

Supervision als Beratungsformat im psychosozialen Bereich

Wer beratende Unterstützung sucht, sei es für sich selbst, sei es für ein Team, merkt schnell, dass der Begriff »Supervision« schillert. Nicht immer ist ganz klar, was genau gemeint ist und wie sie sich von anderen Beratungsformen wie dem Coaching abgrenzt.

Eine (Begriffs-)Klärung von **Katrin Maier**

Teamsitzung bei einem großen Träger der Eingliederungshilfe. Eine Kollegin berichtet von einem für sie sehr schwierigen Fall, der ihr zudem sehr naheging; sie ist sichtlich bewegt und aufgewühlt. Schließlich sagt eine Kollegin zu ihr: »Ich glaube, wir sollten in der Supervision weiter drüber reden. Ich habe den Eindruck, du brauchst noch mehr Feedback und Unterstützung.« Doch was genau kann denn im Beratungsformat der Supervision anders besprochen werden als in einer Teamsitzung oder der kollegialen Fallberatung? Die Berufsbezeichnung »Supervisor« oder »Supervisorin« ist bislang nicht geschützt. Dieser Artikel nähert sich dem Begriff und vor allem der Tätigkeit daher an, indem er zunächst die Entwicklung der Supervision in Deutschland nachzeichnet und dann ihre Ziele in den Blick nimmt.

Supervision in Deutschland

Der Begriff »Supervision« leitet sich aus dem Lateinischen ab und bedeutet »von oben betrachten«. Die/der Supervisor:in ist also jemand, der bzw. die mit dem Team gemeinsam auf das Arbeitsgeschehen schaut; die/der Supervisor:in ist nicht Teil des Teams. Nur so wird eine kontinuierliche Reflexion der Berufsrollen möglich. In der Supervision wird heute, durch die/den Supervisor:in angeleitet, die Tätigkeit der Supervisand:innen in einem geschützten Raum gemeinsam reflektiert.

Die Deutsche Gesellschaft für Supervision und Coaching e.V. (DGSv) definiert die Tätigkeit als »Beratung für Personen und Organisationen, deren eigene primäre Aufgabe die Arbeit mit und am Menschen ist und die deshalb immer wieder ihre professionelle Position in der Spannung zwischen Nähe und Distanz zu ihren Klient:innen neu finden müssen.«

Als Beratungsformat ist die Supervision in Deutschland vor allem im Kontext sozialer Arbeit entstanden. Sie wurde ursprünglich insbesondere von Menschen, die im weitesten Sinne in helfenden Berufen tätig sind, in Anspruch genommen. Die Supervision konnte sich nach ihrem Start auch in vielen anderen Bereichen etablieren; zu nennen sind hier beispielsweise Schule, Justiz oder Wirtschaftsunternehmen. Im Fokus steht die Schnittmenge von Person, Organisation und Profession.

Auswahl der Supervision

Mit der Supervision werden mehrere Ziele verfolgt: Einerseits will sie Qualität und Professionalität fördern; andererseits soll sie entlastend wirken und die Arbeitszufriedenheit erhöhen. Um diese Aufgaben zu erfüllen, sollte sie in den oben genann-

ten Berufsgruppen in Teams oder Berufsgruppen möglichst regelmäßig (und nicht nur im Krisenfall) stattfinden.

Dabei kann flexibel gehandhabt werden, ob sie im Einzelgespräch oder in einer Teamsitzung, vor Ort oder durchaus auch digital durchgeführt wird. Das Format an sich ist flexibel. Ich selbst betreue zum Beispiel eine bundesweite Onlinegruppe für gesetzliche Betreuer als Supervisorin. Jedes Format hat Vor- und Nachteile, die abzuwägen sind. Die persönliche Beratung ist sicher direkter und kann individueller erfolgen; das Onlineformat hat wiederum den Vorteil, dass es auch kurzfristig und über weitere Entfernungen eingesetzt werden kann.

Die Supervision ist mittlerweile schon weit fortgeschritten, sich als eigene Berufsgruppe zu professionalisieren. Wie eingangs erwähnt, ist jedoch der Titel Supervisorin/Supervisor nach wie vor nicht geschützt. Bei der Suche nach einem geeigneten Supervisor für seine (therapeutische) Arbeit sollte also auch der Ausbildungshintergrund abgefragt werden. Eine Zertifizierung durch den Berufsverband DGSv und die dortige Mitgliedschaft erfordern höchste Standards.

Auch die »Schule«, aus der die Person, die die Supervision durchführen soll, kommt, sollte ebenfalls nicht außer Acht gelassen werden. Hier empfiehlt sich zum Beispiel für die Arbeit mit Teams eine systemische Ausbildung der Supervisorin oder des Supervisors, die die gesamte Gruppe und deren Beziehungen untereinander besonders berücksichtigt. Ebenfalls kann der ursprüngliche Ausbildungshintergrund von Interesse sein: Eine Person, die aus dem theologischen Bereich kommt, unterscheidet sich eventuell in puncto »Feldkompetenz« von jemandem, der aus dem psychiatrischen oder pädagogischen Bereich kommt und dort bereits Berufserfahrung sammeln konnte. Wie bei einer Therapie auch ist der ausschlaggebende Faktor für die Wahl des richtigen Supervisors jedoch der positiv erlebte Kontakt zur Person.

Kommen wir zurück auf die eingangs skizzierte Situation: Im Rahmen der Supervision erfährt die Mitarbeiterin in diesem geschützten Raum beim Berichten ihrer erlebten schwierigen Berufssituation eine Entlastung; gleichzeitig reflektieren die Gruppe und die/der Supervisor:in das Erlebte. Die Entschleunigung und Perspektiverweiterung durch das Berichten zugepunkteter Situationen, in denen Menschen sich nicht mehr als handlungsfähig erlebt haben, sind eine relevante Komponente im Supervisionsprozess. In vielen Fällen erarbeitet sich die/der Supervisand:in so ein Repertoire an neuen Handlungsoptionen, die sie oder ihn wieder empowern, in den kommenden Berufssituationen agieren zu können.



Unterstützung erfahren: wichtiger Bestandteil der Supervision

Besondere Herausforderungen im psychosozialen Bereich

Wer im psychosozialen Bereich arbeitet, ist vielfach im besonderen Maße Belastungen ausgesetzt. Daher ist die Supervision gerade hier ein wichtiges Element der Gesunderhaltung. Aus diesem Grund wird Supervision sogar von der zuständigen Berufsgenossenschaft zur Erhaltung der psychischen Gesundheit der Mitarbeitenden empfohlen.

Das besondere Maß an Belastung begründet sich einerseits dadurch, dass es im psychosozialen Bereich häufiger als bei anderen Tätigkeiten zu verbalen oder tätlichen Übergriffen und zu emotionaler Inanspruchnahme kommt. Andererseits bleibt es nicht ohne Folge, dass eine große Zahl psychisch erkrankter Personen schwere Schicksale oder Traumatisierungen erlebt haben. Bei der Interaktion von Betreuten und Betreuer:innen in diesem Feld kann es leicht zu sogenannten Sekundärtraumatisierungen kommen. Das bedeutet, dass durch die von den Betreuten geschilderten Bilder bei den Betreuer:innen ebenfalls traumatische Eindrücke entstehen oder bereits vorhandene Traumata getriggert werden können. Die Entlastung in einer ebenfalls möglichst traumasensibel stattfindenden Supervision kann dieser Sekundärtraumatisierung aktiv entgegenwirken.

Zudem ist anzumerken, dass sogenannte »ichnahe Tätigkeiten« (Tätigkeiten, bei denen Personen mit ihrer Persönlichkeit arbeiten) Menschen in besonderer Weise fordern. Die Betreuung von Menschen im psychiatrischen Feld mit häufig generell herausfordernden Verhaltensweisen ist anspruchsvoll und kann ebenfalls zu Stress und als kritisch erlebten Situationen führen. Hier ist es besonders wichtig, das eigene Verhalten und die herausfordernde Situation zu beleuchten, um dem Stress zukünftig entgegenwirken zu können. Dies geschieht zum Beispiel, wenn über eine Supervision eine neue Haltung zur Situation entwickelt wird.

Schlussendlich kann auch die Teamarbeit in diesem Bereich besonderen Belastungen unterliegen. Hier kann Supervision dazu verwendet werden, mit bestimmten Methoden und Tools Zusammenhalt und Kommunikation zu verbessern und zu stärken. Bereits beim Mitteilen der eigenen Verfassung, Sorgen und Nöten in der »Eingangsrunde« einer Supervision kann in diesem ruhigen und geschützten Rahmen mehr Verständnis füreinander entstehen. Diese Qualitäten wiederum unterstützen die Mitarbeitenden auch, wenn sie zurück im Arbeitsalltag sind, weil sie dort auch ohne das Setting der Supervision miteinander besser interagieren.

Von Mitarbeitenden wird häufig berichtet, dass schon der Gedanke an und die Möglichkeit der Delegation einer Bearbeitung betroffener machender oder Emotionen auslösender Erlebnisse in die Supervision ihnen Entlastung im Alltag verschafft. Oder, um es mit den Worten einer Teilnehmerin an der Supervision zu sagen: »Ich kann hier zur Ruhe kommen, auftanken und bin selbst im Fokus, vor allem auch, wenn ich bei meiner Arbeit selbst Hilfe benötigen sollte.«

Katrin Maier hat Sozialpsychologie studiert (B. A.) und ist systemisch ausgebildete Supervisorin, Beraterin und Coachin aus Berlin mit einem Hintergrund als Fachkrankenschwester für Psychiatrie und Psychotherapie.



Leonie Baltruweit

Schwere Zeiten im Wunderwald

Ein Kinderfachbuch für Geschwister von Kindern mit schwerer Erkrankung oder Behinderung



Im Wunderwald gibt es viele alte Bäume, hinter denen man sich prima verstecken kann. Das spielen die Tierkinder besonders gern. Doch als das Rehmädchen Millie plötzlich zusammenbricht, machen sich alle große Sorgen. Hase Toni fragt sich: Wird sie sterben? Und Fuchs Lasse hat Angst, dass er schuld an Millies Krankheit ist. Zum Glück gibt es die weise Frau Schildkröte, die den Kindern hilft, ihre Gedanken und Gefühle zu erkennen und damit umzugehen.

Wenn ein Kind schwer erkrankt oder eine Behinderung hat, treten Geschwister oft in den Hintergrund. Dieses Kinderfachbuch widmet sich konkret deren Gefühlen und Bedürfnissen. Im Fachteil für Erwachsene erläutern Expertinnen, welche besonderen Bedürfnisse Geschwister haben und wie sie beachtet und gestärkt werden können. Für Kinder ab 3 Jahren.

„Eine knappe Zusammenfassung ist schwierig, da das Buch so vielseitig, liebevoll geschrieben und illustriert ist, viele Fachinformationen beinhaltet, Unterstützung für Eltern und Bezugspersonen bietet, die Gefühle von Geschwisterkindern im Blick hat, das Ziel verfolgt, Familien zu stärken sowie seinen Blick auf die eigenen Besonderheiten und positiven Eigenschaften zu legen – und noch ganz viel mehr. Für mich ist das Buch ein Geschenk!“

Sina Elflein, epiKurier 3/2023

1. Auflage 2023
67 Seiten, 24 Euro
ISBN 978-3-86321-629-0