

Interview mit Eva Taravella Aragón, Bern und Biel



Was waren Ihre Beweggründe, den Beruf einer Psychotherapeutin zu wählen?

Da mein Vater Psychologe war, kam ich bereits im Jugendalter mit psychologischer Literatur in Berührung. Damals war ich daher der Meinung, nicht auch noch Psychologie studieren zu wollen, damit würde ich mich ohnehin beschäftigen. Ich wollte an die Schauspielschule Zürich oder Rhythmik studieren in Innsbruck. Schliesslich überwog die Erkenntnis, dass ich ein Mensch mit einem breiten Interessenspektrum bin und mir daher das sehr breit angelegte Psychologiestudium besser entsprach.

Was ist Ihr beruflicher Hintergrund/Werdegang?

Ich habe 1997 das Studium in Psychologie, Psychopathologie im Kindes- und Jugendalter und Kriminologie in Zürich abgeschlossen. Während meines Studiums habe ich nebenher immer auch für meinen Lebensunterhalt gearbeitet. Nach dem Abschluss habe ich erst einmal gejobbt und bin gereist, habe in Spanien und Kuba spanisch gelernt und mit einem kleinen Segelschiff zu zweit den Atlantik überquert. Aus diesen vielfältigen Erfahrungen nehme ich eine Sicherheit mit, mit mir und dem Leben klar zu kommen und auch in schwierigeren Situationen Ruhe bewahren zu können.

Eher zufällig bin ich in der qualitativen psychologischen Marktforschung gelandet, wo ich lerne, Gesprächsgruppen zu moderieren und mein analytisches Denken zu schulen. Ausserdem erhielt ich Einblick in unzählige gänzlich verschiedene Firmenkulturen.

Eine ehemalige Studienkollegin hatte mich dann mit Nachdruck ermuntert, einen Schnuppertag in der damaligen Psychiatrischen Klinik Rheinau zu machen. Dieser Tag auf der geschlossenen Akutpsychiatrie hat mich fasziniert, erstaunt und neugierig gemacht auf mehr, sodass ich eine Anstellung für ein Jahr als postgraduierte Psychotherapeutin in der Akutpsychiatrie annahm. Ich hatte das Glück, mit einem sehr inspirierenden, unkonventionellen und humorvollen psychologischen Leiter zusammenzuarbeiten, der mir einen Weg gezeigt hat, Menschen in schwierigsten Lebensumständen und Persönlichkeitszuständen mit Wertschätzung und erstaunlicher Leichtigkeit zu begegnen.

Im Anschluss bekam ich eine Anstellung als Stationspsychologin auf der dortigen Depressions- und Angststation angeboten, von der ich mich

allerdings bereits ein Jahr später entschied, weiterzuziehen. Während der Klinikzeit habe ich bereits einzel- als auch gruppentherapeutisch gearbeitet und parallel dazu meine Therapieausbildung am IGW Integrative Gestalttherapie Würzburg begonnen.

Nach den zwei Jahren klinischer Tätigkeit mit Erwachsenen habe ich vier Jahre lang Jugendliche psychotherapeutisch begleitet, zwei davon in einem Schulprojekt für frühzeitig ausgeschulte Jugendliche der Stadt Zürich und zwei in einem Wohn- und Schulheim für junge Frauen in Belp. Seit zehn Jahren arbeite ich nun Teilzeit als Coach im nip (s. unten) und seit 2011 zusätzlich in eigener Praxis im Therapiezentrum am Bahnhof Biel.

Arbeiten Sie als selbständige Psychotherapeutin in freier Praxis und/oder sind Sie (allenfalls zusätzlich) als delegierte Psychotherapeutin tätig?

Ich habe ursprünglich meine psychotherapeutische Tätigkeit in Delegation begonnen. Seit März 2017 bin ich endlich von den Krankenkassen anerkannt und rechne seither über die Zusatzversicherung ab. KlientInnen, welche bereits vorher bei mir begonnen haben, können weiter über die Grundversicherung abgerechnet werden.

Gibt es noch einen weiteren Beruf, eine weitere Beschäftigung, den/die Sie zusätzlich zur Psychotherapie ausüben?

Seit 2008 arbeite ich als Coach für das nip, ein niederschwelliges Integrationsprojekt für Jugendliche, junge Erwachsene und Familien in schwierigen Lebenssituationen. Dabei geht es im Wesentlichen darum, wieder Bewegung in blockierte Situationen zu bringen, meist auch darum Menschen wieder oder überhaupt an Bildungsangebote, Arbeitswelt etc. anzukoppeln. Im Zentrum steht ein Suchprozess, der sich an den Interessen, den Lebenswelten und dem Tempo der hilfesuchenden Menschen orientiert. Im Unterschied zur therapeutischen Arbeit unterstützen wir im Coaching die KlientInnen auch sehr praktisch, schreiben zusammen Lebensläufe, suchen Wohnungen, begleiten in ein Praktikum oder zur Behörde.

Die im nip gelebte und gepflegte Haltung, die Orientierung am Gegenüber, die Begegnung auf Augenhöhe und die konsequente Orientierung am Willen des Gegenübers wird wöchentlich in einer dreistündigen Intervention reflektiert.

Diese stete Auseinandersetzung mit der eigenen Arbeitsweise in einem lebendigen Team ist für mich bis heute eine sehr wertvolle und notwendige Bereicherung meines Berufsalltags.

Was ist Ihre Spezialisierung?

Es ist mir ein Anliegen, mich stets wieder neu auf die Menschen, welche zu mir in die Praxis kommen, einzulassen, mich überraschen zu lassen, wie einzigartig jeder Mensch ist. Meine Spezialisierung sind die gemeinsamen Suchprozesse, konsequent orientiert am Tempo und am Willen des Gegenübers mit dem Ziel der Förderung der Selbstwahrnehmung, der Selbstkompetenz und des Selbstwertgefühls. Dabei geht es um die Fragen «wer bin ich?», «wie bin ich zu der/dem geworden, die/der ich heute bin» und «was will ich?».

Methodisch bin ich in der Gestalttherapie zu Hause, welche sich an der Gegenwart orientiert, an dem was im Augenblick der Begegnung zwischen TherapeutIn und KlientIn präsent ist. In meiner Arbeit beziehe ich stets auch den Körper mit ein, leite an, wahrzunehmen, was auf der Körperebene geschieht und biete Übungen zur Achtsamkeit an. Gerne nutze ich verschiedene kreative Medien wie Figuren zur Darstellung innerer Prozesse, Stuhlarbeiten, Rollenspiele, Imaginationsreisen oder das Lebensflussmodell nach Nemetschek. Durch Weiterbildungen und fachlichen Austausch habe ich einiges Know-How aus der ressourcenorientierten Therapie, dem systemischen Denken, aus der Egostate-Therapie und aus diversen tanztherapeutischen Ansätzen in den Therapieraum geholt. Bei meiner Arbeit ist mir neben Herz und Verstand auch Humor wichtig.

Meine Spezialisierung liegt demnach in der Haltung und in der Methode und ist nicht primär störungsspezifisch.

Fühlen Sie sich mit Ihrer beruflichen Situation zufrieden?

Ich bin in der komfortablen Situation, dass ich seit einem Jahr meine Selbstständigkeit in der Psychotherapeutischen Praxis schrittweise ausbauen kann und bei Bedarf jederzeit auf die Delegation zurückgreifen könnte.

Dass ich zwei unterschiedliche berufliche Standbeine pflege, erlebe ich als bereichernd und abwechslungsreich, auch wenn ich manchmal eine klare Fokussierung und Profilierung in einem spezialisierten Gebiet vermisse. Ein wichtiger

und einnehmender Teil meines Lebens ist nach wie vor die Familie, mit der sich meine berufliche Laufbahn die Zeit und Energie teilen muss.

Gibt es etwas, das Sie sich anders wünschen?

Ich wünsche mir auf jeden Fall, dass der Beruf der Psychotherapeutin/des Psychotherapeuten endlich als solcher anerkannt und entsprechend gewürdigt wird. Dass wir endlich über die Grundversicherung abrechnen können und dadurch allen Menschen dieselben Behandlungsmöglichkeiten offenstehen.

Gibt es etwas, das Sie sich von Ihrem Verband ASP wünschen?

Was ich bisher von der ASP mitbekommen habe, erlebe ich sie als sehr engagiert in der Berufspolitik und mit einem grossen fundierten Serviceangebot für ihre Mitglieder und für Hilfesuchende. Ich schätze diese Leistungen sehr und wünsche mir, dass sie bestehen bleiben.

Fühlen Sie sich in Ihrem Berufsverband ASP vertreten und gewürdigt?

Gerade rund um die Arbeit für die Registrierung im Psychologieberufsregister des BAG und generell für all die Bemühungen zum PsyG fühle ich mich von der ASP sehr gut vertreten. Dass ich als Neumitglied für dieses Interview angefragt werde, empfinde ich durchaus als Würdigung.

Was wäre Ihr Fokus, wenn Sie im Vorstand der ASP wären?

Als Psychotherapieverband in der derzeitigen politischen Landschaft muss die Berufspolitik im Fokus stehen und damit verbunden stets auch die Qualität der therapeutischen Arbeit.

Gibt es ein Amt in der ASP, das Sie gerne bekleiden würden?

Müsste ich ein Amt bekleiden, dann wohl am ehesten im Bereich der Berufsethik. Es steht aber für mich zurzeit nicht zur Debatte, ein Amt zu bekleiden.

Wie sähe Ihre Wunschsituation im gegebenen politischen Umfeld für Psychotherapeut/Innen aus?

Letztlich eine direkte Abrechnung via Grundversicherung, und diese bitte möglichst unkompliziert!

Was ist Ihre Vision in Ihrem beruflichen Alltag?

Eine psychotherapeutische Tätigkeit in einer Gemeinschaftspraxis, in der dieselben Grundwerte und Haltungen geteilt werden und dadurch ein anregender, wertschätzender und humorvoller fachlicher Austausch gepflegt werden kann. Mit viel Platz und grossen Räumen, um auch in Bewegung und mit Stimme arbeiten zu können.

Eva Taravella Aragón, Psychotherapeutin ASP/nip Coach, Bern/Biel. Mitglied in der ASP seit 2015 ausserordentlich und seit 2017 ordentlich.
Tätigkeit: Psychotherapeutin und Coach
Kontaktadresse (E-Mail):
eva.taravella.aragon@tierranueva.ch

Das Interview wurde auf schriftlichem Weg von Peter Schulthess geführt.