

Inhalt

Widmung	9
Danksagung	11
Vorwort	13
1 Grundlegende Konzepte der Gruppentherapie	15
1.1 Entwicklung der Gruppentherapie	15
1.1.1 Erste Entwicklungen	16
1.1.2 Entwicklung der Gruppentherapie in der humanistischen und der psychodynamischen Psychotherapie	16
1.1.3 Entwicklung der Gruppentherapie innerhalb der Verhaltenstherapie	17
1.2 Wirkfaktoren in der Gruppentherapie	18
1.3 Verfahren, Methoden, Techniken, Setting der Psychotherapie und die Einordnung der Gruppentherapie	23
1.3.1 Verfahren	23
1.3.2 Methoden	24
1.3.3 Techniken	25
1.3.4 Setting	26
1.4 Formen und Modelle der Gruppentherapie	27
1.4.1 Modell Nr. 1: »Interaktionsorientierte Gruppenkonzepte«	27
1.4.2 Modell Nr. 2: »Einzelfallorientierte Gruppenkonzepte«	29
1.4.3 Prinzipien der interaktionsorientierten vs. einzelfallorientierten Gruppentherapie	30
1.4.4 Modell Nr. 3: »Störungsspezifische und auf Prävention ausgerichtete Gruppenkonzepte«	36
2 Praxis der verhaltenstherapeutischen Gruppentherapie	40
2.1 Bedingungen und Regeln der Verhaltenstherapie in Gruppen	40
2.1.1 Instrumentelle Gruppenbedingungen	40
2.1.2 Gruppenregeln	56

2.2	Methoden der verhaltenstherapeutischen Gruppentherapie	62
2.2.1	Transdiagnostische Gruppentherapie	62
2.2.2	Typische Schwierigkeiten bei der Durchführung einer transdiagnostischen, einzelfallorientierten Gruppe	68
2.2.3	Beispiel einer transdiagnostischen Gruppentherapie	71
2.2.4	Vergleich des Vorgehens bei interpersoneller Gruppentherapie und transdiagnostischer Gruppe	119
2.2.5	Problemlösetraining	123
2.2.6	Beispiel einer störungsspezifischen Gruppentherapie für Essstörung	129
3	Basisfertigkeiten des Leiters bei der praktischen Umsetzung verhaltenstherapeutischer Gruppen	139
3.1	Überzeugung, dass die Gruppentherapie ein hilfreiches und angemessenes Setting ist	139
3.2	Erfolgserlebnisse schaffen	139
3.2.1	Positive Erfahrungen der Patienten in die Gruppe einbringen	140
3.2.2	Keine Scheu vor Wiederholungen	140
3.2.3	Auch bei »erfolglosen« Patienten die Hoffnung nicht aufgeben	141
3.3	Integration von Außenseitern über direkte Zuwendung	141
3.4	Making lemonade out of lemons	142
3.5	Fähigkeit zur Selbstbeobachtung	142
3.6	Freundlichkeit angesichts von feindseligem Verhalten	143
3.7	Kenntnis von Validierungsstrategien	147
3.8	Fähigkeit, die verschiedenen Interaktionsebenen bewusst zu beachten	151
3.8.1	Die Interaktionsebenen in störungsspezifischen Gruppen	153
3.8.2	Die Interaktionsebenen in einzelfallorientierten Gruppen	155
3.8.3	Auswirkungen von Symptomen und Verhaltensweisen des Einzelpatienten auf die Mitpatienten	156
3.9	Fähigkeit, mit Angst und Scham umzugehen und Selbstwertgefühl aufzubauen	161
3.9.1	Woran erkennt der Therapeut Angst in der Gruppe	162
3.9.2	Woran erkennt der Gruppentherapeut Scham in der Gruppe?	163
3.9.3	Woran erkennt der Therapeut Selbstwertgefühl bei den Gruppenmitgliedern?	164
3.9.4	Woran erkennt der Therapeut Sicherheitsgefühl bei den Gruppenmitgliedern?	165
3.9.5	Techniken der Angstreduktion in der Gruppensitzung	165
3.9.6	Techniken der Schamreduktion in der Gruppensitzung	166

3.9.7	Techniken des Aufbaus von Selbstwert in der Gruppensitzung	166
3.9.8	Techniken des Aufbaus von Sicherheit in der Gruppensitzung	167
3.10	Auswahl der Gruppenmitglieder	167
3.10.1	Zielgruppen	167
3.10.2	Voruntersuchung	169
3.10.3	Vorgespräche	169
3.11	Umgang mit Werten und Zielen	171
3.12	Patienten mit Persönlichkeitsstörungen in der Gruppentherapie	174
3.12.1	Umgang mit externalisierenden Verhaltensweisen	174
3.12.2	Umgang mit internalisierenden Verhaltensweisen	185
4	Fragen von Gruppentherapeuten aus der Praxis	208
Literatur	217	
Stichwortverzeichnis	219	