

# Inhalt

<b>Vorwort: Eva Jaeggi</b> .....	11
<b>Einleitung</b> .....	13
<b>1 Grundsätzliche Überlegungen</b> .....	17
1.1 Warum Gruppentherapie? .....	17
1.2 Wie funktioniert Gruppentherapie? .....	18
1.3 Wann empfiehlt sich Gruppentherapie? .....	21
1.4 Was macht gute Gruppentherapeut:innen aus? .....	21
<b>2 Theoretische Orientierung</b> .....	25
2.1 Die humanistische Sichtweise .....	25
2.1.1 Ganzheitlichkeit und Ressourcenorientierung .....	26
2.1.2 Resonanz und Authentizität .....	28
2.2 Der psychodynamische Hintergrund .....	29
2.2.1 Übertragungen und unbewusste Beziehungsmuster in der Gruppe .....	29
2.2.2 Foulkes und die Gruppenanalyse .....	32
2.3 Der Beitrag von Yalom .....	35
2.4 Gruppendynamik .....	38
2.4.1 Gruppenphasen .....	38
2.4.2 Rangdynamisches Positionsmodell .....	39
2.4.3 Zusammenfassung .....	44
<b>3 Eine Gruppe in Planung</b> .....	45
3.1 Formale Rahmenbedingungen .....	45
3.1.1 Anzahl, Frequenz und Dauer der Sitzungen .....	45
3.1.2 Gruppengröße und Vergütung .....	46
3.1.3 Gutachterverfahren .....	47
3.1.4 Kombination von Einzel- und Gruppenbehandlung ....	47
3.1.5 Gruppenangebot im Online-Setting .....	49
3.1.6 Dokumentation .....	50

3.2	Eigene Rahmenbedingungen .....	50
3.2.1	Schweigepflicht und Verbindlichkeit .....	52
3.2.2	Ausfallhonorar- und Ferienregelung .....	52
3.2.3	Kontakte außerhalb des therapeutischen Settings .....	53
3.2.4	Beendigung der Zusammenarbeit .....	53
3.3	Zusammenstellung einer neuen Gruppe .....	54
3.3.1	Vorüberlegungen und Zielgruppe .....	54
3.3.2	Zusammenstellung einer Gruppe mit eigenen oder neuen Patient:innen .....	56
3.3.3	Indikation und Kontraindikation .....	58
3.3.4	Geschlossenes oder halboffenes Setting .....	64
3.3.5	Co-Leitung .....	65
3.4	Vorgespräche und Probatorik für eine Gruppentherapie .....	66
3.4.1	Motivationsförderung und Ermutigung .....	67
3.4.2	Diagnostik im Vorgespräch .....	68
3.4.3	Probesitzungen in der Gruppe .....	69
<b>4</b>	<b>Die Gruppentherapie beginnt .....</b>	<b>70</b>
4.1	Gemeinsamer Anfang .....	70
4.2	Neue Mitglieder kommen hinzu .....	73
4.3	Patient:innen mit Klinikerfahrung .....	74
4.4	Die Sitzordnung .....	76
4.5	Gruppennormen .....	78
<b>5</b>	<b>Der Ablauf einer Sitzung .....</b>	<b>80</b>
5.1	Der Sitzungsbeginn .....	80
5.2	Der mittlere Teil der Sitzung .....	83
5.3	Das Ende der Sitzung .....	84
<b>6</b>	<b>Die mittlere Phase der Gruppe .....</b>	<b>86</b>
<b>7</b>	<b>Fokus unserer Aufmerksamkeit .....</b>	<b>91</b>
7.1	Beachten der Gegenübertragung .....	93
7.2	Nonverbale Signale und verbale Äußerungen .....	96
7.3	Einzelne und die Gruppe als Ganzes .....	98

7.4	Beziehungs- und Interaktionsmuster und Konzentration auf den Inhalt .....	103
7.5	Zusammenfassung .....	105
<b>8</b>	<b>Therapeutisches Vorgehen – psychodynamische Interventionsschritte .....</b>	<b>106</b>
8.1	Klären: die Geschichte verstehen .....	108
8.2	Mitfühlen: Gefühle wahrnehmen und benennen .....	109
8.3	Konfrontieren: Widersprüchliches und Problematisches ansprechen .....	111
8.4	Deuten: Sinn, Funktion und Genese verstehen .....	114
8.5	Durcharbeiten: Hindernisse vor der Umsetzung bearbeiten .....	119
8.6	Umsetzen: Verhalten in der Gruppe und im Alltag verändern .....	122
<b>9</b>	<b>Gruppenbezogene Steuerung .....</b>	<b>125</b>
9.1	Aktivität: zurückhalten oder intervenieren? .....	126
9.2	Ansprechen, was fehlt: Abwehr und Unbewusstes .....	129
9.3	Atmosphäre: Energielevel und Stimmung .....	132
9.4	Die drei Dimensionen des Gruppenleitens im Überblick .....	137
<b>10</b>	<b>Werkzeugkoffer .....</b>	<b>139</b>
10.1	Die Rolle des Körpers bei der Erlebnisaktivierung .....	141
10.2	Das Vorgehen bei einer Einzelarbeit in der Gruppe .....	142
10.3	Erlebnisaktivierende Techniken zu Einzelarbeiten in der Gruppe .....	147
10.3.1	Die Arbeit mit dem leeren Stuhl .....	148
10.3.2	Rollenspiele .....	153
10.3.3	Psychodramatische Aufstellungen .....	154
10.3.4	Aufstellungen von Systemen mit Figuren .....	157
10.3.5	Arbeit mit inneren Persönlichkeitsanteilen .....	158
10.3.6	Abgewehrte Aggressionen ausdrücken .....	161
10.3.7	Timeline-Arbeit .....	164

10.4	Erlebnisaktivierende Techniken für die ganze Gruppe .....	164
10.4.1	Runden .....	165
10.4.2	Awareness in der Gruppe .....	165
10.4.3	Kontaktübungen .....	167
10.4.4	Imaginationsübungen .....	170
10.4.5	Ressourcenorientierte Imaginationen .....	174
10.4.6	Symbole und Identifikationsübungen .....	178
10.4.7	Malen und Gestalten .....	179
10.4.8	Soziometrische Aufstellungen .....	181
10.4.9	Arbeit in Kleingruppen .....	183
10.4.10	Übung zu Gruppennormen .....	184
10.4.11	Feedback und Sharing .....	185
10.5	Psychoedukation und Informationsvermittlung .....	188
<b>11</b>	<b>Herausfordernde Situationen im Gruppenprozess .....</b>	<b>190</b>
11.1	Einzelne scheinen nicht in die Gruppe zu passen .....	190
11.2	Rütteln am Rahmen .....	195
11.3	Schweigen in der Gruppe .....	196
11.4	Rückzugstendenzen eines Gruppenmitglieds .....	199
11.5	Ein Gruppenmitglied nimmt zu viel Raum ein .....	201
11.6	Zu viele Anliegen in einer Sitzung .....	203
11.7	»Die Probleme der anderen belasten mich zu stark.« .....	205
11.8	Zwei haben ein Geheimnis .....	207
11.9	Kollision mit eigenen Werten .....	209
11.10	Selbstgefährdung einer Patientin .....	211
11.11	Alkoholkonsum .....	213
11.12	Umgang mit Scham .....	216
11.13	Ein sexueller Übergriff wird berichtet .....	218
11.14	Suizidale Krise .....	223
11.15	Streit ums Ausfallhonorar .....	225
11.16	Verbaler Angriff auf die Gruppenleitung .....	227
11.17	Umgang mit Aggressionen in der Gruppe .....	232
11.18	Spaltung in der Gruppe .....	238
11.19	Co-Leitung und Spaltung .....	242

11.20	Widerstand in Gruppen .....	248
11.21	Hilfe! Die Gruppe löst sich auf!.....	250
<b>12</b>	<b>Die Gruppentherapie endet .....</b>	<b>253</b>
12.1	Gemeinsames Ende einer Therapiegruppe .....	254
12.2	Ende einer Jahresgruppe .....	256
12.3	Einzelne beenden ihre Gruppenteilnahme.....	257
12.4	Das Sitzungskontingent eines Gruppenmitglieds läuft aus .....	261
12.5	Die Gruppenleitung beendet die Gruppe .....	261
<b>13</b>	<b>Anhang.....</b>	<b>263</b>
	Formale Voraussetzungen zum Erwerb der Fachkunde: Erlangen der Abrechnungsgenehmigung für Gruppen- psychotherapie .....	263
	Fragenkomplexe für das Vorgespräch .....	264
	Beispiel eines Gruppenvertrages für eine Therapiegruppe .....	267
	Übung zur achtsamen Wahrnehmung des Körpers .....	269
	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>271</b>