

Inhalt

I	Verhaltenstherapie und die Vielfalt psychotherapeutischer Gruppen	1
1.1	Die Gruppenvielfalt in der psychosozialen Versorgung	2
1.1.1	Selbsthilfegruppen	2
1.1.2	Präventive Aufklärungsgruppen	4
1.1.3	Die Encounterbewegung: Selbsterfahrungs- und Wachstumsgruppen	5
1.1.4	Psychotherapiegruppen	6
1.2	Grundkonzepte psychotherapeutischer Gruppen	8
1.2.1	Beziehungs- und interaktionsorientierte Gruppen	8
1.2.2	Störungs-, methoden- und einzelfallorientierte Gruppen	10
1.3	Verhaltenstherapie in und mit Gruppen: ein Überblick	12
1.3.1	Multimodulare Gruppenkonzepte	13
1.3.2	Zieloffene Verhaltenstherapie: kognitive und integrative Gruppenkonzepte	15
1.3.3	Wirkfaktoren und Medien	16
1.3.4	Zum Schluss dieser Einleitung: eine Empfehlung	19
2	Zieloffene Verhaltenstherapie in und mit Gruppen	20
2.1	Indikation und Behandlungsplanung	20
2.1.1	Einzeltherapie in der Gruppe	21
2.1.2	Grundkonzepte zieloffener Gruppen	22
2.2	Kognitive Verhaltenstherapie in und mit Gruppen	24
2.2.1	Selbstkontrolle und Selbstmanagement in Gruppen	24
2.2.2	Therapeutisches Problemlösen in und mit Gruppen	30
2.2.3	Weitere Anwendungsbereiche	36
2.3	Integrativ-zieloffene Verhaltenstherapiegruppen	38
2.3.1	Allgemeine Aspekte zieloffener Gruppen	39
2.3.2	Methodisches Vorgehen	41
3	Verhaltensanalytische Gruppentherapie (VAG)	44
3.1	Konzeptentwicklung	44
3.1.1	Ablauf einer Sitzung	45

3.1.2	Vorbereitung und Beginn der Gruppentherapie	47
3.1.3	Beginn und Ablauf der Gruppentherapie	50
3.2	Konkretes therapeutisches Vorgehen	53
3.2.1	Orientierung	54
3.2.2	Problemanalyse versus Zielanalyse	55
3.2.3	Problemsimulation, Problemaktualisierung	56
3.2.4	Gruppenauswertung und Feedback	61
3.2.5	Zielanalyse	65
3.2.6	Probeweise Lösungsaktionen	66
3.2.7	Gruppenauswertung und Feedback	72
3.2.8	Planungsphase	72
3.2.9	Sitzungsevaluation, Patientenschulung	74
	Verhaltensanalytische Gruppentherapie:	
	Ein Schema zum Prozessablauf einzelner Sitzungen und zur adaptiven Indikation	77

4	Verhaltenstherapeutische Prävention mit Gruppen:	
	soziale Kompetenz und Gesundheit	80
4.1	Information, Aufklärung, Patientenschulung	81
4.1.1	Begründung und Ziele	82
4.1.2	Gruppenkonzepte	83
4.2	Zwischenmenschliche Kompetenz und Beziehungsfähigkeit	88
4.2.1	Standardisierte Selbstsicherheitstrainings	88
4.2.2	Ziele, Medien und Methoden moderner Sozialtrainings	91
4.2.3	Individualisierung der Gruppenarbeit	99
4.2.4	Wirksamkeit der Trainingskonzepte sozialer Kompetenzen	101
4.3	Gesundheit	102
4.3.1	Entspannungsverfahren in Gruppen	104
4.3.2	Gesundes Essen: gemeinsam stark gegen Übergewicht	107
4.3.3	Nie wieder rauchen!	116
4.3.4	Integrative Gesundheitstrainings	118
4.4	Verhaltenstherapeutische Prävention bei Kindern und Jugendlichen	121
4.4.1	Präventive Gruppenarbeit mit Kindern	122
4.4.2	Präventive Gruppenarbeit mit Jugendlichen	129
4.5	Soziale Kompetenz und Problembewältigung im hohen Alter	133
4.5.1	Verhaltenstherapeutische Gruppenarbeit mit alten Menschen	135
4.5.2	Weitere Schwerpunkte	140

5	Störungsspezifische Verhaltenstherapie in Gruppen	142
5.1	Ängste, Phobien und Zwangsstörungen	143
5.1.1	Agoraphobie	144
5.1.2	Angstanfälle (Panik)	147
5.1.3	Spezifische Phobien	151
5.1.4	Soziale Phobien	152
5.1.5	Generalisierte Angststörung	153
5.1.6	Zwangsstörungen	155
5.2	Affektive Störungen	157
5.2.1	Depression	158
5.2.2	Bipolare Störungen	167
5.3	Schizophrenie	168
5.3.1	Patientenschulung	169
5.3.2	Behandlungsschwerpunkte in Gruppen	173
5.4	Abhängigkeit und Sucht	178
5.4.1	Konfrontation mit der Sucht und Behandlungsziele	178
5.4.2	Vorteile von Gruppen	180
5.4.3	Weitere Wirksamkeitsaspekte	184
5.5	Persönlichkeitsstörungen	186
5.5.1	Gruppenseminar über Persönlichkeitsstörungen in der Klinik	186
5.5.2	Training sozialer Kompetenzen	187
5.5.3	Zieloffene Verhaltenstherapiegruppen	191
5.5.4	Borderline-Persönlichkeitsstörung	192
5.5.5	Dissoziale Persönlichkeitsstörung	197
5.6	Essstörungen: Anorexia nervosa, Bulimia nervosa, Binge Eating	198
5.6.1	Ätiologie und Behandlung	200
5.6.2	Multimodulare Gruppenkonzepte in der stationären Behandlung	202
5.7	Somatoforme Störungen	207
5.7.1	Störungsbeschreibung und Ätiologie	207
5.7.2	Therapievorbereitung und Behandlung	209
5.8	Diabetes mellitus	213
5.8.1	Behandlungsziele	215
5.8.2	Kinder und Jugendliche mit Typ-1-Diabetes	216
5.8.3	Erwachsene mit Typ-1-Diabetes	217
5.8.4	Übergewichtige mit Typ-2-Diabetes	219
5.9	Weitere störungsspezifische Konzepte	220
5.9.1	Chronische Schmerzen	220

5.9.2	Körperliche Erkrankungen	223
5.9.3	Sexuelle Störungen	228
5.9.4	Schlafstörungen	229
5.9.5	Pathologisches Spielen	231
6	Familien, Eltern, Paare und Angehörige von Patienten	232
6.1	Gruppen für Eltern mit verhaltensgestörten Kindern	232
6.1.1	Elterntrainings	232
6.1.2	Ziele und Vorgehen	233
6.2	Risikoprävention mit Eltern und Paaren	234
6.2.1	Ehe-, Geburts- und Familienvorbereitung in Gruppen	234
6.2.2	Gruppen für Eltern, die ihre Kinder misshandeln und vernachlässigen	237
6.2.3	Elterngruppen bei Kindern mit psychischen Störungen, Krankheiten und Behinderungen	240
6.3	Gruppenarbeit mit Angehörigen schizophrener Patienten	243
6.3.1	Das Zusammenleben mit schizophrenen Menschen	244
6.3.2	Angehörigengruppen	245
6.4	Weitere Angehörigengruppen mit präventiver, psychotherapeutischer und rehabilitativer Zielsetzung	248
6.4.1	Ziele	248
6.4.2	Angehörigengruppen für Kinder oder Geschwister von Patienten	250
6.4.3	Angehörigengruppen für Partner oder relevante Bezugspersonen	253
6.5	Bewertung	255
7	Gruppendynamik, kurative Wirkfaktoren der Gruppe und instrumentelle Gruppenbedingungen	257
7.1	Nicht oder schwierig zu integrieren: zwei „Welten“ psychotherapeutischer Gruppen	258
7.1.1	Mythos „Gruppendynamik“	259
7.1.2	Zur Relevanz der Gruppendynamik	260
7.1.3	Der Dienstvertrag mit dem Patienten	262
7.1.4	Der Mythos vom sozialen Mikrokosmos therapeutischer Gruppen	264
7.1.5	Gruppenkonflikte: Prävention und Behandlung	265

7.2	Wirkfaktoren verhaltenstherapeutischer Gruppen	273
7.2.1	Therapeutische Wirkfaktoren	273
7.2.2	Unterschiedliche Funktionen und Wirkungsbereiche	277
7.3	Wann und warum Patienten in Gruppen Schaden nehmen	278
7.3.1	Varianzerweiterung und der Deterioration-Effekt	279
7.3.2	Therapeutenfehler	282
7.3.3	Weitere Studien	285
7.4	Die Förderung der Selbst- und Mitverantwortung von Patienten	286
7.4.1	Gruppenverhaltenstherapie ist Einzeltherapie in der Gruppe!	288
7.4.2	Patienten entscheiden selbst, ob, wann und wie sie mitarbeiten!	289
7.4.3	Interessenunterschiede in der Gruppe haben Vorrang!	294
7.4.4	Interpersonelle Konflikte in der Gruppe löst jeder Patient für sich selbst!	295
7.4.5	Übertragbarkeit der Leitlinien auf verhaltenstherapeutische Gruppen	296
7.4.6	Hoffnung und Wunsch	298
	Literatur	299
	Personenverzeichnis	329
	Sachverzeichnis	337