

# Christina Lenz

## Mein AST-Alltag

### Eindrücke einer AST-Therapeutin

**S**eit einigen Jahren komme ich fast jeden Donnerstag zu AST. Viele Therapiestunden, viele Klientinnen und Klienten, viele Studierende, Vorbesprechungen, Nachbesprechungen, viele Fragen, einige Antworten, das ist das, was meinen AST-Alltag ausmacht.

Vor sechs Jahren gab es ein Telefonat: die Lehranstalt mit einer Anfrage – und einer Zusage meinerseits, und viel Freude damit.

Seit damals führe ich mit Klientinnen und Klienten, die in den unterschiedlichsten Lebensphasen und Krisensituationen stecken und mit ihren unterschiedlichen Charakterzügen, Glaubenssätzen und Erfahrungen unterschiedlich reagieren, therapeutische Gespräche zu den verschiedensten Themen. Ich versuche, ihre Probleme zu verstehen, die Schwere und das Ausmaß wahrzunehmen und sie mit meiner Art auf ihrem Weg zur Lösung, zum Ziel hin, zunächst zu führen und danach zu begleiten. Ich versuche, ihnen trotz der Video-Aufzeichnung und der Studierenden hinter dem Einwegspiegel Sicherheit zu geben – Sicherheit, dass sie sich mit mir in einem geschütztem Rahmen, einem, für sie überblickbaren Raum befinden, in dem sie sich mit ihrer Not gefahrlos öffnen, in dem sie ihr Leid mit mir teilen können und in dem ihnen meine uneingeschränkte Aufmerksamkeit zuteil wird: alles etwas, das in diesem Setting – Klientinnen, Klienten, Studentinnen, Studenten, Einwegspiegel, Kamera – nicht selbstverständlich sein muss, von außen betrachtet, oder wie es zumindest auf den ersten Blick vermutbar wäre.

Während ich das versuche, sitzen Studierende hinter dem Einwegspiegel und beobachten, mehr oder weniger konzentriert, mein Tun. Ich stelle mich zum „live-learning“ zur Verfügung. Keine ideale Theorie, keine reflektierten oder verzierten Fallge-

schichten. Sie sehen mich pur. Ich zeige mich mit meinen Stärken und Schwächen, mit meiner Kraft und meiner Müdigkeit, mit meiner Ausdauer und meiner Ungeduld, mit meinen Möglichkeiten und meinen Grenzen, mit dem, was ich bin und dem, was ich nicht bin, beruflich und auch persönlich. Und das alles kann befragt, und einiges davon auch beantwortet werden.

Ich stelle mich mit meinem Tun und meinem Sein innerhalb der Grenzen der Verschwiegenheit einer gewissen Öffentlichkeit zur Verfügung. Zunächst der kleinen Öffentlichkeit, die sich in der AST-Gruppe ergibt. Darüber hinaus entwickelt sich eine etwas größere Öffentlichkeit, in der Studierende über das Beobachtete in ihren anonymisierten Therapieprotokollen oder den Supervisionen ihren Lehrerinnen und Lehrern und ihren Kolleginnen und Kollegen berichten. Eine etwas größere Öffentlichkeit, zu der ich keinen Zugang mehr habe. Und schließlich entsteht eine noch größere Öffentlichkeit, wenn einzelne Gespräche, herausgenommen aus dem gesamten Therapieprozess und erneut ohne mein Beisein, in anderen AST-Gruppen als Video-Aufzeichnung gesehen werden, wenn dort geplante KlientInnen-Termine ausfallen.

Ich stelle mich dafür zur Verfügung, weil ich glaube, dass Studierende davon lernen können. Ich glaube, dass es gut ist, an Gelingenem und an Verfehltem zu lernen; ich glaube, dass es gut ist, in emotionaler Sicherheit zu lernen – emotionale Sicherheit, die sich auch durch die emotionale Nähe des Lernens in stabilen, lehrgängeübergreifenden Kleingruppen für zumindest ein Jahr ergibt, die sich durch die Gewissheit, Fragen stellen zu können, In-Frage stellen zu können, verstärkt.

AST ist für mich damals eine neue Herausforderung gewesen. Der Ablauf drei Mal pro Donnerstag: Die Vorbesprechung der ersten Therapieeinheiten, die Studentinnen



**MAG. A DR. IN**  
**CHRISTINA LENZ** ist  
Psychotherapeutin  
SF, leitet seit  
September 2011 die  
Donnerstag-AST-  
Gruppe, ist Lehrtherapeu-  
tin an der Ia:SF  
und in freier Praxis  
tätig.

und Studenten mit ihren Persönlichkeiten und Fragen auf der einen, danach die Klientinnen und Klienten mit ihren Persönlichkeiten und Themen auf der anderen Seite des Spiegels. Und schließlich konnte ich bei der Nachbesprechung der Therapieeinheit die Studentinnen und Studenten mit ihren Persönlichkeiten und Beobachtungen begleiten.

Ich wechsle, ich wandle mich, ich denke vor, ich denke mit, ich denke nach, ich führe, ich begleite, ich leite, ich höre, ich spreche, und manchmal atme ich auch durch. Vorher oder nachher. Oder vorher und nachher. Mittlerweile ist das alles für mich eine gewohnte Herausforderung. Die Herausforderung ist geblieben. Daran lerne und wachse ich, in meiner beruflichen Rolle, in meiner privaten Persönlichkeit, mit meinen Fragen, mit meinen Antworten, in meinem Sein und in meinem Werden. Wachsen. Lernen. Die einen, die anderen und auch ich. Wir gemeinsam.

AST ist für mich ein großer Teil meiner Arbeitswoche: jeden Donnerstag für sechs Stunden vor Ort, jeden Mittwoch Vorbereitung zu Hause, immer wieder. AST ist für mich ein großer Teil meines Arbeitsalltags: neue Herausforderung, gewohnte Herausforderung, Herausforderung, Geben, Nehmen, Wachsen, immer neu, immer bunt.

Mit den Wochen, Monaten und Jahren bin ich hineingewachsen, mit den vielen Fragen der Studierenden an mich bin ich herangewachsen, sie wachsen durch ihre Beobachtungen, ich wachse durch ihre Fragen und die Klientinnen und Klienten wachsen auf ihre Weise. AST bietet vielen Menschen, oder sogar allen Beteiligten die Gelegenheit und die Zeit zum Wachsen.

Die Herausforderung zum Wachsen.

Ich mag Herausforderung.

Und ich mag AST.

# ambulante systemische therapie

Ein Therapieangebot der la:sf, das für die KlientInnen **kostenlos** ist und unseren Studierenden die Möglichkeit gibt, systemische PsychotherapeutInnen vor dem Spiegel bei der Arbeit zu sehen und damit ihrer **Praktikums-pflicht** nachzukommen. Die psychotherapeutischen Gespräche finden – je nach Erfordernis – mit Paaren, Familien oder Einzelpersonen statt. Ein Unkostenbeitrag von € 22,- pro Therapieeinheit wird erbeten (Refundierung über die Krankenkasse ist möglich). Vertraulichkeit und – nach Wunsch – Anonymität werden gewährleistet.

## THERAPEUT/INNEN UND THERAPIEZEITEN



### DR. GERALD BINTER

Psychotherapeut  
Montag 14–20 Uhr



### MAG.ª SIGRID BINNENSTEIN

Psychotherapeutin  
Dienstag 13–19 Uhr



### DR. KONRAD P. GROSSMANN

Psychotherapeut  
Mittwoch 13–19 Uhr



### MAG.ª DR.ª CHRISTINA LENZ

Psychotherapeutin  
Donnerstag 13–19 Uhr

Telefonische Voranmeldung erforderlich!

## AMBULANTE SYSTEMISCHE THERAPIE

A-1130 Wien, Trauttmansdorffgasse 3A

Tel.: +43-1 478 63 00, Fax: +43-1 478 63 00-63

E-Mail: office@la-sf.at, www.la-sf.at



## MEDIADATEN:

### Medieninhaberin und Herausgeberin:

Lehranstalt für systemische Familientherapie der Erzdiözese Wien für Berufstätige, 1130 Wien, Trauttmansdorffgasse 3a, Tel. (+43-1) 478 63 00, Fax (+43-1) 478 63 00-63, www.la-sf.at, Kontakt: haberlehner@la-sf.at

Qualitätsrahmen für die Erwachsenenbildung in Österreich

### Systemische Notizen:

Fachzeitschrift der Ausbildungseinrichtung la:sf für Studierende, AbsolventInnen, Interessierte: Fachspezifikum systemische Familientherapie, Zeitschrift für systemische Familientherapie, systemische Praxis und Forschung

**Redaktion:** Mag.ª Dr.ª Iris Seidler, DSA<sup>in</sup> Brigitte Lassnig, Christina Haberlehner

**Für den Inhalt verantwortlich:** Dir. DSA<sup>in</sup> Ina Manfredini

**Druckauflage:** 750

**Erscheinungsweise:** 4x jährlich (März, Juni, Oktober, Dezember)

**Redaktionsschluss 2017:** 1. März, 15. Mai, 5. September, 13. November

**Layout, Herstellung:** Lena Manfredini

**Druck:** digiDruck GesmbH, Wien

**Abonnementpreise:** Für Studierende im Semesterbeitrag inkludiert, für AbsolventInnen der la:sf € 12,-, für Interessierte € 16,- für vier Ausgaben. Die Abo-Verlängerung erfolgt mit Einzahlung des Jahresbeitrages. Erlagscheine dafür werden jeweils der Dezemberausgabe der Fachzeitschrift beigelegt.

Abbestellungen schriftlich bis einen Monat vor Ende des Bezugsjahres

**Einzelpreis:** € 4,-, Sondernummer 25 Jahre Lehranstalt für systemische Familientherapie (166 Seiten, gebunden): € 11,-

**Anzeigenpreise:** 1/1 Seite € 110,-, 1/2 Seite € 55,-, 1/4 Seite € 28,-

**Copyright:** Alle Rechte vorbehalten, Copyright © Lehranstalt für Systemische Familientherapie der Erzdiözese Wien für Berufstätige. Nachdruck, auch auszugsweise, Aufnahme in Online-Dienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-ROM, DVD-ROM etc. nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder.

Die in dieser Zeitschrift veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Trotz sorgfältiger Bearbeitung kann für die Richtigkeit und Vollständigkeit des Inhalts keine rechtliche Gewähr geleistet und keine Haftung übernommen werden.