

Inhaltsverzeichnis

Einführung	13
1 Wirksamkeit von Gruppentherapie	20
1.1 Die Effektivität gruppentherapeutischer Behandlung	20
1.2 Die Effektivität von Einzel- und Gruppenpsychotherapie im Vergleich	22
1.3 Gruppenpsychotherapie als Komponente eines multimodalen Therapieprogrammes	26
1.4 Die Effektivität unterschiedlicher Formen von Gruppenpsychotherapie	27
1.5 Unerwünschte Nebenwirkungen	29
1.6 Zusammenfassung und Konsequenzen für die Praxis	32
2 Die Magie der Gruppe: Wirkfaktoren der Gruppenpsychotherapie	34
2.1 Das Konzept der therapeutischen (Wirk-)Faktoren	34
2.2 Effekte von Gruppentherapie	35
2.3 Die Bedeutung formaler Veränderungstheorien	38
2.4 Die Bedeutung von Kleingruppenprozessen	40
2.4.1 Die Rolle der Gruppendynamik für das Verständnis von Kleingruppenprozessen	40
2.4.2 Die Bedeutung der Gruppendynamik für die Gruppentherapie	51
2.5 Der Gruppenleiter	75
2.5.1 Die Encounter-Gruppenstudie von Lieberman, Yalom und Miles	77
2.5.2 Wodurch ist optimales Leiterverhalten gekennzeichnet? – Die Studie von Dies	82
2.5.3 Welche Form und welches Maß der Strukturierung ist sinnvoll?	83
2.5.4 Drei Dimensionen des Leiterverhaltens, die ein konstruktives Gruppenklima fördern	85
2.5.5 Co-therapeutische Gruppenleitung	87
2.5.6 Sind erfahrene Gruppentherapeuten erfolgreicher als unerfahrene?	90
2.6 Patientenmerkmale	91
2.6.1 Selektive Indikation – Welche Form der Gruppentherapie eignet sich für welche Störung?	91

2.6.2	Einfluss von soziodemografischen und Persönlichkeitseigenschaften	93
2.7	Struktur und Setting	97
2.7.1	Die Gruppengröße	97
2.7.2	Die Zusammensetzung der Gruppe	99
2.7.3	Die Stabilität der Gruppenzusammensetzung	102
2.7.4	Die Dauer der Gruppe und die Sitzungsfrequenz	105
2.7.5	Status der Gruppentherapie	107
2.7.6	Art der Vorbereitung auf die Gruppentherapie und das Verfahren	109
2.7.7	Umgebung und Setting	111
3	Gruppentherapeutische Verfahren	114
3.1	Merkmale unterschiedlicher Gruppentherapieverfahren	114
3.2	Zwei unterschiedliche „Therapiewelten“	117
3.2.1	„Initiiere den Prozess und mache ihn zum Thema“ – Konflikt-, beziehungs- und interaktionsorientierte Psychotherapiegruppen	117
3.2.2	„Gib dem Thema einen Rahmen und dem Prozess eine Richtung“ – Störungs-, methoden- und einzelfallorientierte Gruppen	121
3.2.3	Interaktions- vs. einzelfallorientierte Therapieverfahren – konträr oder kompatibel?	126
3.3	Verhaltenstherapeutische Gruppen	129
3.3.1	Störungsspezifische und problemorientierte Gruppen	129
3.3.2	Multimodulare VT-Gruppen	135
3.3.3	Zieloffene VT-Gruppen	137
3.4	Lernen in Gruppen	140
4	Die Durchführung zieloffener Gruppen	144
4.1	Anliegenbezogene verhaltenstherapeutische Gruppentherapie (AVG)	144
4.2	Struktur und Ablauf der AVG	146
4.2.1	Vorbereitende Sitzungen	147
4.2.2	Anliegenbezogene Sitzungen	148
4.2.3	Konflikt- und krisenorientierte Sitzungen	150
4.2.4	Abschlusssitzungen	151
4.3	Die Wissens- und Fertigkeitenpyramide des Gruppentherapeuten	154
4.3.1	Der Eingangsbereich: Indikation, Zusammenstellung und Vorbereitung der Gruppe	155
4.3.2	Die erste Ebene: Theoretische und praktische Fertigkeiten der Prozesssteuerung	156
4.3.3	Die zweite Ebene: Vorgegebene Themenbearbeitung	157
4.3.4	Die dritte Ebene: Arbeit mit einem Fokuspatienten	159

5	Schaffen günstiger Ausgangsbedingungen	162
5.1	Der „Eingangsbereich“	162
5.1.1	Indikationsstellung	162
5.1.2	Zusammenstellung der Gruppe	164
5.1.3	Vorbereitung der Patienten auf die Gruppe	167
5.2	Die erste Ebene: Theoretische und praktische Fertigkeiten der Prozesssteuerung	170
5.2.1	Wissen um die Gruppendynamik und gruppentherapeutische Wirkfaktoren	172
5.2.1.1	Die Entwicklungsphasen einer Gruppe	172
5.2.1.1.1	Forming: Die Gründungsphase – die Gruppe findet sich	173
5.2.1.1.2	Storming: Die Streitphase – Konflikte brechen auf	174
5.2.1.1.3	Norming: Die Vertragsphase – vom Konflikt zur Kooperation	176
5.2.1.1.4	Performing: Die Arbeitsphase – die Erfüllung der Aufgaben steht im Vordergrund	179
5.2.1.1.5	Adjourning: Die Abschiedsphase – die Trennung von der Gruppe steht an	182
5.2.1.2	Der Umgang mit Normen und Rollen in Gruppen	186
5.2.1.2.1	Normen in Gruppen	186
5.2.1.2.2	Rollen in Gruppen	190
5.2.1.3	Gruppentherapeutische Wirkfaktoren	194
5.2.2	Die Anwendung von Gruppenregeln	202
5.2.2.1	Die Verpflichtung zur Verschwiegenheit	204
5.2.2.2	Wertschätzender Umgang	205
5.2.2.3	Zielerreichung geht vor	206
5.2.2.4	Den Bezug zum eigenen Erleben herstellen	207
5.2.2.5	Jeder bringt sich ein: Teilnahme an der Orientierungs- und an der Abschlussrunde	208
5.2.2.6	Gruppenspezifische Regeln	209
5.2.3	Durchführung der Orientierungs- und der Abschlussrunde sowie des Blitzlichtes	211
5.2.3.1	Durchführung der Orientierungsrunde	211
5.2.3.2	Die Abschlussrunde	219
5.2.3.3	Das Blitzlicht	220
5.2.4	Verschiedene Formen von Gruppenfeedback kennen und anleiten können	222
5.2.5	Angemessene und konstruktive Gesprächsbeiträge fördern, inadäquate oder destruktive unterbinden können	235
5.2.6	Die Bedeutung der Gesprächstechniken für die AVG	242
6	Die zweite Ebene: Vorgegebene Themenbearbeitung	244
6.1	Indikation und Durchführung strukturierter Aktivitäten – Aufgaben, Übungen und Interaktionsspiele	244

6.2	Der Einsatz strukturierter Aktivitäten in der Anfangsphase der AVG ...	255
6.2.1	Durchführung diagnostischer Sitzungen und vorbereitender Einzelgespräche	256
6.2.2	Die erste Gruppentherapeutische Sitzung: Kennenlernen und Vertrauensaufbau	257
6.2.3	Die zweite und dritte Sitzung: Kennenlernen und Vertrauensaufbau – Fortsetzung	259
6.2.4	Das Erarbeiten der Gruppenregeln	263
6.2.5	Vierte und fünfte Sitzung: Erhebung der Symptomatik und Problemanalyse	265
6.2.6	Sechste und siebte Sitzung: Zielanalyse und Vorbereitung auf die anliegenbezogene Einzelarbeit	266
6.2.7	Achte und neunte Sitzung: Beginn der anliegenbezogenen Einzelarbeit	268
6.2.8	Die weiteren, anliegenbezogenen Sitzungen	269
6.2.9	Die Gestaltung der Abschlusssitzungen	270
6.3	Weitere strukturierte Aufgaben und Interaktionsspiele für die AVG ...	272
6.3.1	Herstellen und/oder Verbessern der instrumentellen Gruppenbedingungen	272
6.3.2	Methoden zur Generierung potenzieller Anliegen	275
6.3.3	Die ökonomische Bearbeitung von Anliegen aller Gruppenmitglieder ..	281
6.3.4	Die Bearbeitung dysfunktionaler Kommunikationsprozesse oder von Gruppenkonflikten	284
6.3.5	Methoden der Aktivierung und Auflockerung	291
7	Die dritte Ebene: Die Arbeit mit einem Fokuspatienten	297
7.1	Der Ablauf einer Sitzung und die Formulierung von Anliegen	298
7.2	Durchführung der Orientierungsrunde und Sammeln von Anliegen ...	299
7.3	Die Auswahl des Fokuspatienten	302
7.4	Die Bearbeitung von Anliegen	304
7.4.1	Die Phase der Anliegenklärung und der Zielfindung	304
7.4.2	Die Phase der Problemanalyse und -lösung	307
7.4.2.1	Die Spezifizierung des Ist-Zustandes	307
7.4.2.2	Das Herausarbeiten des Ziel-Zustandes	313
7.4.2.3	Die Analyse der Mittel	315
7.4.3	Die Transferphase	317
8	Spezifische Methoden für die Problembearbeitung	319
8.1	Verhaltenstherapeutische Methoden in der AVG'	324
8.1.1	Kognitive Umstrukturierung	324
8.1.2	Die Durchführung von Verhaltensanalysen	332
8.1.3	Rollenspiele	338

8.2	Systemaufstellungen	348
8.2.1	Konzeptuelle Grundlagen und Beschreibung der Methode	348
8.2.2	Die Durchführung einer Systemaufstellung	353
8.2.3	Abschließende Bemerkungen zu Systemaufstellungen in verhaltenstherapeutischen Gruppen	369
8.3	Methoden, die die Gruppe als sozialen Mikrokosmos definieren	371
8.3.1	Das Gruppensoziogramm aus individueller Perspektive	372
8.3.2	Das Gespräch hinter dem Vorhang	380
8.3.3	Das personenbezogene Feedback	386
8.4	Abschiedsrituale in halboffenen Gruppen	391
8.5	Die Auswahl der Methode	396
9	Der Umgang mit schwierigen Gruppensituationen	399
9.1	Die Gruppenmitglieder bringen keine Themen ein	401
9.2	Ein Patient reagiert mit intensivem Emotionsausdruck	404
9.3	Der Gruppentherapeut wird kritisiert	413
9.4	Konflikte zwischen den Gruppenmitgliedern	423
9.5	Ein Patient bricht die Therapie ab oder kann diese nicht beenden	430
9.5.1	Der Therapieabbruch	430
9.5.2	Ein Patient muss die Therapie vorzeitig beenden	432
9.5.3	Ein Patient suizidiert sich im Verlauf einer Gruppentherapie	433
9.5.4	Ein Patient verstirbt im Verlauf einer Gruppentherapie	435
10	Die Durchführung ambulanter Gruppentherapie	438
10.1	Organisatorische Rahmenbedingungen	438
10.2	Zusammenstellung und Varianten ambulanter Therapiegruppen	441
10.2.1	Störungs-, problembezogene und übungsorientierte Gruppentherapien	442
10.2.2	Die Gruppentherapeutische Grundversorgung	445
10.2.3	Die Durchführung anliegenorientierter verhaltenstherapeutischer Gruppentherapien	448
10.3	Indikationsstellung und Vorbereitung	450
10.4	Die Integration von Einzel- und Gruppentherapie	453
10.5	Die Inhalte der Einzel- und Gruppentherapie miteinander in Beziehung setzen	457
11	Einige Anmerkungen zum Abschluss	461
Literatur		465
Sachregister		477