

Inhaltsverzeichnis

Einführung	13
1 Wirksamkeit von Gruppentherapie	21
1.1 Die Effektivität gruppentherapeutischer Behandlung	21
1.2 Die Effektivität von Einzel- und Gruppenpsychotherapie im Vergleich	23
1.3 Gruppenpsychotherapie als Komponente eines multimodalen Therapieprogrammes	27
1.4 Die Effektivität unterschiedlicher Formen von Gruppenpsychotherapie	28
1.5 Unerwünschte Nebenwirkungen	30
1.6 Zusammenfassung und Konsequenzen für die Praxis	33
2 Die Magie der Gruppe: Wirkfaktoren der Gruppenpsychotherapie	35
2.1 Das Konzept der therapeutischen (Wirk-)faktoren	35
2.2 Effekte von Gruppentherapie	36
2.3 Die Bedeutung formaler Veränderungstheorien	39
2.4 Die Bedeutung von Kleingruppenprozessen	41
2.4.1 Die Rolle der Gruppendynamik für das Verständnis von Kleingruppenprozessen	41
2.4.2 Die Bedeutung der Gruppendynamik für die Gruppentherapie	52
2.5 Der Gruppenleiter	77
2.5.1 Die Encounter-Gruppenstudie von Lieberman, Yalom und Miles	79
2.5.2 Wodurch ist optimales Leiterverhalten gekennzeichnet? – Die Studie von Dies	84
2.5.3 Welche Form und welches Maß der Strukturierung ist sinnvoll?	85
2.5.4 Drei Dimensionen des Leiterverhaltens, die ein konstruktives Gruppenklima fördern	87
2.5.5 Co-therapeutische Gruppenleitung	90
2.5.6 Sind erfahrene Gruppentherapeuten erfolgreicher als unerfahrene?	92
2.6 Patientenmerkmale	93

2.6.1	Selektive Indikation – Welche Form der Gruppentherapie eignet sich für welche Störung?	94
2.6.2	Einfluss von soziodemografischen und Persönlichkeitseigenschaften	95
2.7	Struktur und Setting	99
2.7.1	Die Gruppengröße	100
2.7.2	Die Zusammensetzung der Gruppe	101
2.7.3	Die Stabilität der Gruppenzusammensetzung	104
2.7.4	Die Dauer der Gruppe und die Sitzungsfrequenz	108
2.7.5	Status der Gruppentherapie	110
2.7.6	Art der Vorbereitung auf die Gruppentherapie und das Verfahren	111
2.7.7	Umgebung und Setting	113
3	Gruppentherapeutische Verfahren	117
3.1	Merkmale unterschiedlicher Gruppentherapieverfahren	117
3.2	Zwei unterschiedliche „Therapiewelten“	121
3.2.1	„Initiiere den Prozess und mache ihn zum Thema“ – Konflikt-, beziehungs- und interaktionsorientierte Psychotherapiegruppen	122
3.2.2	„Gib dem Thema einen Rahmen und dem Prozess eine Richtung“ – Störungs-, methoden- und einzelfallorientierte Gruppen	125
3.2.3	Interaktions- vs. einzelfallorientierte Therapieverfahren – konträr oder kompatibel?	130
3.3	Verhaltenstherapeutische Gruppen	134
3.3.1	Störungsspezifische und problemorientierte Gruppen	134
3.3.2	Multimodulare VT-Gruppen	141
3.3.3	Zieloffene VT-Gruppen	143
3.4	Lernen in Gruppen	146
4	Die Durchführung zieloffener Gruppen	151
4.1	Anliegenbezogene verhaltenstherapeutische Gruppentherapie (AVG)	151
4.2	Struktur und Ablauf der AVG	152
4.2.1	Vorbereitende Sitzungen	154
4.2.2	Anliegenbezogene Sitzungen	155
4.2.3	Konflikt- und krisenorientierte Sitzungen	156
4.2.4	Abschlussitzungen	158

4.3	Die Wissens- und Fertigkeitenpyramide des Gruppentherapeuten	161
4.3.1	Der Eingangsbereich: Indikation, Zusammenstellung und Vorbereitung der Gruppe	162
4.3.2	Die erste Ebene: Theoretische und praktische Fertigkeiten der Prozesssteuerung	163
4.3.3	Die zweite Ebene: Vorgegebene Themenbearbeitung	164
4.3.4	Die dritte Ebene: Arbeit mit einem Fokuspatienten	166
5	Schaffen günstiger Ausgangsbedingungen	169
5.1	Der „Eingangsbereich“	169
5.1.1	Indikationsstellung	169
5.1.2	Zusammenstellung der Gruppe	171
5.1.3	Vorbereitung der Patienten auf die Gruppe	174
5.2	Die erste Ebene: Theoretische und praktische Fertigkeiten der Prozesssteuerung	178
5.2.1	Wissen um die Gruppendynamik und gruppentherapeutische Wirkfaktoren	179
5.2.1.1	Die Entwicklungsphasen einer Gruppe	180
5.2.1.1.1	Forming: Die Gründungsphase – die Gruppe findet sich ..	180
5.2.1.1.2	Storming: Die Streitphase – Konflikte brechen auf	182
5.2.1.1.3	Norming: Die Vertragsphase – vom Konflikt zur Kooperation	184
5.2.1.1.4	Performing: Die Arbeitsphase – die Erfüllung der Aufgaben steht im Vordergrund	186
5.2.1.1.5	Adjourning: Die Abschiedsphase – die Trennung von der Gruppe steht an	190
5.2.1.2	Der Umgang mit Normen und Rollen in Gruppen	194
5.2.1.2.1	Normen in Gruppen	194
5.2.1.2.2	Rollen in Gruppen	199
5.2.1.3	Gruppentherapeutische Wirkfaktoren	202
5.2.2	Die Anwendung von Gruppenregeln	210
5.2.2.1	Die Verpflichtung zur Verschwiegenheit	212
5.2.2.2	Wertschätzender Umgang	214
5.2.2.3	Zielerreichung geht vor	215
5.2.2.4	Den Bezug zum eigenen Erleben herstellen	216
5.2.2.5	Jeder bringt sich ein: Teilnahme an der Orientierungs- und an der Abschlussrunde	217
5.2.2.6	Gruppenspezifische Regeln	218
5.2.3	Durchführung der Orientierungs- und der Abschlussrunde sowie des Blitzlichtes	219

5.2.3.1	Durchführung der Orientierungsrunde	219
5.2.3.2	Die Abschlussrunde	228
5.2.3.3	Das Blitzlicht	229
5.2.4	Verschiedene Formen von Gruppenfeedback kennen und anleiten können	231
5.2.5	Angemessene und konstruktive Gesprächsbeiträge fördern, inadäquate oder destruktive unterbinden können	244
5.2.6	Die Bedeutung der Gesprächstechniken für die AVG	251
6	Die zweite Ebene: Vorgegebene Themenbearbeitung	253
6.1	Indikation und Durchführung strukturierter Aktivitäten – Aufgaben, Übungen und Interaktionsspiele	253
6.2	Der Einsatz strukturierter Aktivitäten in der Anfangsphase der AVG	264
6.2.1	Durchführung diagnostischer Sitzungen und vorbereitender Einzelgespräche	265
6.2.2	Die erste Gruppentherapeutische Sitzung: Kennenlernen und Vertrauensaufbau	266
6.2.3	Die zweite und dritte Sitzung: Kennenlernen und Vertrauensaufbau – Fortsetzung	268
6.2.4	Das Erarbeiten der Gruppenregeln	272
6.2.5	Vierte und fünfte Sitzung: Erhebung der Symptomatik und Problemanalyse	274
6.2.6	Sechste und siebte Sitzung: Zielanalyse und Vorbereitung auf die anliegenbezogene Einzelarbeit	276
6.2.7	Achte und neunte Sitzung: Beginn der anliegenbezogenen Einzelarbeit	277
6.2.8	Die weiteren, anliegenbezogenen Sitzungen	278
6.2.9	Die Gestaltung der Abschlussitzungen	280
6.3	Weitere strukturierte Aufgaben und Interaktionsspiele für die AVG	281
6.3.1	Herstellen und/oder Verbessern der instrumentellen Gruppenbedingungen	282
6.3.2	Methoden zur Generierung potenzieller Anliegen	284
6.3.3	Die ökonomische Bearbeitung von Anliegen aller Gruppenmitglieder	290
6.3.4	Die Bearbeitung dysfunktionaler Kommunikationsprozesse oder gruppaler Konflikte	294
6.3.5	Methoden der Aktivierung und Auflockerung	301

7 Die dritte Ebene: Die Arbeit mit einem Fokuspatienten	307
7.1 Der Ablauf einer Sitzung und die Formulierung von Anliegen	308
7.2 Durchführung der Orientierungsrunde und Sammeln von Anliegen	308
7.3 Die Auswahl des Fokuspatienten	312
7.4 Die Bearbeitung von Anliegen	314
7.4.1 Die Phase der Anliegenklärung und der Zielfindung	314
7.4.2 Die Phase der Problemanalyse und -lösung	317
7.4.2.1 Die Spezifizierung des Ist-Zustandes	317
7.4.2.2 Das Herausarbeiten des Ziel-Zustandes	324
7.4.2.3 Die Analyse der Mittel	325
7.4.3 Die Transferphase	328
8 Spezifische Methoden für die Problembearbeitung	331
8.1 Verhaltenstherapeutische Methoden in der AVG	336
8.1.1 Kognitive Umstrukturierung	336
8.1.2 Die Durchführung von Verhaltensanalysen	344
8.1.3 Rollenspiele	350
8.2 Systemaufstellungen	361
8.2.1 Konzeptuelle Grundlagen und Beschreibung der Methode	361
8.2.2 Die Durchführung einer Systemaufstellung	367
8.2.3 Abschließende Bemerkungen zu Systemaufstellungen in verhaltenstherapeutischen Gruppen	383
8.3 Methoden, die die Gruppe als sozialen Mikrokosmos definieren	385
8.3.1 Das Gruppensoziogramm aus individueller Perspektive	386
8.3.2 Das Gespräch hinter dem Vorhang	394
8.3.3 Das personenbezogene Feedback	400
8.4 Abschiedsrituale in halboffenen Gruppen	406
8.5 Die Auswahl der Methode	410
9 Der Umgang mit schwierigen Gruppensituationen	415
9.1 Die Gruppenmitglieder bringen keine Themen ein	417
9.2 Ein Patient reagiert mit intensivem Emotionsausdruck	420
9.3 Der Gruppentherapeut wird kritisiert	430
9.4 Konflikte zwischen den Gruppenmitgliedern	439
9.5 Ein Patient bricht die Therapie ab oder kann diese nicht beenden	447

9.5.1	Der Therapieabbruch	447
9.5.2	Ein Patient muss die Therapie vorzeitig beenden	449
9.5.3	Ein Patient suizidiert sich im Verlauf einer Gruppen- therapie	449
9.5.4	Ein Patient verstirbt im Verlauf einer Gruppentherapie	452
10	Einige Anmerkungen zum Abschluss	455
	Literatur	459
	Sachregister	471