

Peter Fiedler

Verhaltenstherapie in Gruppen

Psychologische Psychotherapie in der Praxis

2., vollständig überarbeitete Auflage

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

3.1.3 Beginn und Ablauf der Gruppentherapie

3.2 Konkretes therapeutisches Vorgehen

3.2.1 Orientierung

3.2.2 Problemanalyse versus Zielanalyse

3.2.3 Problemsimulation, Problemaktualisierung

3.2.4 Gruppenauswertung und Feedback

3.2.5 Zielanalyse

3.2.6 Probeweise Lösungsaktionen

3.2.7 Gruppenauswertung und Feedback

3.2.8 Planungsphase

3.2.9 Sitzungsevaluation, Patientenschulung

Verhaltensanalytische Gruppentherapie:

Ein Schema zum Prozessablauf einzelner Sitzungen und zur adaptiven Indikation

**4 Verhaltenstherapeutische Prävention mit Gruppen:
soziale Kompetenz und Gesundheit**

4.1 Information, Aufklärung, Patientenschulung

4.1.1 Begründung und Ziele

4.1.2 Gruppenkonzepte

4.2 Zwischenmenschliche Kompetenz und Beziehungsfähigkeit

4.2.1 Standardisierte Selbstsicherheitstrainings

4.2.2 Ziele, Medien und Methoden moderner Sozialtrainings

4.2.3 Individualisierung der Gruppenarbeit

4.2.4 Wirksamkeit der Trainingskonzepte sozialer Kompetenzen

4.3 Gesundheit

4.3.1 Entspannungsverfahren in Gruppen

4.3.2 Gesundes Essen: gemeinsam stark gegen Übergewicht

4.3.3 Nie wieder rauchen!

4.3.4 Integrative Gesundheitstrainings

**4.4 Verhaltenstherapeutische Prävention bei Kindern
und Jugendlichen**

4.4.1 Präventive Gruppenarbeit mit Kindern

4.4.2 Präventive Gruppenarbeit mit Jugendlichen

4.5 Soziale Kompetenz und Problembewältigung im hohen Alter

4.5.1 Verhaltenstherapeutische Gruppenarbeit mit alten Menschen

4.5.2 Weitere Schwerpunkte

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
- 5.9.3 Sexuelle Störungen
- 5.9.4 Schlafstörungen
- 5.9.5 Pathologisches Spielen

6 Familien, Eltern, Paare und Angehörige von Patienten

6.1 Gruppen für Eltern mit verhaltensgestörten Kindern

- 6.1.1 Elterntrainings
- 6.1.2 Ziele und Vorgehen

6.2 Risikoprävention mit Eltern und Paaren

- 6.2.1 Ehe-, Geburts- und Familienvorbereitung in Gruppen
- 6.2.2 Gruppen für Eltern, die ihre Kinder misshandeln und vernachlässigen
- 6.2.3 Elterngruppen bei Kindern mit psychischen Störungen, Krankheiten und Behinderungen

6.3 Gruppenarbeit mit Angehörigen schizophrener Patienten

- 6.3.1 Das Zusammenleben mit schizophrenen Menschen
- 6.3.2 Angehörigengruppen

6.4 Weitere Angehörigengruppen mit präventiver, psychotherapeutischer und rehabilitativer Zielsetzung

- 6.4.1 Ziele
- 6.4.2 Angehörigengruppen für Kinder oder Geschwister von Patienten
- 6.4.3 Angehörigengruppen für Partner oder relevante Bezugspersonen

6.5 Bewertung

7 Gruppendynamik, kurative Wirkfaktoren der Gruppe und instrumentelle Gruppenbedingungen

7.1 Nicht oder schwierig zu integrieren: zwei „Welten“ psychotherapeutischer Gruppen

- 7.1.1 Mythos „Gruppendynamik“
- 7.1.2 Zur Relevanz der Gruppendynamik
- 7.1.3 Der Dienstvertrag mit dem Patienten
- 7.1.4 Der Mythos vom sozialen Mikrokosmos therapeutischer Gruppen
- 7.1.5 Gruppenkonflikte: Prävention und Behandlung

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