

Dr. Regine Tonfeld

Formen professioneller weiblicher Unterstützung – Supervision, Balint, Coaching

In allen Bereichen „gut sein“ – ein Anspruch, den Frauen häufig spüren, von anderen und vor allem von sich selbst. Als Ausdruck von Belastung und Überforderung treten körperliche und seelische Stressreaktionen auf, die Leistungsfähigkeit lässt nach, der Anspruch erhöht sich - ein Teufelskreis kommt in Gang. Der Wunsch nach hilfreicher Unterstützung wird wach ... In welcher Berufs- und Lebenssituation ist für Frauen welche Art professioneller Unterstützung sinnvoll, um kreative Potentiale freizusetzen?

In der Arbeitsgruppe, die sich aus Teilnehmerinnen unterschiedlicher Berufe zusammensetzte, stand das Interesse an professioneller weiblicher Unterstützung in spezifischen Berufs- und Entscheidungssituationen im Vordergrund. Auch die Frage, wie kann ich selber als Supervisorin oder Coach tätig werden, welche Bedingungen sind für Supervisionsarbeit nötig, wurde gestellt. Dazu wurde gesagt, dass es zusätzlich zu den Universitäten und Fachhochschulen ein großes Angebot von Bildungsinstituten in öffentlicher und privater Trägerschaft gibt, die eine Reihe von Qualifikationen in Teil- und Vollzeitmodulen anbieten. Es gibt je nach Herkunft und Lehrmeinung unterschiedliche Definitionen und Überschneidungen der Begriffe, die auch gesetzlich nicht geschützt sind:

Supervision - findet statt für Einzelpersonen, als qualitätssichernde Begleitung therapeutischer Arbeit, Teamsupervision, fallbezogene Supervision, berufsbegleitende Supervision, die sich in Häufigkeit und Dauer nach den unterschiedlichen Vereinbarungen zwischen Supervisorin und Supervisandin richtet. Wesentlich ist die erfahrene und fachliche Kompetenz der Supervisorin, eine ausreichende Distanz, um eine Reflexion des Handelns der Supervisandin zu ermöglichen. Hier steht die professionelle Arbeit im Vordergrund mit klaren Verhaltens- und Zielvorgaben.

Als **Coaching** wird im allgemeinen eine externe Einzelberatung mit Zielvorgaben für Menschen mit Führungsaufgaben verstanden. Hierbei ist die berufliche Weiterentwicklung, das Erarbeiten von neuen individuellen Zielen und Orientierungshilfen in komplexen Berufs- und Lebenssituationen ebenfalls Bestandteil.

Die **Balintarbeit** wurde in den fünfziger Jahren als Gruppenmethode in der Arbeit mit Hausärzten durch den Arzt und Psychotherapeuten Michael Balint entwickelt. Die gemeinsame

Reflexion und Assoziation der Teilnehmerinnen zum vorgetragenen Fall einer Ärztin-Patientin-Beziehung, die als schwierig erlebt wird, steht im Vordergrund. Die Fallschilderung löst bei den Teilnehmerinnen assoziativ Phantasien, Gefühle, Körperwahrnehmungen aus. Idealerweise wird dies in die Gruppe ohne Wertung und Zielorientierung eingebracht. So zeigen sich in den unterschiedlichen Wahrnehmungen der Gruppenteilnehmerinnen die verschiedenen Aspekte der vorgestellten Beziehung, die alle Teile der Problematik der Patientin sind. Im Dialog der Gruppe kommen diese wieder miteinander in Kontakt. So kann eine Weiterentwicklung der therapeutischen Beziehung erreicht werden. Bei allen drei Methoden bringt sich die Ratsuchende persönlich ein, eigene Anteile werden sichtbar und im Prozess ebenso reflektiert.

Im Diskussionsprozess der Arbeitsgruppe wurde deutlich, wie wenig Beurteilungen, Richtig- und Falschaussagen und negative Kritik weiterhelfen. Die Abgrenzung der unterschiedlichen Unterstützungsmethoden von therapeutischen Angeboten wurde erörtert. Deutlich wurde die Suche nach weiblicher Unterstützung, die sich in Ermutigen, Bestärken und Fördern zeigt. Der Wunsch nach weiblichen Vorbildern als Orientierungshilfe, als Lernen am Modell und auch als Abgrenzungsmöglichkeit konnte konkretisiert werden.

Auf der Suche nach weiblichen Kraftquellen

In der Gruppe wurde der Arbeitsansatz der geleiteten Visualisierung dargestellt und erfahren, um im eigenen biographischen Kontext nach bislang unterstützenden Menschen und Kraftquellen zu suchen. Innehaltend und im Leben rückblickend konnten so durch Visualisierung die bislang gemeisterten beruflichen und privaten Schwellensituationen betrachtet und die eigenen Wachstumsschritte wertgeschätzt werden. Hierbei den Fokus auf Unterstützerinnen und Begleiterinnen zu richten, war ein wesentlicher Bestandteil der Übung.

Die Imagination und der Dialog mit der *weisen Alten, die ich selber einmal werde*, waren ebenso Möglichkeiten, Lösungsansätze für aktuell komplizierte Situationen aufzuspüren. Durch diesen Perspektivenwechsel ließ sich eine entspanntere und liebevoll distanzierte Position zu sich selber und *der verdichteten Nahaufnahme des Lebens* herstellen. Der Dialog mit inneren und äußeren kraftgebenden weiblichen Figuren erschließt Ressourcen und eigene kreative Potenziale. Ergänzt durch die Arbeit mit externen Profi-Frauen können so neue Handlungsräume und Lösungen entwickelt werden.