

Psychotherapeut. Ein Beruf für Jungs ?

Die Info zum Boys Day 2019 im Haus der Psychologie, organisiert vom Berufsverband Deutscher Psychologen und Psychologinnen und der Psychologischen Hochschule Berlin (PHB).

Hallo Jungs!

Der Boys Day ist eine super Sache, und es ist gut, dass er auch an einem Ort stattfindet, an dem Psychologie gelehrt wird. Ich gebe Euch hier einige Hinweise. Im unserem Beruf Psychotherapeut zeichnet sich seit etwa zehn Jahren die Entwicklung ab, dass der Anteil der Männer von jetzt ca. 40% auf 10% rutschen wird, was für die Patienten bedeutet 9 Frauen : 1 Mann. Das liegt an den Bewerbungen. Immer weniger Männer finden den Beruf Psychotherapeut interessant oder attraktiv. Die Berufsverbände haben diese Entwicklung mit einiger Sorge zum Thema gemacht. Meine Absicht ist es aber nicht, das Gesundheitswesen zu retten oder euch zu überreden, Psychologie zu werden, sondern der Berufsverband will nur eins - euch das Angebot machen, überhaupt in Betracht zu ziehen, ob so etwas zu euch passt. Also vielleicht das Unmögliche einmal in Gedanken zulassen? Denn ich darf vermuten, dass einige nicht mal im Traum darauf kommen. Warum? Nun - ein Grund ist der:



Was sehen wir? Frauen, die „nach innen“ schauen. Spricht das Jungs an? Nein. Die sechs Bilder sind die aktuellen Titel der Zeitschrift «Psychologie Heute» von 2019. Der Stil: Glückliche und verträumte Frauen. Spannend? Nö



Hier seht Ihr zwei andere Zeitschriften. Das Leitbild ist eher die Powerfrau, hier links zu sehen. Die Powerfrau korrigiert das verträumte Bild etwas, dafür sind die Titelseiten weniger anspruchsvoll. Männer? Fehlzeige. Viel Spaß beim Suchen. „Ich lausche in mich“ ist halt nichts, was Jungs wirklich bewegt.

Deshalb ist wichtig zu wissen: Das Bild, welches diese psychologischen Zeitschriften vermitteln, ist nicht die Psychologie oder Psychotherapie, wie sie zu erlernen wäre. Ihr werdet, egal wie die aktuelle Ausbildungsreform ausgeht, nicht zum „Frauenversther“ ausgebildet und geprüft. Die Psychotherapie ist ein Heilverfahren zu Behebung seelischer Krankheit, und viele Kolleginnen entsprechen nicht dem Bild, das ihr hier seht. Ich wusste erst mit 26 was ich will, und das muss nicht sein. Damals gab's noch keinen Boys Day. Bis zu meinem 26. Lebensjahr war ich grundlos überzeugt, Psychologen sind verschoben und „brauchen selber einen“.

Begriffe

Die Bedeutung bestimmter Begriffe könnt Ihr euch im Grunde selber herausfinden. Ich erkläre nur die wichtigsten, damit Ihr bei der Berufsinformation nicht auf die falsche Spur geratet. Die zwei häufigsten Verwechslungen mit unserem Beruf Psychotherapeut sind «Physiotherapeut» und «Psychiater». Auch die Patienten verwechseln das manchmal. Physiotherapeut kommt von Physis (Körper). Das sind Krankengymnasten. Diese kümmern sich um Muskeln, Bänder und Gelenke. Sie massieren und haben Matratzen und viele Sportgeräte in ihrer Praxis. Psychiater sind immer Ärzte, und zwar „Nervenärzte“. Auch sie behandeln seelische Krankheit, allerdings eher vom Stoffwechsel des Gehirns her gesehen.

Der Weg zum Psychotherapeuten führt über ein Studium. Psychotherapie dient entweder der Behandlung von Krankheiten, oder der Selbsterfahrung. Ganz zu trennen sind beide Seiten nicht. Therapien gibt es viele, ungefähr 300 Therapieverfahren. Ihr müsst sie nicht kennen. Das Berufsfeld teilt sich in Therapeuten für Erwachsene, und solche für Kinder und Jugendliche. Es sind in Deutschland also zwei getrennte Berufe. Therapien mit Kindern laufen in der Regel spielerisch und üben ab. Bei Erwachsenen sind das vor allem Gespräche und Übungen. Die Therapien finden entweder «einzeln» (das heißt Patient und Therapeut) oder in der Gruppe statt. Bei «einzeln» sitzen sich Therapeut und Patient direkt gegenüber. In der Gruppe sitzen mehrere Patienten mit dem Therapeuten gemeinsam im Kreis, jeder hilft jedem, aber der Therapeut hat „die Hand drauf“. Manchmal sind auch zwei Therapeuten dabei und leiten die Gruppe. Daneben gibt es Verbindungen des therapeutischen Gesprächs mit Sport, Bewegung, mit Kunst und Entspannungsmethoden.

Alle Behandlungen im Krankenhaus heißen «stationär», alles was außerhalb des Krankenhauses geleistet wird, heißt «ambulant». Das soll genügen. Lasst euch ansonsten nicht von zu vielen Begriffen einschüchtern. Ich muss sie auch nachschlagen.

Der normale Arbeitstag eines Psychotherapeuten

Der normale Psychotherapeut erwacht in den Tag, hat morgens noch Zeit, seine Familie zu sehen und den Wellensittich zu füttern, er fährt dann ganz normal los. In der Praxis oder im Krankenhaus begrüßt er die Kollegen und Kolleginnen, liest die Post, ordnet sich alles zu Recht, und dann beginnt der „Stundenplan“ mit Frühvisite, Patientengespräch oder Teambesprechungen.

Nehmen wir ein Beispiel. Zuerst kommen drei Patienten hintereinander zur Einzeltherapie, und gleich geht's los. Patient 1 erzählt, er macht mit seinen Kumpels riskante Wetten. Er steigt ohne Sicherung auf hohe Gebäude. Zwei Mal hat er sich dabei überschätzt und musste von der Feuerwehr mit der Drehleiter heruntergeholt werden. Beim zweiten Mal hat die Feuerwehr nun eine Rechnung geschickt über 800 €! Patient 1 ist geschockt. Die Feuerwehr sagt, es sei kein Notfall, sondern seine Blödheit. Er möchte jetzt eine Bescheinigung, dass er psychisch krank ist, dann muss er die Rechnung nicht bezahlen. Der Psychologe nimmt sich vor, dass er die Bescheinigung nicht kriegt. Er will gleich zu Beginn das Gespräch an sich ziehen und ihn fragen, was *eigentlich* los ist mit ihm. Dieser Ansatz ist tiefenpsychologisch. Der Therapeut fragt sich: Was ist die Geschichte hinter der Geschichte?

Patientin 2 kommt wegen Schwindelanfällen. Ihre Hausärztin hat sie mehrere Wochen untersucht, hat ihr Blut abgenommen und sie „durchleuchten“ lassen. Die Ärztin sagt nun, dass die Patientin sehr wohl Schwindelanfälle hat, aber ihr Körper gesund ist. Sie kriegt keinen neuen Termin. Die Patientin ist enttäuscht von der Ärztin. Die Ärztin hat ihr nun geraten, zum Psychologen zu gehen. Sie hat eigentlich keine Lust, weil sie denkt, dass sie doch „nichts an der Klatsche hat“. Aber sie kommt. Der Therapeut weiß selbst nicht so genau... Er nimmt sich also vor, erstmal zu sehen, was zwischen ihm und ihr passiert und was sie erzählt.

Patientin 3 ist eine Stammkundin. Ich beschreibe hier ein Therapiegespräch. Ein Therapiegespräch kann man sich nur schwer vorstellen. Es ist kein normales Gespräch, sondern eine Art geleitete Unterhaltung, bei der der Psychologe und die Patientin herausbekommen, wie man ein Problem lösen kann. Der Boys Day soll dir hier kein Fachwissen vermitteln, deshalb lies dieses Beispiel, nur um ein Gefühl für den Beruf zu bekommen.

Patientin 3 hat Krebs gehabt und hat das durch eine Strahlentherapie überstanden. Lange Zeit ging es mit ihr wieder bergauf, und beide Seiten freuten sich. Heute geht es ihr «schlecht», aber sie wisse nicht warum. Nach einigem Ausweichen gibt sie an, morgen sei „eigentlich“ Nachsorge. Nachsorge bedeutet, sie soll regelmäßig zu einer Arztpraxis, wo kontrolliert wird, ob Krebszellen wiederkommen. Die Patientin sagt, sie will morgen nicht hingehen. An der Stelle ist ein Problem entstanden. Der Therapeut kann ihr gut zureden («Ach, da wird schon nichts sein») oder sie ausschimpfen («Sie könnten sterben, wenn da was übersehen wird»). Das kann aber auch ein Bekannter. Das ist nicht die Aufgabe eines Therapeuten, sondern er versucht, das unbewusste Angstsystem zu erkennen und zu entlasten.

Ein Therapeut macht nun eventuell etwas Ungewöhnliches, er aktiviert die Gefühle und fragt «Was ist so schlimm daran?» Die Patientin wird nun ärgerlich und klagt: «Ja! Wie kühl die Arzthelfer da mit einem umgehen...» und regt sich auf. Der Therapeut weiß, dass Angst häufig verschoben wird auf ein anderes, weniger schlimmes Thema. Er selber kommt auch in Gefühle hinein und könnte zum Beispiel merken, dass die Patientin Ärger berichtet, er selbst aber eine lähmende Traurigkeit spürt. Er wird ihr dann diese emotionale Schwingung anbieten, zum Beispiel sagen: «Ich nehme ein starkes Gefühl wahr, darf ich es Ihnen sagen oder ist es Ihnen lieber, nicht? Es gibt viele Methoden, wie der Therapeut die eigene Schwingung zurückmeldet, ohne die Patientin zu verletzen. Er kann zum

Beispiel vorschlagen, er notiert sein Gefühl auf einen Zettel, und wenn die Patientin möchte, kann sie den Zettel umdrehen. Sie muss es aber nicht tun. Falls sie den Zettel umdreht, wird sie ein gemaltes Auge sehen mit einer Träne. Der Therapeut kann es ihr auch direkt sagen, je nachdem, was sich anbietet. Sie sagt dann: «Jetzt kommt die ganze Traurigkeit aus der Zeit hoch, als ich im Bett lag und dachte, ich muss vielleicht sterben. Ich habe nach der Heilung nie mehr daran denken wollen, weil es doch so schön war, dass es mir besser ging.» Der Therapeut würde sie dann unterstützen und bestätigen. Sie weint vielleicht, weil sie in ihrer Traurigkeit jemandem begegnet. Wenn sie stark genug ist, wird der Therapeut sie dann konfrontieren («Morgen kann sich herausstellen, dass der Krebs zurück kommt») und sie daraufhin klar ausrichten. Der Therapeut teilt ihre Gefühle, aber ohne mitzuschwimmen. Er versucht, ihr mehr Kontrolle über die Angst zu geben. «Wenn Sie sich so über das Personal aufregen, hilft Ihnen das, dass Sie nicht an Ihre schlimmste Zeit erinnert werden?» «Vielleicht.» Der Therapeut könnte dann die morgige Situation umdeuten, z. B. fragen, ob die Arzthelfer mit Gefühlen wie Angst und Trauer ganz gut umgehen können, die Patientin hat ihre Gefühle ja bisher nicht gezeigt, sondern nur tapfer den Termin dort ausgehalten, und war auch selber ziemlich barsch zum Personal.

Der Therapeut könnte, wenn die Patientin nicht so stark ist, auch mit ihr von oben auf ihre Situation drauf schauen und deuten, dass sie in einer Zwickmühle ist: «Sie haben zwei Ängste, Angst vor der Krankheit und Angst vor der Medizin.» «Ja, das stimmt. Ja.» «Sie hätten Angst es zu wissen, wenn Krebszellen wieder da sind, aber auch Angst es nicht zu wissen.» «Ja.» «Das heißt ja dann auch, wenn Sie hingehen, ist es falsch; aber wenn Sie nicht hingehen, wird es auch falsch sein.» Die Patientin denkt nach. Sie denkt nun und fühlt gleichzeitig, und beide Ängste sind ihr gleichzeitig bewusst. Ich könnte sie noch fragen: «Was könnten Sie morgen brauchen?» Sie soll am Ende selber entscheiden, was sie morgen macht, sonst verspricht sie unter Druck «Ich geh hin», der Therapeut weiß aber, sie wird sagen «Ich gehe» und kommt nächste Woche und berichtet: «Ich habe es nicht geschafft». Das wäre typisch für Angstpatienten. Ich als Psychotherapeut will die innere Veränderung und nicht nur, dass sie spurt. Wie das alles wirklich abläuft, das würdet Ihr dann lernen.

Diese drei Patienten repräsentieren die drei großen Störungsgruppen, mit denen die Psychotherapie zu tun hat. Das sind

- *Verhaltensstörungen* (Patient 1, der Kletterer),
- *Körperstörungen* durch seelischen Stress. Irgendein Organ funktioniert nicht gut, aber das Organ selbst ist nicht krank (Patientin 2, die mit dem Schwindel), und
- *Störungen des Erlebens* (Patientin 3). Die drei großen Erlebensstörungen sind Angst, bestimmte Depression und Zwangshandlungen. Auch hier ist der Körper im Grunde heil.

Etwa nach drei Stunden Therapiegesprächen mache ich eine Pause, und auch die meisten Kollegen machen es so. Man geht dann wirklich aus dem Zimmer raus und redet über etwas Anderes und Belangloses, um sich abzulenken. Manche spielen auch am Kicker oder hören Radio. Dann geht es weiter bis zum Feierabend. Ungefähr die Hälfte der Arbeitszeit ist man mit den Therapiegesprächen beschäftigt oder man übt mit Patienten bestimmte Verhaltensweisen. Die andere Hälfte ist dem Schreiben von Berichten vorbehalten, oder der Rechnungsführung. Man muss Rechnungen stellen und mit Geld hantieren. Dann gibt es noch Fortbildungen wie in der Schule, und das bis zur Rente. Das Dazulernen hört nie auf. Manchmal finden solche Fortbildungen am Wochenende statt, und man reist dafür in eine andere Stadt.

Welche Fähigkeiten braucht man oder lernt man?

Du musst im Beruf dich in eine Sache vertiefen und die bis zu Ende denken. Das ist auch in technischen Berufen so. Der Unterschied bei Psychologen ist, dass du das Verstehen von Dingen anbietest, die im Vergleich zu Sachgegenständen quasi unsichtbar sind. Du solltest darum

konzentriert sein, Zerstreutheit ist nicht gut. Manche Jungen sagen aber, ich kann nicht nur eine Sache machen, ich muss nebenbei immer was Anderes machen, ich muss Zauberwürfel spielen und nebenbei Hausaufgaben machen usw. Zerstreutheit ist heute nicht nur in „Multitasking“-Situationen anzutreffen, sondern ist fast eine Art Lebensstil und Lebensart. Lesen, gleichzeitig Musik hören, gleichzeitig Gespräche führen, das beschleunigt in vielen Fällen positiv die Informationsverarbeitung, kann aber schwere Schäden in Beziehungen hinterlassen, mit Liebespartnern und v. a. mit Kindern. Mit „rüberwischen“ und „kurz antippen“ kannst du nichts ausrichten. Als Psychotherapeut musst du an einem Menschen dranbleiben und darfst nicht andere Dinge nebenher tun. Du musst dich in eine Sache vertiefen und *dich einlassen*. Es ist nicht nötig, möglichst alles zu wissen.

Englisch, Bio und Mathe begleiten dich weiter. Du könntest diese Fächer als Leistungskurs wählen. Wichtig ist auch der Machtaspekt. Du würdest als Psychologe Menschen bewerten, ob du willst oder nicht. Diese Bewertungen sind manchmal Grundlage für „Aussortierungen“ oder Vorteile, für Renten, Jobs, das Umgangsrecht mit Kindern usw. Damit hast du Macht, und die Vermutung, in der Psychologie ist alles so nett und menschlich, stimmt nicht. Die Macht verpflichtet dich zu einem hohen Maß an Gerechtigkeit. Du darfst nicht korrupt sein und darfst deine Patienten nicht belügen. Wenn du gern Macht hast und Dinge kontrollierst, solltest du einen anderen Beruf ergreifen, z. B. technische Prozesse genau steuern, wo du diese Fähigkeit zum Segen aller einsetzen kannst, und auch dir selber einen Gefallen tust.

Hier müssen Jungs aufpassen

Jungs sind Energiesparer. Sie kümmern sich oft lascher als Mädchen um ihre Berufspläne und sind „später dran“. Viele Jungs lassen sich auch gern etwas vorsetzen. Wenn ihr Euch *nur* das vorstellen könnt, was eure Eltern machen, fragt Euch, ob Ihr da zu faul seid beim Suchen der beruflichen Identität. Du sollst dein Leben nicht opfern, aber auch nicht verplempern. Jungs pendeln oft zwischen diesen Größenphantasien, nach dem Motto: Ich bin Held oder mir ist alles egal. Das ist nicht gut.

Es wäre schön, wenn Patienten prinzipiell die Wahl hätten, auch Männer unter den Behandlern vorzufinden. In der Schule gibt es schon soziale Sachen wie Lern-Buddies, Konfliktlotsen, Erste Hilfe-AG u. ä. Dort machen deutlich mehr Mädchen mit. In der Jungsclique ist es vermeintlich auch nicht cool zu sagen, dass man sich für Psychologie interessiert. Im BoysDay-Alter beginnt aber die Entwicklung der Persönlichkeit. Jungs wollen ihr eigenes Profil herausbilden. Ob deine Clique auf dem Schulhof es früher albern fand, dass du Psychologie interessant findest, wird später *keinen* mehr interessieren. Alle werden akzeptieren, dass du diesen Weg gehst, wenn du es vertreten kannst.

Du musst dir in dem Beruf Psychotherapeut zutrauen, dass du später Frauen behandelst. Es ist nicht nötig, dass man sich das genau vorstellen kann. Man sollte nur wissen, dass diese Frage auf einen zukommt. Im Krankenhaus gibt es keine Wahl, du kriegst die Patienten zugewiesen. Aber man wächst mit seinen Aufgaben.

Drei Vorteile des Berufs, zwei Nachteile und ein Vor-Nach-Teil

Der erste Vorteil des Berufs ist – die Sache findet am Tag statt. Das heißt, ich mache keine Schichtarbeit. Im Vergleich zur Feuerwehr oder Eisenbahn ist das erstmal günstig. An gesetzlichen Feiertagen haben Psychotherapeuten auch frei. Zweitens ist der Beruf kinderfreundlich. In der Berufsfindungsphase, die schon in der vierten Klasse beginnt, denkt Ihr an eigene Kinder vielleicht noch nicht, es sollte aber nicht unerwähnt bleiben. Man denkt als Junge erstmal an sich selber und denkt sich vielleicht, Rockstar wäre was, Sportreporter oder ein Heldenberuf. Sind Helden zur Einschlafzeit bei ihren Kindern? Ist Rockstar ein kinderfreundlicher Beruf? Psychotherapeut ist einer. Der dritte Vorteil ist, dass der Beruf altersneutral bzw. Behindertenneutral ist. Wenn Ihr zum Beispiel Akrobat werdet, Balletttänzer oder Türsteher im Club, braucht Ihr noch einen zweiten Berufsweg für

die Zeit ab 35, da Ihr dann körperlich den Beruf nicht mehr ausüben werdet. Für die Psychologie ist ein höheres Alter kein Problem, eher ein Vorteil. Auch sehgeschwache oder bewegungseingeschränkte Kinder können den Beruf ins Auge fassen. Als Psychotherapeut könnt Ihr bis zur Rente durchhalten, wenn nichts Schlimmes dazwischen kommt.

Zwei Nachteile sollten nicht unerwähnt bleiben, entscheidet selbst. Der erste Nachteil ist der: Man sieht den Arbeitsfortschritt nicht. In technischen Berufen siehst du am Feierabend, was du geschafft hast. Stell dir einen Fliesenleger vor. Er hat am Ende einen Beweis mit den eigenen Augen, dass es an seiner Wand, egal wie weit er gekommen ist, besser aussieht als früh am Morgen. Das gibt ihm Stolz. Ein solcher Sinnesbeweis fehlt in der Psychotherapie. Man weiß also am Feierabend manchmal nicht, ob man ausreichend gut war. Das heißt übrigens auch umgekehrt, niemand sieht deinen Fortschritt, wenn du mal richtig gut warst und ein Tag bestens läuft. Selbst wenn die Ergebnisse sichtbar wären, wären sie nicht vorzeigbar, wegen des Vertrauensschutzes, der über der Therapie herrscht. Der Beruf ist also nichts für Poser, aber auch nicht für Menschen, die von viel Lob abhängig sind. Der zweite Nachteil ist der lange Bildungsweg. Man braucht eine Spur Idealismus dafür.

Der letzte Punkt ist ein Vor- und Nachteil zugleich, je nachdem wie man es sieht. Man soll und muss als Therapeut ein von Drogen freies Leben führen. Wenn man sich das gar nicht vorstellen kann, ist man für den Beruf nicht geeignet. Ein Drogen nehmender Therapeut ist kein guter Therapeut. Er wird keinen Ehrgeiz entwickeln, die Patienten wirklich zu ändern. Das wäre wie ein Fußballtrainer, der sagt «Wir müssen ja nicht gewinnen, aber wir kullern mal ein bisschen mit dem Ball.» Jeder von Euch wird an einem schönen Tag ein Angebot kriegen, kostenlos irgendwas an Drogen zu nehmen, das ist sicher. Der beste Weg zu einem drogenfreien Leben ist, auf den Drogenzug gar nicht erst aufzusteigen und cool zu bleiben. Wenn Ihr das nicht drauf habt, ist es besser, wenn die Mädchen die anspruchsvollen Jobs machen. Das gilt auch für einige andere Berufe. Man sollte sich aber eher fragen, warum einem ein Suchtverhalten so wichtig ist, dass man ihm etwas so Wichtiges wie den beruflichen Werdegang überlässt.

Können auch Jungs aus Arbeiterfamilien Psychotherapeuten werden?

Mit Arbeiterfamilien meine ich Familien, die etwas weniger Geld haben und deshalb kein Personal bemühen können, wie Putzhilfen, Nannys, Privatlehrer oder Altenpfleger. Die Kinder aus diesen Familien müssen häufiger die Geschwister betreuen, den Großeltern helfen oder ihre Ferien selber gestalten. Sie müssen auch ihren Führerschein selber bezahlen und bekommt diesen nicht geschenkt. Das frühe Geldverdienen ist aus vielen Gründen wichtiger als bei Kindern aus Akademiker-Familien, die noch lange nach dem Selbstständig Werden mitversorgt werden. Dabei scheiden Bildungswege wie Psychotherapeut angeblich von vornherein aus, weil man das für unerreichbar hält.

Es gibt einen weiteren Haken, und der besteht schlicht im fehlenden Wissen. Wenn die Mutter an der Supermarktkasse arbeitet und der Vater auf dem Bau, beide kennen keine Psychotherapeuten privat, und haben selber nie eine Therapie gemacht, dann kann es sein, beide Eltern *kommen da gar nicht drauf*. Arbeiter nehmen seltener Psychotherapien in Anspruch als Akademiker. Das Verhältnis lag in einer deutschen Studie bei 1 : 12. Das ändert sich aber mittlerweile.

Der dritte Haken liegt in der ungewohnten Sprache. Psychologen reden in einem bestimmten Fachlatein. Das erscheint als „Angebersprache“. Ein paar Beispiele, das Fachlatein ist links:

Vulnerabilität	=	Verletzbarkeit
Pharmakotherapie	=	Tabletten geben
Inklusion, Empowerment	=	Teilhabe
Exazerbation	=	Verschlimmern
Rezidiv	=	Rückfall, eine Krankheit ist wieder da
Spontanremission	=	Krankheit geht auf einmal wieder weg und

		keiner weiß warum
Prokrastination	=	Aufschieben
Shared decision-making SDM	=	Übereinkunft
Perseverierende Kognitionen	=	Denkschleifen

Die Begriffe auf der linken Seite schaffen Distanz. Wenn ich so rede, demonstriere ich damit, dass ich sehr genau Dinge benennen kann, vor allem aber, dass ich Ahnung habe und „jemand bin“. Die Fachsprache gibt es in jedem Beruf, z. B. auch bei Handwerkern und Informatikern. Die Fachsprache gibt mir den „Stallgeruch“, so dass Kollegen sagen, ah, der gehört zu uns, der redet so wie wir. Sie ist aber nur wie ein Dialekt. Wenn ich mit Kollegen rede, spreche ich oft in der Sprache der linken Seite; mit den Patienten spreche ich fast nur so wie auf der rechten Seite. Wenn Ihr Psychotherapie erlernt, werdet Ihr beide Sprachen sprechen. Es ist viel Wort-Poserei dabei, das schafft Ihr auch. Es sollte euch nicht davon abhalten.

Der typische Psychotherapeut kommt heute aus einer Familie, wo beide Eltern Akademiker sind, also studiert haben. In Arbeiterfamilien läuft manches anders. Kinder aus Arbeiterfamilien begrenzen sich manchmal selbst. Sie hören zunächst von Gleichaltrigen Dinge, die sie nicht haben, wie „unser Anwalt“, „mein Reitlehrer“, oder von einem Auslandsjahr. Das nicht zu haben ist nicht so schlimm, nur zu diesen Themen nicht mitreden können, das wurmt vielleicht doch. Man fühlt sich dann befremdlich oder nicht dazu gehörig. An diesem Punkt müsst Ihr aufpassen, dass Ihr nicht ein Fremdheitsgefühl in falschen Stolz umwandelt, nach dem Motto „Das habe ich nicht nötig“, nur weil einem der Stallgeruch fehlt. Ihr könntet den Weg zum Psychologen auch gehen. Es gibt Bafög. Damit kann man sein Studium teilfinanzieren. Ihr braucht ein Abitur mit möglichst guten Noten, könntet aber nach dem Abitur, wenn es nicht gleich mit dem Studienplatz klappt, arbeiten gehen und dabei Geld ansparen, später dann Wartesemester geltend machen und mit Eurer Lebenserfahrung in den Psychotherapeutenberuf starten. Die „verlorenen Jahre“ sind kein Nachteil! Es wäre gut, wenn auch Therapeuten in der Praxis tätig sind, die wissen, wie es in einem großen Industriebetrieb zugeht, oder wie sich körperliche Arbeit anfühlt. Manche Therapeuten haben diese Erfahrung nie gemacht.

Ausblick

Lasst Euch durch Comics über Therapeuten, Witze und Vorurteile nicht davon abbringen, euch zu informieren. Nur dann könnt ihr herausbekommen ob der Beruf zu euch passt. Viel Erfolg!