

Auszug aus dem Abschlussbericht von Romana zum Erhalt des Zertifikats Psychotherapeutische Beraterin – Schwerpunkt Traumatherapie oder

Psychologische Beraterin – Schwerpunkt Traumatherapie – advanced

Im Abschlussbericht stellen Auszubildende den Verlauf eines therapeutischen Prozesses mit einer*m Klienten*in dar. Romana hat dem Bericht eine eigene therapeutische Reflexion angefügt. In ihr kann man sehr gut nachvollziehen, welche Entwicklung Auszubildende auf ihrem Weg zum*r als Berater*in machen können.

Inhalt der Abschlussarbeit:

1. Einleitung
2. Allgemeine Angaben zur Klientin
3. Ausgangslage und Problematik zu Beginn
4. Lebenslauf und relevante Hintergründe
5. Beschreibung es Prozesses
6. Behandlungserfolge und aktueller Stand
7. Katamnese
8. Prognose

9. Eigene therapeutische Reflexion

Zu Beginn der Begleitung bemerkte ich in mir selbst eine gewisse Getriebenheit, vorankommen zu wollen und Ergebnisse zu erzielen. Hier kamen eigene Muster zum Vorschein, die ähnliche Grundzüge wie die der Klientin haben. Erst als ich mich darauf eingelassen habe, dem Weg zu folgen und die Geschwindigkeit von der Klientin bestimmen zu lassen, kehrte auch in mir eine größere Entspannung ein. Ich habe auch bemerkt, dass ich oft glaube zu wissen in welche Richtung eine jeweilige Sitzung führen wird. Diese Geschichten loszulassen hat sich als sehr befreiend erwiesen. Meine Kapazität, mich während den Sitzungen selbst zu beachten und direkt mitzuversorgen, ist auch gewachsen, dadurch wich die Anstrengung aus den Begleitungen.

Besonders beeindruckt hat mich die Beobachtung wie sehr meine eigene

Entwicklung einen Einfluss hatte auf die Begleitung. Nicht selten war es so, dass ich erst Tage zuvor durch einen entscheidenden Schmerz gegangen war, nur um wenige Tage danach die Klientin durch eine sehr ähnliche Stelle durchzubegleiten.

In der Begleitung wie in meiner eigenen Entwicklung fiel mir auf, dass Heilung und Entwicklung nicht linear verlaufen. Manche Sitzungen fühlten sich wie große Schritte an, in anderen waren nur ganz kleine Veränderungen bemerkbar. Oft zeigte sich im Nachhinein: Was wie Stagnation aussah, war eigentlich ein Schwangergehen mit einem Thema. Selbst wenn ich die Klientin einmal in einem – in meinen Augen – unfertigen Zustand entlassen musste, kam die Klarheit bzw. die Aufklärung der Situation spätestens in der nächsten Sitzung.

Im ersten Durchlauf verschickte ich nach den Sitzungen passende Journaling-Fragen zur weiteren Reflexion. Dies bot sich besonders an, da die Klientin viel Erfahrung hatte im therapeutischen Schreiben. Im weiteren Verlauf stellte sich jedoch heraus, dass diese Fragen immer mehr zur Aufgabe wurden, die erledigt werden müssen und bei nicht Erledigung mit einem schlechten Gewissen verbunden waren. Gemeinsam entschieden wir, dass wir uns anstatt der Fragen am Ende jeder Stunde ein einziges Wort festhalten, das den Kern der Stunde beschreibt. Dieses Wort kann als Ausgangspunkt genommen werden, weiter über die Session zu reflektieren. Da dies eine offeneres Angebot ist, wird es bis jetzt sehr positiv aufgenommen und die Klientin berichtet immer wieder von tiefen Erkenntnissen daraus.

10. Schlussbemerkung

Die Begleitung der Klientin machte für mich besonders deutlich, wie eng Traumaheilung mit der Entwicklung von Selbstbejahung, innerer Sicherheit und der Fähigkeit verbunden ist, sich den eigenen Gefühlen schrittweise zuzuwenden.

Gleichzeitig zeigte sich, dass Heilungsprozesse nicht linear verlaufen, sondern Zeit, Beziehung, Sicherheit und ein behutsames Tempo benötigen.

Die Arbeit mit dieser Klientin war für mich sowohl fachlich als auch persönlich sehr lehrreich und vertiefte mein Verständnis für traumaorientierte Prozessbegleitung

nachhaltig. Durch die Arbeit wurde mir auch mein eigenes Kernthema deutlicher bewusst: das Begleiten von Menschen, die seit ihrer Kindheit emotionale Bedürfnisse der Eltern mittragen und deren Beziehungen bis heute von emotional unreifen Dynamiken geprägt sind.

Besonders berührend war für mich zu beobachten, wie viel Kraft es braucht, sich Schritt für Schritt aus dieser übernommenen Verantwortung zu lösen und im eigenen Leben anzukommen.

Romana, im Mai 2026