten sollte sein, seinen Methodenkoffer mit Coaching-Tools für den Praxisalltag zu füllen: Tools für verschiedene Zielsetzungen, wie z. B. Entscheidungsfindung, Konfliktlösung, Zielerreichung, Veränderungen ansteuern oder Potenzialerkennung.

Moderne Therapeuten coachen, motivieren und behandeln ihre Patienten. Sie wissen, dass Personen mit einem starken Glauben an die eigene Kompetenz eine größere Ausdauer

bei der Bewältigung von Aufgaben aufweisen, weniger anfällig für Angststörungen und Depressionen sind und mehr Erfolg in Ausbildung und Berufsleben haben.

Dipl.-Päd. Doris Jäger

Naturheiltherapeutin,
Gesundheitscoach, Resilienztrainerin, Dozentin der Paracelsus Schulen, Naturheil- und Coachingzentrum, Wolfurt (Österreich)

office@nhp-jaeger.at



Seminare Therapeutenkompetenz durch Highspeed-Coaching, Kurzeittools für den Praxisalltag

Start	Ort
18.05.	Zürich
30.11.	Zürich

Alle Termine und weitere Infos auf www.paracelsus.de

Literatur

Seiwert, Lothar: Wenn Du es eilig hast, gehe langsam.

Hoos-Leistner, Heike & Balk, Michael: Gesprächsführung für Physiotherapeuten: Theorie – Techniken – Fallbeispiele.

Asgodom, Sabine: So coache ich.

Asgodom, Sabine: Lebe wild und unersättlich.