

Infoabend

# Supervision & Mentoring

*& Fallsupervision*

Dipl.-Psych. Ariane Jankowski  
Dozentin für moderne  
Verhaltenstherapie

# Überblick

## Was erwartet dich heute?

- ❖ Herausforderungen in der Praxis
- ❖ Mögliche Ursachen für fehlenden Therapieerfolg
- ❖ Wie können wir die Wahrscheinlichkeit für Therapieerfolg steigern?
- ❖ Warum sind regelmäßige Supervisionen für die Praxis wertvoll und wichtig?
- ❖ Möglichkeiten wie du regelmäßig **Supervision und Mentoring** bei mir machen kannst.
- ❖ **Gemeinsames Erarbeiten meines Prüfungsfalles :)**
- ❖ **Q & A**

**Es wird eine Aufzeichnung und ein Handout geben :)**

# Über mich

- ❖ Ariane Jankowski
- ❖ Dipl. Psychologin
- ❖ approbierte Verhaltenstherapeutin
- ❖ Dozentin für moderne VT
- ❖ Ausbildungsleiterin für ACT & Schematherapie
- ❖ Selbsterfahrung Begleiterin ♥
- ❖ Supervisorin



## Herzensmission:

**Expertise & Authentizität in der therapeutischen Praxis verbinden**

# Herausforderungen in der Praxis

- Stagnation
- Wir drehen uns mit dem Klienten im Kreis
- keine Veränderung
- Verschlechterung des Zustandes
- Mangelnde Erfolge
- Unzufriedene Klienten



# Mögliche Ursache von mangelndem Therapieerfolg – *WISSEN*

## ❖ **Fehlendes Wissen**

- Mangelndes Wissen über die Störung und ihre genaue spezifische Behandlung.
- Fehlende Informationen zu wahren Ursachen, aufrechterhaltenden Faktoren & Risikovariablen

## ❖ **Unklare Diagnose**

- Falsche Diagnose führt zur falschen Behandlung und folglich zur fehlendem Therapieerfolg
- Unentdeckte Komorbiditäten, die den Therapieprozess stören.



# Mögliche Ursache von mangelndem Therapieerfolg – *STRUKTUR*

## ❖ **Arbeiten ohne klaren Plan**

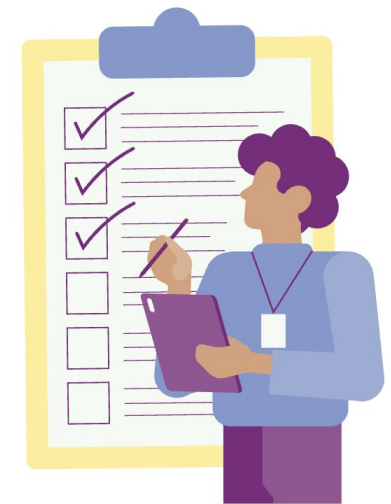
- Viele verlassen sich rein auf ihre Intuition und springen von einer Technik zur nächsten – ohne zu wissen, ob sie Sinn ergeben oder zusammenpassen.

## ❖ **Fehlender roter Faden**

- Es gibt keine klare Strategie, wie Klienten systematisch von A nach B gebracht werden (hüpfen von einer Sitzung zur nächsten).

## ❖ **Unsicherheit bei der Methodenauswahl**

- Willkürliche Reihenfolge der Behandlung.
- unpassende Wahl der Methode oder Technik



# Mögliche Ursache von mangelndem Therapieerfolg – *PERSÖNLICH*

## ❖ **Persönliche Gründe**

- Unbewusste Aktivierung von Gegenübertragung oder eigenen (Trigger) Themen.

## ❖ **Unbewusste Ängste**

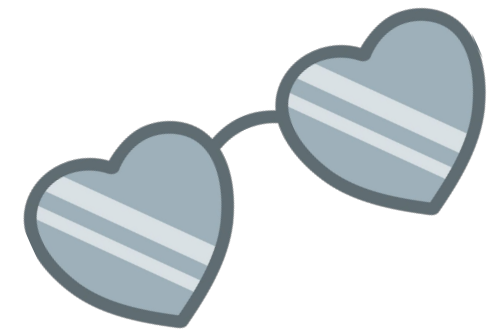
- oder Blockaden, mit den Klienten wirklich emotional tief zu gehen und relevantes zu aktivieren.

## ❖ **Blinde Flecke während der Therapie**

- Klient wird in unbewusste Therapieschubladen gesteckt (Präsente Störungen/ Therapieverfahren oder Techniken).

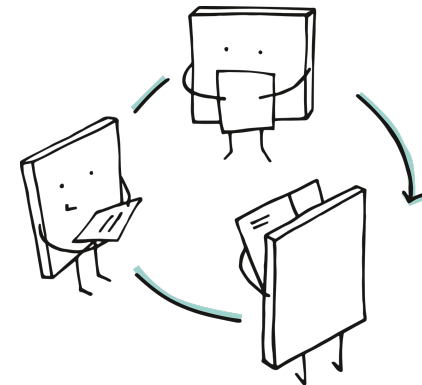
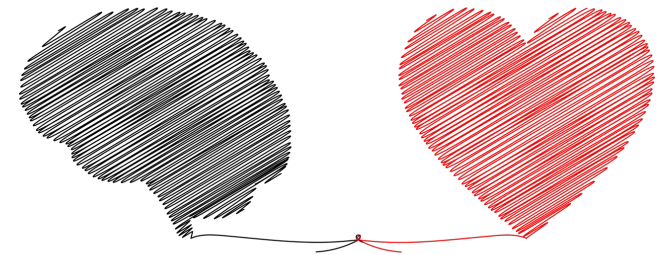
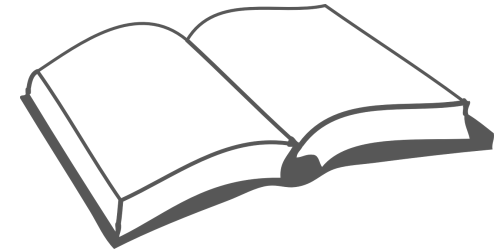
## ❖ **Isolation in der Praxis**

- Überforderung bei (komplizierten) Fällen, keine Hilfe bei Fragen oder Unsicherheiten. Keine Impulse, kein Feedback, ob wir auf dem richtigen Weg sind.



# Was hilft?

- ❖ Expertise zu den Störungen und ihrer Behandlung
- ❖ Strukturierte Therapie und Behandlungspläne
- ❖ Regelmäßige Erfolgskontrolle + Anpassung
- ❖ Gute Beziehung zum Klienten mit Raum für ehrliches Feedback
- ❖ Selbsterfahrung, eigene Therapie, Coaching
- ❖ Intervisionsgruppen
- ❖ Regelmäßige Supervision für den “Blick von Außen”





Was sind eure Erfahrungen?

# Warum ist Supervision wichtig?

## Diskrepanz zwischen Theorie und Praxis

- Wir lernen viel in Ausbildungen, Workshops, Weiterbildungen und aus Büchern.
- Die Realität sieht in der Praxis aber oft ganz anders aus, da wichtige Variablen beim theoretischen Lernen nicht mitberücksichtigt werden:
  - Persönlichkeit des Klienten
  - Persönlichkeit des Therapeuten
  - Interaktion in der Beziehung
  - Faktor X

→ Supervision kann helfen diese Diskrepanz zu minimieren



Ich lade euch ganz herzlich ein ♥

# Monatliche Supervision & Mentoringsgruppe

## Supervision

1. Wir besprechen Praxisfälle Schritt für Schritt (eure oder meine)
2. Stellen passende strukturierte Therapieziele auf
3. Besprechen Diagnosen, Komorbidität und was zu beachten wäre
4. Entwickeln störungsspezifische & übergreifende Behandlungspläne
5. Schauen uns mögliche Herausforderungen und Vorgehensweisen an

## Mentoring

### **Wir haben ebenfalls Raum für persönliche Themen**

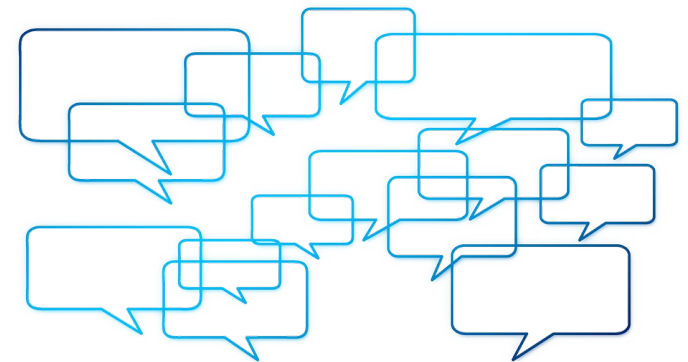
- Eigene Trigger während der Therapie
- Therapieabbrüche
- Degradierung durch den Klienten
- Schwierigkeiten im persönlichen Umfeld

# Was hast du davon?

- **Klarheit und nachhaltiger Erfolg in der Fallarbeit:**  
Du lernst, Klientenfälle strukturiert zu analysieren und gezielt zu planen, so wird deine Arbeit nicht nur strukturierter, sondern auch nachhaltiger und erfolgreicher.
- **Sicherheit in der Methodenauswahl:**  
Wir entwickeln gemeinsam einen roten Faden für deine Behandlungen, passend zur Störung und den individuellen Bedürfnissen des Klienten.
- **Umgang mit schwierigen Klienten und emotionaler Belastung:**  
Wir entwickeln Strategien, um in belastenden Situationen handlungsfähig zu bleiben, dich selbst zu stärken und abzugrenzen, sodass du schwierige Situationen mit mehr Ruhe und Souveränität meisterst.

# Was hast du davon?

- **Selbstreflexion und Selbsterkenntnis:**  
Raum für persönliche Reflexion, um als Therapeut\*in deine eigenen Muster, Trigger und blinden Flecken zu erkennen und gezielt daran zu arbeiten.
- **Inspiration, Austausch & neue Perspektiven:**  
Profitiere von den Erfahrungen der Gruppe, vernetze dich mit Kollegen und finde emotionale Unterstützung und neue Blickwinkel.
- **Zusammen komplexe Klientenfälle lösen:**  
Entwickle differenzierte Analysen und finde gemeinsam mit der Gruppe Lösungen für herausfordernde Klientenfälle.



# Monatliche Supervisions- und Mentoringsgruppe

❖ **Wann:** Jeden 2. Montag im Monat, von 17 bis 20 Uhr

❖ **Wo:** Online über Zoom

❖ **Termine:**

13.01.2025

10.02.2025

10.03.2025

14.04.2025

12.05.2025

09.06.2025

❖ **Kosten:**

➤ Einzelsitzung für **99 €**

➤ 6 Sitzung im Bundle für **69 €** pro Sitzung, ihr spart 180 Euro (**414 €**)



## **BONUS** für Bundle



→ **Exklusive Telegruppe** für Fallbesprechung und Austausch auch zwischen den Supervisionssessions, mit **persönlichen Impulsen** und Feedback von mir für jeden vorgestellten Fall & **Aufzeichnungen**

# Fallbeispiel



Zeit für eure Fragen

