

Gestaltung von Peer-Group-Sitzungen

Peergroup-Arbeit ist dazu gedacht,

- Gelegenheit zum Üben der Methoden zu geben
- Feedback zu bekommen
- Selbsterfahrung in der Arbeit mit dem Inneren Team bzw. die Bearbeitung eigener Themen zu ermöglichen
- Sicherer in der Selbst-Leitung zu werden.

Damit das möglich wird, brauchen Peer-Group-Sitzungen eine Struktur. Folgende Struktur hat sich bewährt:

- Anfangsrunde, um in Kontakt zu kommen und Themen zu sammeln.
- Entscheidung, welche Themen behandelt werden sollen. Dabei sollte die praktische Arbeit, also die Bearbeitung von Anliegen und das Üben im Vordergrund stehen.
- Behaltet beim Üben den Fokus ‚Selbst-Leitung‘ mit im Blick. TherapeutIn und BeobachterInnen sollten also darauf achten, wann bei der TherapeutIn oder dem Therapeuten ein Teil das Ruder übernimmt und ggf. kurz unterbrechen, um diesen beiseite zu bitten. Auch die BeobachterInnen und Beobachter sollten darauf achten, wann bei Ihnen innerlich Teile das Steuer übernehmen und diese beiseite bitten, um den Prozess mit möglichst viel Selbstenergie begleiten und aus dem Selbst heraus Feedback geben zu können.
- Nach jeder Arbeit sollte es zunächst eine Sharing-Runde für die ProtagonistIn geben (Was hat die Arbeit in mir ausgelöst? Wo bin ich gelandet? Was möchte ich Dir mitgeben?). Anschließend geht es um Feedback an den Therapeuten (Wie hat dieser selber sich erlebt? Wie hat der Klient die Arbeit erlebt? Was haben die BeobachterInnen wahrgenommen?).

Neben der Bearbeitung von Themen könnt Ihr natürlich auch Fragen besprechen – die Erfahrung zeigt jedoch, dass Peer-Group-Arbeit leicht eine Tendenz zum ‚Nur-drüber-Reden‘ bekommt, wenn Ihr nicht bewusst den Fokus auf praktische Arbeit legt.

Eine Peergroup besteht idealerweise aus 4-5 Personen – mit dieser Personenzahl habt Ihr genügend Personen, um die Rollen (TherapeutIn, KlientIn, BeobachterInnen) zu besetzen und auch dann arbeitsfähig zu sein, wenn mal jemand krank ist. Ihr braucht mindestens 2 Stunden für eine Peer-Group-Sitzung dieser Art, besser sind 3 oder 4 Stunden. Auch längere Blocktreffen sind möglich, wenn sich das besser organisieren lässt. Wenn Präsenztreffen nicht realisierbar sind, sind auch Online-Treffen möglich.

Wir raten dazu, dass im Wechsel immer jemand die Sitzung leitet und auf Struktur und Zeit achtet. Insgesamt wäre es gut, wenn alle Rollen wechseln, wenn sich also jede/r sowohl in der TherapeutInnen- als auch der KlientInnenrolle erprobt.

Nicht zuletzt sind stabile und vertrauensvoll zusammenarbeitende Peergroups von großem Wert als kollegiales Netz über die Weiterbildung hinaus.

Für eine Zertifizierung im Psychotherapie-Zweig braucht Ihr 20 Peergroup-Stunden. Bitte führt zum Nachweis der Peergroup-Stunden eine Liste, die Ihr dann mit den Zertifizierungsunterlagen einreicht. Vordruck findet Ihr hier: https://www.integrative-teilarbeit.de/wp-content/uploads/2020/10/Peergroup_NachweisVorlage.pdf

Bei Fragen gerne melden!