

Inhalt

Geleitwort von Peter Schulthess	11
Vorwort von Bud Feder	13
Einleitung	15
TEIL 1	23
Gruppenleiten – von der Angst zu mehr Sicherheit	25
Alles könnte außer Kontrolle geraten	25
Sie könnten abgelehnt werden und sich lächerlich machen	26
Ihnen könnte nichts mehr einfallen	27
Sie könnten Schaden anrichten	28
Sie könnten Wichtiges übersehen	29
Aufkommende Konflikte könnten die Gruppe sprengen	30
Wir fangen an	33
Der innere Supervisor	41
Die Kultivierung des inneren Supervisors	42
Die Auswertung des bisherigen Gruppengeschehens	44
Die Selbstfürsorge des inneren Supervisors	48
Zusammenfassung der Aufgaben des inneren Supervisors	50
So könnte es weitergehen – einige allgemeine Prinzipien	51
Figur-Hintergrund als Orientierungshilfe	51
Über Verlangsamung zum Gewahrsein bis zur Entautomatisierung	52
Vom Allgemeinen zum Spezifischen, vom Abstrakten zum Konkreten	53
Offene und geschlossene Gestalten	54
Einen Fokus finden und halten	57
Das volle Potenzial einer Gruppe nutzen lernen	57
Der therapeutische Prozess in der Gruppe	61
Landkarte für Veränderungsprozesse in der Gruppe	61
Aufbau einer therapeutischen Beziehung	61
Kontakt und dessen Vermeidung	63
Widerstand und offene Gestalten	63
Von der Angst zur Erregung	64

Die Erregung in spontanes Handeln einfließen lassen	65
Die Erfahrung aus der Gruppe in den Alltag übertragen	66
Ich, Du und Wir im Gruppenprozess	71
Die Gruppe als Organismus	71
Die Gestaltgruppe als ideales Lernfeld	71
Die Entwicklung von Verbindlichkeit	72
Der Kontaktzyklus als Modell der Bedürfnisregulierung in der Gruppe	73
Der Kontaktzyklus, übertragen auf ganzheitliche Erfahrungseinheiten im Gruppengeschehen	74
Unterschiedliche Modelle für den Entwicklungsverlauf einer Gruppe	75
Entwicklungsmodell einer Gestaltgruppe	77
Konzentration auf das Hier-und-Jetzt in der Gruppe	81
Statt über etwas zu reden, jemanden direkt ansprechen	83
Was können wir hier und jetzt in der Gruppe miteinander tun?	85
Das Dort-und-Jetzt entspricht dem Hier-und-Jetzt in der Gruppe	89
Vom Dort-und-Damals ins Hier-und-Jetzt	91
Vom Dort-und-Jetzt ins Hier-und-Jetzt	92
Ich, Du und Wir im Hier-und-Jetzt in der Gruppe	93
Träume als Botschaft im Hier-und-Jetzt der Gruppe	93
Das Wahrnehmungskontinuum	95
Feedback geben	97
Das Johari-Fenster	97
Unterschiedliche Formen von Feedback	98
Rückmeldungen annehmbar gestalten	100
Auf das richtige Timing kommt es an	103
Feedback für Diaden und Paare	105
Klärung des Gruppenprozesses	107
Der Unterschied zwischen Inhalt und Prozess	107
Warum Prozessbeobachtungen so wichtig sind	108
Was lässt sich beobachten?	108
Was teile ich mit?	108
Wie teile ich mit?	109
Mitten drin – einige allgemeine Prinzipien	113
Die Kreativität des Gruppenleiters	113
Lösung chronischer Fixierung	114

Die Gruppe als Container für regressive Ablösearbeit	119
Techniken, die aus der Tiefung führen	122
Umgang mit autonomen Körperreaktionen	123
Vertiefung der Selbsterfahrung durch Körperarbeit	124
Typische Gruppenprozesse	129
Untergruppenbildung	130
Interventionsmöglichkeiten bei Festhalten an rigider Untergruppe	131
Über einen direktiven Eingriff in den Gruppenprozess	133
Pairing	134
Interventionsmöglichkeiten bei Bildung rigider Paare	135
Ein Fall von Selbstregulation	137
Splitting	137
Therapeutischer Umgang mit Spaltungsprozessen	139
Splitting und projektive Identifikation	141
Interventionsmöglichkeiten bei Kontaktunterbrechungen im Gruppengeschehen	145
Kontaktunterbrechungen des Individuums werden immer unter Einbeziehung der Gruppe bearbeitet	145
Typische Beispiele für Kontaktunterbrechungen im Gruppengeschehen anhand des Kontaktzyklus	146
Konfluenz	149
Retroflexion und Projektion	151
Egotismus, Projektion und Introjektion	152
Konfluenz	153
Retroflexion, Introjektion und Konfluenz	154
Übertragung und Gegenübertragung	157
Übertragung und Gegenübertragung als Sonderform von Projektion	157
Übertragung und Gegenübertragung im Unterschied zu einer einfachen Projektion	158
Übertragung und Gegenübertragung als komplexes und fixiertes Muster von Kontaktunterbrechungen	158
Erkennen von und Umgang mit Übertragung und Gegenübertragung	159
Übertragung als Zugangsweg zur Wirklichkeit	161
Übertragung und Transparenz	162
Abstinenz versus Transparenz	162
Was brauchen Sie, um arbeitsfähig zu bleiben?	163

Arbeit mit der Gruppe als Ganzes	169
Die Gruppe im Nebel – Auflösung einer konfluenten Gruppenkultur	169
Die Gruppe im Wellnessbad – spielerische Aufweichung von Rollenfixierung	170
Die heilende Kraft der Gruppe	171
Das kreative Potenzial der Gruppe nutzen	175
Theatralische Bearbeitung offener Gestalten	175
Arbeit mit Polaritäten – sich verkleiden	177
Traumarbeit	179
Wenn das mein Traum wäre ...	179
Der Traum als Projektion innerpsychischer Konflikte	180
Arbeit mit Märchen	180
Arbeiten mit dem Alter-Ego	182
Wir nähern uns dem Ende	185
Kurzlebige themenzentrierte Gruppen	186
Institutionelle Supervisions- oder Fortbildungsgruppen	187
Ausbildungsgruppen	187
Therapiegruppen	188
Unterschiedliche Reaktionen auf das angekündigte Ende	189
Eine detaillierte Landkarte für die Abschlussphase einer Gruppe	190
Faktoren, die einen befriedigenden Gruppenabschluss begünstigen	191
Die letzten Treffen entlang einer Prioritätenliste planen	195
Beispiele für typische Gruppenepisoden aus der Abschlussphase	196
TEIL 2	203
Gestalt-Gruppentherapie in der psychiatrischen Akutklinik	205
Einleitung	205
Das Feld	205
Rahmenbedingungen	207
Entwicklung meiner Annahmen	208
Fundamente	211
Ziele der stationären Gruppentherapie	214
Konsequenzen für die Behandlung	215
Die Nutzung von Gruppenphasen	217
Krisensituationen	227
Abschluss	240

TEIL 3	243
Anhang	245
Vorschläge für Experimente und Gruppenaktivitäten	245
Für Gruppen in der Anfangsphase	245
1. Sich mit Namen und Eigenschaften vorstellen (Mit der Polarität experimentieren 245)	245
2. Sich als Tier vorstellen – Projektion	246
3. Du damals als Kind – Projektion	246
4. Ich, Du, Ihr ...	247
5. Einige leere Stühle ...	248
6. Herausfinden von Gemeinsamkeiten und Unterschieden	249
7. Vergleichende Aufstellungen	250
Für Gruppen, die schon eine Weile zusammen sind	250
1. Rangordnung	250
2. Gruppenkörper	251
3. Zur Erfahrung unterschiedlicher Kontaktfunktionen (Schauen 253, Hören 254, Riechen 257, Schmecken 259, Spüren 261, Töne, Stimme und Sprache 266)	252
4. Gehmeditation	268
5. Führen und geführt werden	269
Für Gruppen, die sich dem Ende nähern	270
1. Abschied und Trennung in der bisherigen Biographie	270
2. Gemeinsame Rückschau auf die Geschichte der Gruppe	273
3. Gemeinsame Rückschau auf die Innere Reise des Einzelnen	273
4. Abschließende Rückmeldungen und Auswertungen	274
5. Abschlussrituale für die Gruppe (Ein Abschiedsgeschenk 276, Zum Abschied eine Klangmassage 276)	276
Interview mit Gordon Wheeler	279
Literaturverzeichnis	299