

Therapeutische Praxis

Author : x2beetree

Categories : [Arbeit](#), [chronologia](#), [Erinnerungen und Vergangenes](#), [Psychologie](#)

Tagged as : [alte Website](#), [Archivarisch](#), [Psychotherapie](#), [Text für Praxis \(nie auf gemacht\)](#)

Date : September 10, 2017

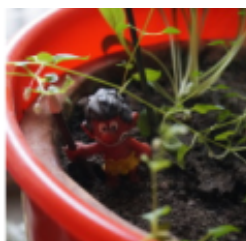
Ich habe als Psychotherapeut gearbeitet, mich 7 Jahre lang damit beschäftigt. Eine Approbation habe ich nicht erreicht, weil ich selbst zu verrückt für den Job bin. Wenn mir was arg quer liegt – und das ist in den Bereichen Psychiatrie und Psychotherapie in sehr vielen Bereichen und praktisch überall so – dann rebelliere ich rum und will das verändern und stürze mich in sinnlose Gefechte, habe schrecklich recht bzw. bilde mir das ein, kriege aber kein Recht zugesprochen und stehe danach aufgrund von spektakulär dummen Aktionen meinerseits übelst im Abseits. Sozial geschickt geht irgendwie anders.

Auch verzettele ich mich super gerne, habe tausende Sachen vor und mache dann doch nix. So ein chaotischer Typ, halt.

Außerdem: Mein Gefühlsleben macht diese Art von Arbeit in dieser Form nicht mehr mit. Das habe ich für mich gelernt. Das Gesundheitssystem ist halt eher kein *Ponyhof* (sondern eine Fabrik mit Stückzahlen). Wie auch immer, ich will mich kurz fassen. Vor gar nicht allzu langer Zeit dachte ich, ich mache eine Praxis auf. Hatte die Homepage gemacht und den Raum schon, und dann kam eine Lawine von unerfreulichen Ereignissen mit der Folge, dass es nun ganz anders ist.

Jedenfalls hatte ich einen schönen Text geschrieben für die Seite, und um den aufzuheben (die Domain habe ich vom Netz genommen), tue ich ihn hier hin. Wird nicht die letzte Vision sein von etwas, was ich mir ausmale und was dann nicht wirklich sich realisieren läßt.

Das Scheitern gehört absolut dazu. So wie sich verlaufen (neue Ecken kennen lernen). Jedenfalls, wenn man sehr gerne eigene Wege geht.



Text für eine geplante Praxis-Niederlassung. Hab das aber nie gemacht, tatsächlich. Was ich hatte: Die Domain praxis-martin-wild.de. Die ist aber nun abgeschaltet, weil ich das nicht machen mag, kann, dan.

Leben bedeutet Veränderung

Manchmal sind wir gefangen in unseren Verhaltensmustern. Dann leiden wir, weil es nicht so ist, wie es sein sollte. Und sind vielleicht ratlos, wie es denn anders oder besser gehen könnte.

Wir finden es schwer, jemandem zu vertrauen oder um Hilfe zu bitten. Andere haben uns verletzt, und das soll nicht wieder passieren – also fahren wir mit dickem Panzer durch das Leben oder verstecken uns, gehen den schwierigen Dingen aus dem Weg, verlieren uns in Grübeln und Angst, isolieren uns von den anderen. Je länger das geht, um so depressiver werden wir. Oder es passiert einfach zu viel und wir sind überfordert. Kann auch sein, es werden Wege gewählt, die – einmal beschritten – kaum wieder zu verlassen sind – Süchte und 'schräge', zwanghafte Angewohnheiten beispielsweise. Manche sind auch einfach in irgendeiner Hinsicht 'anders', nehmen die Welt anders wahr, unterscheiden sich in ihrem Aussehen, Empfinden und Denken von ihrer Umgebung – und werden – möglicherweise bereits früh im Leben, mit lang anhaltenden negativen Folgen – ausgegrenzt. Wenn wir in solchen belastenden Lebenssituationen sind, ist guter Rat teuer. Und schlechten Rat gibt es überall, jeder gibt seinen Senf dazu, auch wenn sie keine Ahnung haben – so daß einem Menschen richtig zuwider werden können.

Was ich da skizzenhaft beschrieben habe, sind einige Aspekte von dem Phänomen, dass man psychisch und körperlich in Not gerät, krank wird, sich kaputt fühlt. Es gibt etliche andere, und gemeinsam haben sie, dass es einem ganz und gar nicht gut geht.

Im Rahmen ärztlich-psychotherapeutischer oder auch psychiatrischer Expertise werden jeweils bestimmte Gruppen von Merkmalen gemeinsam als ‚Störung‘ bzw. ‚psychische Krankheit‘ definiert. Die [Weltgesundheitsorganisation WHO](#) beschreibt in der [Internationalen Klassifikation der Krankheiten \(ICD\)](#) im Kapitel V (‚fünf‘) die [psychischen Beeinträchtigungen und ihre Diagnose-Kriterien](#). Es gibt viele Namen und Beschreibungen von Aspekten, und vieles kommt kombiniert vor. Und es gibt – das ist die gute Nachricht – geeignete Behandlungsmöglichkeiten, die Belastungen und Leiden nachweislich bedeutsam verringern.

Wer psychisch krank ist, kann zu einem Arzt oder approbierten Psychotherapeuten gehen und sich helfen lassen. Darauf haben Sie ein verbrieftes Recht, und das bezahlt Ihre Krankenkasse.

Allerdings ist es schwer, einen guten Therapeuten zu finden, und es gibt lange Wartezeiten. Oft dauert es drei Monate oder länger, und manche Menschen – die eine Schizophrenie, eine bipolare Störung oder eine Borderline-Persönlichkeitsstörung aufweisen, oder die viele komorbide Erkrankungen aufweisen (‚komorbid‘ bedeutet, es sind mehrere Krankheiten gleichzeitig vorhanden, was eigentlich eher die Regel als die Ausnahme ist) – kriegen praktisch nirgends jemanden, der sich auf diese als ‚schwierig‘ oder ‚bedrohlich‘ oder ‚unangenehm‘ empfundenen Themen einläßt.

aktuellen Stand ist. Ob eine Zusammenarbeit fruchtet, hängt vor allem von der Qualität der

Beziehung ab. Die angewendeten Methoden und Techniken – die sich schulspezifisch unterscheiden, denn ein Verhaltenstherapeut macht nicht das Gleiche wie ein Psychoanalytiker, ein Psychiater oder ein Heilpraktiker etc. – spielen letztlich keine so große Rolle für den Erfolg einer Therapie. Was nicht etwa meine Meinung ist, sondern Ergebnis der Psychotherapie-Forschung.

Ich bin Diplom-Psychologe und habe eine verhaltenstherapeutische Ausrichtung und Ausbildung (derzeit noch ohne Abschluß der Approbation).

Verhaltenstherapie geht von einer einfachen und gründlich belegten wissenschaftlichen Annahme aus, nämlich: Es ist grundsätzlich – abgesehen von Veranlagung und Temperament – alles gelernt, was wir tun und wie wir es tun. Und es kann alles Gelernte auch verändert werden. Nicht durch Zauberei und Hokuspokus oder Voodoo, sondern durch systematische Selbstbeobachtung, Verhaltensexperimente und konkrete Verhaltensveränderungen, die eingeübt werden. Die bringen den Erfolg, nicht irgendwelche ‚tiefen Einsichten‘, das potentiell ewig dauernde Rumbuddeln in der eigenen Biographie oder besondere Tricks und Kunststücke. Unser Verhalten strukturiert die Welt, in der wir leben, und wir können im Rahmen unserer Möglichkeiten dieses Verhalten so verändern, dass wir gut zurecht kommen. Das ist Verhaltenstherapie.

Meine Praxis bietet derzeit keine Kostenübernahme durch gesetzliche Krankenkassen und auch kein Kostenerstattungsverfahren an. Und ich nenne mich nicht „Psychotherapeut“, sondern Berater. Ich übe keine Heilkunde im Sinne der Gesetze aus, denn dafür bräuchte ich eine Approbation oder einen Heilpraktiker-Schein. Ich mache aktuell lediglich Beratung und Coaching.

Ich vereinbare ein frei verhandelbares Berater-Honorar. Wohlgemerkt, es gibt keine Regel, wonach irgendeine sinnvolle Technik der Verhaltensmodifikation nicht auch außerhalb eines therapeutischen Rahmens nutzbringend angewendet werden könnte. Wer mich bucht, bucht einen Therapeuten, Berater oder Coach oder Diplomspsychologen, je nach Bedarf und Belieben.

Das hat mehrere Auswirkungen, gute und weniger günstige:

1) Niemand hat Nachteile durch Kontakte zu mir – wie beispielsweise den, nicht verbeamtet werden zu können – zu befürchten, die durch die stigmatisierende Bezeichnung ‚psychisch krank‘ entstehen könnten. Denn es kommt nichts in irgendwelche Akten und Datenbanken, was später irgendwer gegen Sie verwenden könnte.

2) Es muss alles selbst bezahlt werden (was blöd ist für kranke Menschen mit wenig Geld – aber so ist der Kapitalismus nun mal, das habe nicht ich mir ausgedacht). Wer kein Selbstzahler sein kann, kann und muss den Weg über kassenzugelassene Psychotherapeuten gehen.

3) Es gibt den Raum, um ganz individuell und bedarfsbezogen zu arbeiten. Sich ‚krank und kaputt fühlen‘ ist nur EIN möglicher Anlass unter vielen. Beziehungsprobleme, Schwierigkeiten

verbessern oder Dinge für sich zu klären, sind genau so wichtig und richtig und möglich. Das

kann ein niedergelassener, approbierter psychologischer oder ärztlicher Psychotherapeut nicht tun, denn die Krankenkassen sind nur für Krankheiten zuständig. Ich mache auch Coaching und Beratung, ganz wie es für meine Klienten paßt und gewünscht ist.

4) „Psychologischer Psychotherapeut“ ist eine geschützte Bezeichnung. Dafür muss jemand studiert und eine Ausbildung gemacht sowie die staatliche Approbationsprüfung bestanden haben sowie sich einen Kassensitz gekauft haben, um eine ‚erstattungsfähige Praxis‘ (die mit der Krankenkasse abrechnen darf) zu betreiben.

Ich bin seit 2001 Diplomspsychologe (mit einem sehr guten Diplom sowie einer nach 2 Jahren abgebrochenen Promotion). Seit 2010 bin ich – mit einer längeren Auszeit zwischendurch – in der Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten. Zugleich arbeite ich – als Teil der Ausbildung – bereits seit langem therapeutisch und werde supervidiert. Ein Jahr habe ich in einer Psychiatrie (LVR-Klinik Köln (Merheim)) sowie ein halbes Jahr in einer psychiatrischen Tagesklinik (LVR Tagesklinik Adamsstraße) gearbeitet, schwerpunktmäßig mit von Depression, Manie bzw. paranoid-halluzinatorischer Schizophrenie betroffenen Menschen. Ich finde gerade die Arbeit mit Menschen, die aus dem Raster fallen, mit denen praktisch kaum ein Verhaltenstherapeut arbeiten mag, wirklich spannend und sehe auch, dass da sehr viel erreicht werden könnte, wenn nicht die Spitzen der Gesellschaft sich aus ökonomischen Gründen gegen eine wirklich bedarfsgerechte Versorgung der Bevölkerung mit psychosozialen Hilfsleistungen entschieden hätten.

Abartigerweise werden PsychotherapeutInnen in Ausbildung zum Psychologischen Psychotherapeuten während der 18 Monate Klinikzeit mit exakt 0€ vergütet, wogegen ich mit der Unterstützung der zuständigen Gewerkschaft ver.di und mehreren ebenfalls politisch engagierten KollegInnen – leider vergeblich – prozessiert habe. Diese Schweinerei ist für mich nach wie vor Grund, das ‚Gesundheitssystem‘, den LVR und die dort aktuell mächtigen Leute aus tiefstem Herzen zu verabscheuen: *I hope you all drop dead soon.*

Den Titel „Psychologischer Psychotherapeut“ darf ich derzeit noch nicht führen, das wird wohl 2018 der Fall sein. Was ich tue in meiner Arbeit ist natürlich genau das, was „richtige“ Therapeuten tun. Weil ich mich nicht strafbar machen mag, vermeide ich es, hier in einen Konflikt zu gehen mit dem System. Folglich mache ich in meiner Praxis fachlich das, was erforderlich ist und hilft – Beratung, Coaching, Verhaltenstherapie – darf es aber nicht Psychotherapie nennen. Sprich – auch wenn ich den Titel noch nicht führen darf, ist was ich tue, fachlich und durch Lebenserfahrung gut fundiert.

5) Als jemand, der beileibe nicht alles gut findet, was das Establishment betreibt, bin ich erfrischend anders als die meisten Therapeuten. Ich bin ein Freak, und das ist gut so. Die Haltung macht viel aus. Selbst mal Krisen gehabt zu haben und dazu zu stehen, sich nicht auf irgendwelche Gurus zu beziehen, den Schwachsinn von psychiatrischen „Transmittermangel“-Hypothesen klar als solchen zu benennen (und sich trotzdem ganz gut damit auszukennen, welche Medikamente wo helfen können) – wenn ich selbst jemanden suchen würde, dann so jemanden wie mich. Ich bin durchaus missionarisch unterwegs, und

und Kranken. Ich bin parteiisch.

6) Weil ich als freiberuflicher Berater arbeite, ist es für mich möglich, Treffen auch außerhalb meiner Praxis dort abzuhalten, wo meine Klienten es wünschen. Ich kann mit Paaren oder Familien arbeiten, mit Firmen, politischen Organisationen oder Vereinen. Solche Freiheiten könnten sich niedergelassene KassenSitz-Psychotherapeuten im Rahmen von beantragten Therapien nicht erlauben.

7) Einen Pferdefuß gibt es noch: Mir zu vertrauen ist vielleicht schwieriger, weil es keine gesetzliche Schweigepflicht und keine Abstinenz-Regeln für Berater gibt.

Es ist ja so, das Gesetz schützt theoretisch die Patienten: Kein Psychotherapeut darf private Kontakte zu Patienten haben, während bzw. bis 2 Jahre nach einer Therapie – was theoretisch den Mißbrauch einer asymmetrischen Macht- und Wissenskonstellation für private Zwecke der Therapeuten verhindern soll.

Entstanden ist diese Regel, weil entsprechende sexuelle und psychische Grenzverletzungen und krasser Mißbrauch durch angebliche „Therapeuten“ – in der Zeit, als Therapie noch automatisch Psychoanalyse war und es sonst nichts gab – häufig vorgekommen sind.

Von Psychoanalyse halte ich überhaupt nichts: Diese angebliche „Fach-Richtung“ ist weitgehend zutiefst unwissenschaftlich und unseriös und hat sehr viele Menschen erheblich geschädigt mit ihrem dummen Zeugs, was sich bis heute fortsetzt. Es gibt gute Analytiker nur trotz und nicht wegen der gelehrten Inhalte.

Auch heute passiert Mißbrauch durch Ärzte, Therapeuten, Priester, Vertrauensleute etc. unter dem Deckmantel von 'sich um Schwache kümmern', solche üblen Geschichten haben mir Patientinnen auch schon oft berichtet. Immer, wenn Menschen mit wenig Risiko für sich selbst Schweinereien machen können, machen das auch sehr viele.

Allerdings wird niemand dafür je zur Rechenschaft gezogen. Googeln Sie das, wenn Sie es nicht glauben.

Die angebliche „Sicherheit“ beim Fachmann ist also lediglich fiktiv. Während ich darauf angewiesen bin, dass meine Arbeit wirklich Resultate bringt und ich weiter empfohlen werde. Was ein guter Grund ist, wieso ich diskret und verschwiegen arbeite und Grenzen wahre. Kann auch sein, ich habe Prinzipien. Ich bin Steinbock, nur falls Sie zufällig Astrologie mögen. Praktisch gesehen ist es irrelevant, was ich dazu schreibe. Sie können selbst feststellen, wie Ihr Gefühl zu mir ist und ob das taugt, was ich tue.

Kontakt

Dipl.-Psych. Martin Wild

Praxis: Meine Praxis in Köln-Wallheim – auf der Buchholmer Straße, nahe dem Wiener Platz befindet sich im Aufbau. Derzeit steht sie bedauerlicherweise noch nicht für Publikumsverkehr

x2b3

vulnerare humanum est - fully acknowledging the absurd: revolt, freedom, and passion
<http://x2b3.de>

zur Verfügung.

Kontakt: Wenn Sie Fragen haben oder ein Gespräch mit mir vereinbaren wollen, rufen Sie mich an

oder schreiben Sie eine Mail an meine Praxis-Adresse

Telefon: ?+49 221 69069601?

Elektronische Mail: martinwild@praxis-martin-wild.de

Postadresse

Ferdinandstr. 15-17
51063 Köln

Es ist auch möglich, mich privat anzuschreiben, wenn es nicht um Arbeit gehen soll: martinwild@web.de

Sie werden mich sicher googeln, um herauszufinden, wie ich ticke. Würde ich auch so machen. Stört mich nicht die Bohne. Während viele KollegInnen sich der irrigen Annahme verschrieben haben, dass Therapeut zu sein bedeutet, sich persönlich möglichst unsichtbar und distanziert zu gerieren, sehe ich das komplett anders. Nur ein Mensch, zu dem ich Vertrauen haben kann, ist auch jemand, dem ich vielleicht tatsächlich vertraue, wenn ich ihn ausreichend geprüft habe. Wer sich dem nicht stellt, ist für mich lediglich ein Hanswurst.

Damit es unkompliziert möglich ist, dass Sie sich ein eigenes Bild von mir machen, gebe ich eine Linkliste mit auf den Weg:

Mein Blog x2b3.de enthält meine bio-psycho-sozial-philosophisch-politische Weltanschauung in wenig geordneter Form. Da erfahren Sie, dass ich ein Menschenrechts-Aktivist bin.

Ich finde die UN-Deklaration der universellen Menschenrechte eine sehr gute Formulierung davon, worum es der Menschheit insgesamt und jedem einzelnen Menschen gehen sollte. Das Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland wurde seinerzeit mit viel Bedacht entworfen, und auch das ist ausgesprochen gut. Ob es den Herausforderungen der Jetzt-Zeit gerecht wird und was politisch, juristisch und gesellschaftlich daraus gemacht wird, mag eine andere Sache sein und nicht jede und jeder wird finden, dass dieses System geeignet ist, ein Leben in Gesundheit und Würde für alle zu ermöglichen. Das lasse ich mal so stehen.

Auf Facebook bin ich unter <https://www.facebook.com/martin.wild.58> zu finden. Die albernen Privatheitseinstellungen benutze ich nicht – alles, was ich schreibe, kann von jedem des Lesens und der Sprache mächtigen (regelmäßig Deutsch und Englisch, beides für mich flüssig les- und schreibbar, und das setze ich auch voraus) mitverfolgt werden. Wenn ich Geheimnisse haben

wo **sicher** ist, dass die Geheimdienste und die Staatspolizei das mitschneiden und auswerten –

so viel Vernunft sollten Menschen in der Zeit nach Snowden und Manning besitzen. Wir alle werden ausspioniert, überwacht und manipuliert, das ist ganz normal und davor gibt es auch keinen wirksamen Schutz.

Es stört mich nicht, wenn Sie mich auf Facebook anschreiben oder sich vernetzen. Möglicherweise werden Sie denken, der Typ ist ja nicht ganz dicht, das geht doch so nicht. Dann ist das ein gutes Indiz dafür, dass Sie sich an jemand anderes wenden sollten.

Soweit dieser Text. Finde, ich habe mir durchaus konkrete Gedanken gemacht, für eine Weile habe ich wirklich gedacht, genau das ist es doch! Irgendwie wird es mal so ähnlich werden, vielleicht mehr ein Café als eine Praxis, relativ informelle Geschichten. Was ich nicht mehr so mag, ist diese Hierarchie und Abrechnungssysteme. Blablabla.

Teilen mit:

- [Klick, um über Twitter zu teilen \(Wird in neuem Fenster geöffnet\)](#)
- [Klick, um auf Facebook zu teilen \(Wird in neuem Fenster geöffnet\)](#)
- [Zum Teilen auf Google+ anklicken \(Wird in neuem Fenster geöffnet\)](#)

-