

# GRUPPENTHERAPIE



Als Luigi wieder seinen Revolver verbummelt hatte,  
sagte der Boß nur:  
„Du, das macht mich jetzt aber unheimlich betroffen!“  
und jeder von uns spürte, daß die Gruppentherapie  
echt was gebracht hatte.

# Therapiemarathon



„Das vorliegende Buch ist das Protokoll eines solchen Experiments. Die Teilnehmer, fünf Frauen und fünf Männer, sind „normale Neurotiker“, verkrampte und kontaktarme Großstadtmenschen, die Dr. Shepard in New York auf Partys kennengelernt hat. In einer sechzehnstündigen Marathonsitzung provoziert er sie, über ihre intimsten Probleme zu diskutieren, sich zu beleidigen und sich sympathisch zu finden, sich auszuziehen und sich zu umarmen. Sie alle machen während dieser Intensivbegegnung die Erfahrung, um wieviel reicher das Leben werden kann, wenn man sich dem anderen öffnet.“

# Instrumentelle Gruppenbedingungen

Die verhaltenstherapeutische Gruppentherapie bedarf der systematischen Einbeziehung von Gruppenprozessen.

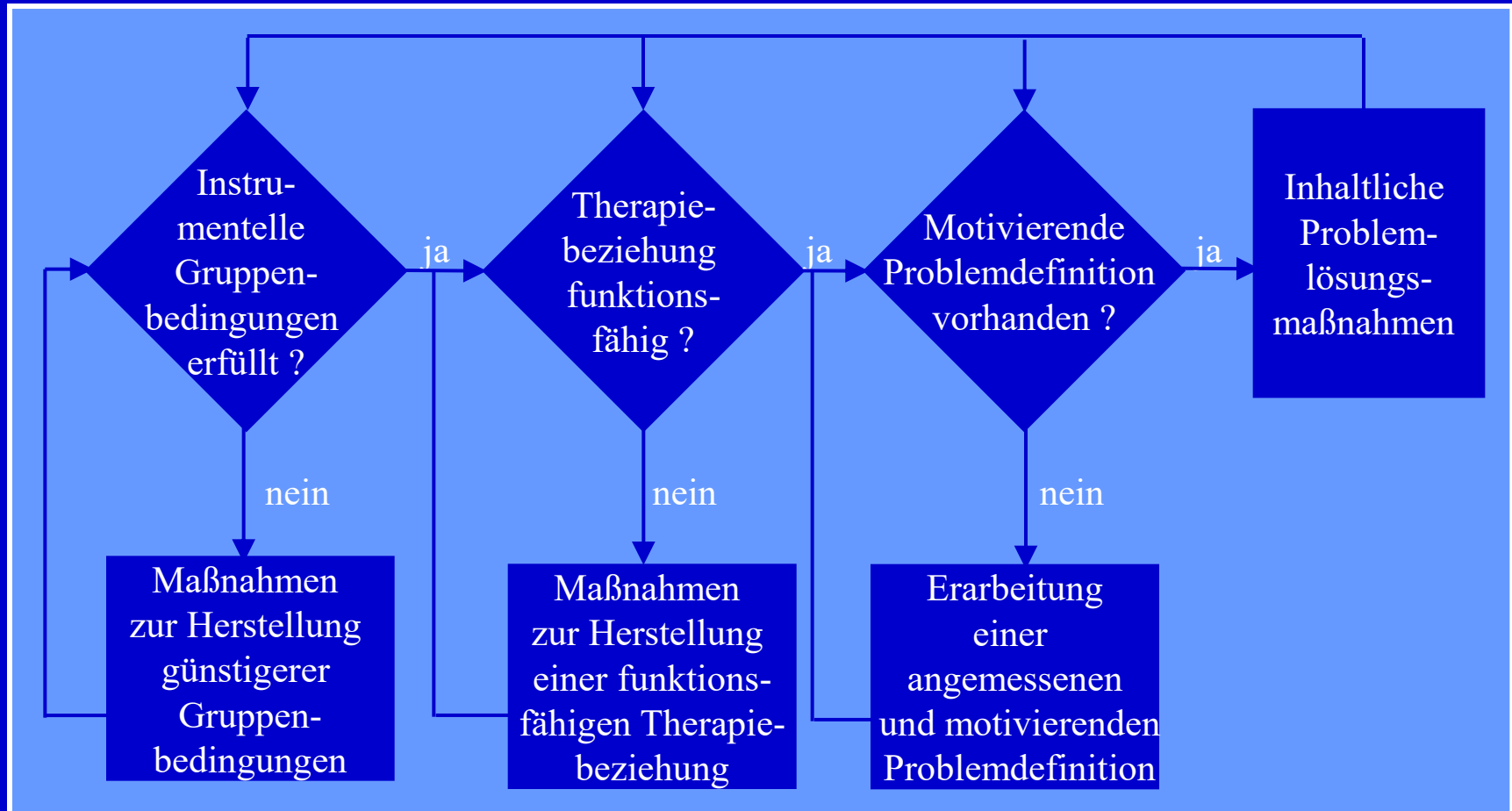
Dazu gehört die Herstellung von Bedingungen zur Lösung individueller Probleme:

ausgeprägte Arbeitshaltung

hinreichende Gruppenkohäsion

Atmosphäre der Offenheit

# Grundmodell verhaltenstherapeutischer Gruppentherapie

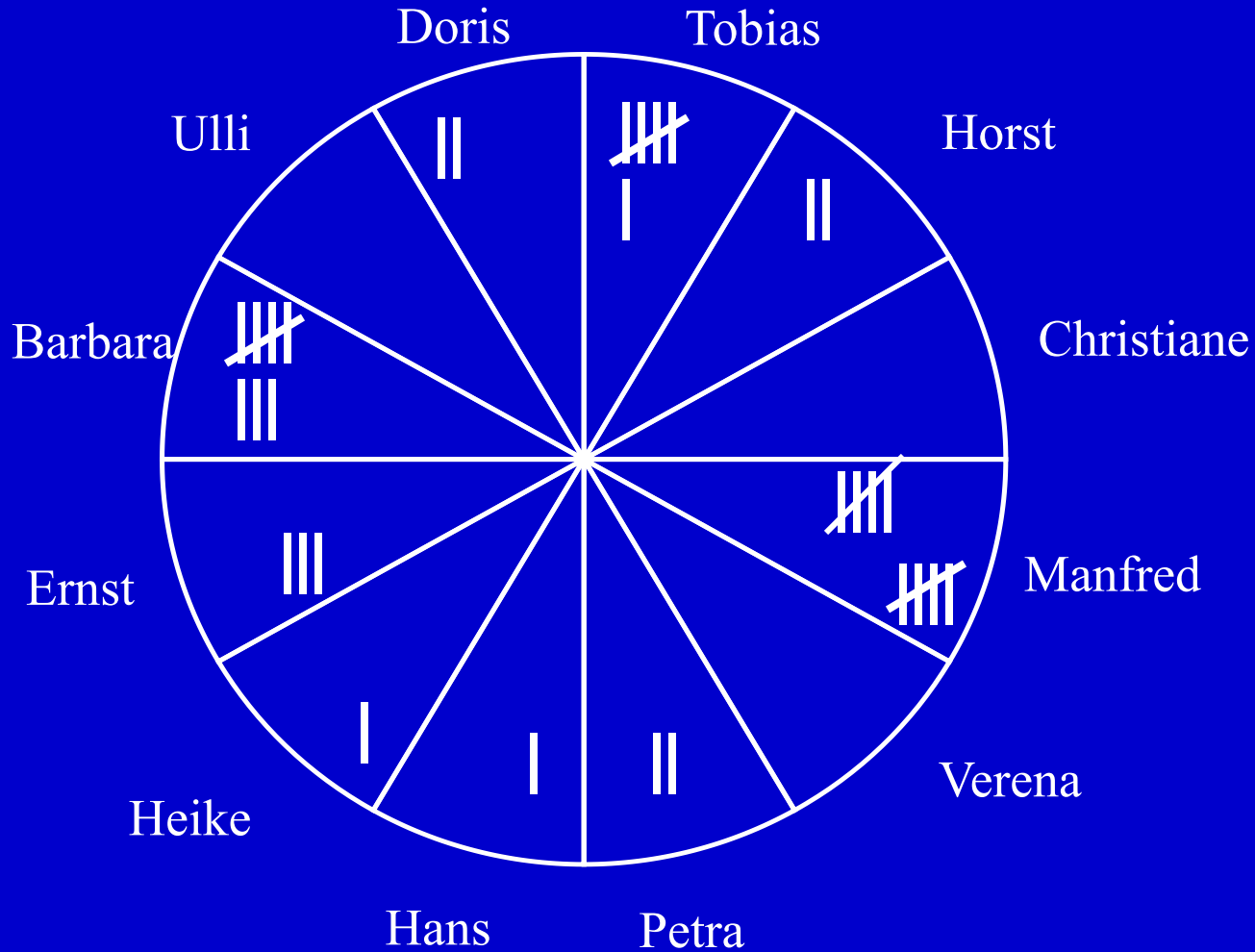


K. Grawe et al.: Interaktionelle Problemlösungsgruppen. In K. Grawe (Hrsg.): Verhaltenstherapie in Gruppen. München. Urban & Schwarzenberg, 1980.

# Expertenstreit

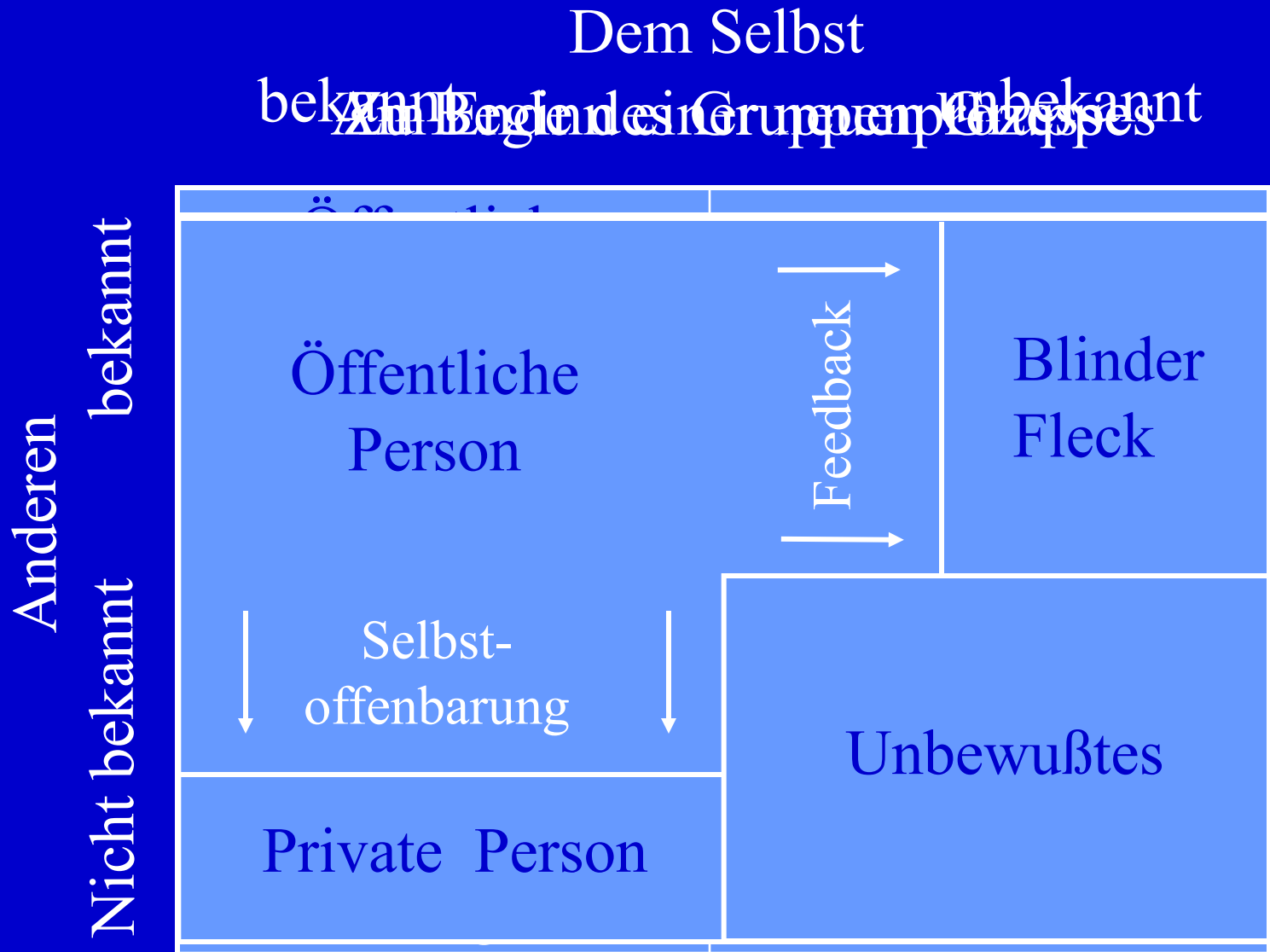
Kapitel	E	G
Entgiftung	12	5
Abhängigkeit	2	4
Führerschein	10	
Distraneurin	7	
Arbeitslosigkeit	3	
Anonyme Alkoholiker	15	
Rückfall	8	
Gruppengespräch	5	
Scheidung	14	
Entspannung	6	2
Fettleber	1	
Werbung	13	1
Delir	11	
Gewohnheitstrinker	4	3
Flattermann	9	

# Mitgliederbeteiligung



Nach: S.D. Rose: Group Therapy. A Behavioral Approach. Englewood Cliffs, N.Y.: Prentice-Hall, 1977.

# Johari-Fenster



# Kooperation / Wettbewerb

KOOPERATION, INTERGRUPPEN-WETTBEWERB, FÜHRUNGSSTILE

Turmbau-Übung

Überprüfung der Zusammenarbeit innerhalb einer Gruppe; Bildung von Gruppenidentität und Wettbewerbsgeist; Verdeutlichung der Wirkung verschiedener Org.-Modelle auf das Funktionieren einer Gruppe (5.5)

Aufgabe:

Bau eines Turmes aus dem zur Verfügung gestellten Material:

- 4 große Blätter (Konstruktions-Papier)
- 1 Lineal
- 1 Schere
- 1 Flasche Leim
- 4 Bögen Papier für Entwürfe

Bei der Konstruktion dürfen nur Papierstreifen mit den Höchstausmaßen des Lineals verwendet werden.

Zeit: 2 Stunden und 15' (15' Plenum, 60' Arbeitszeit, 15' Jury bzw. Pause, 40' Plenum).



K. Antons et al.: Praxis der Gruppen-dynamik. Göttingen: Hogrefe, 2019<sup>10</sup>.

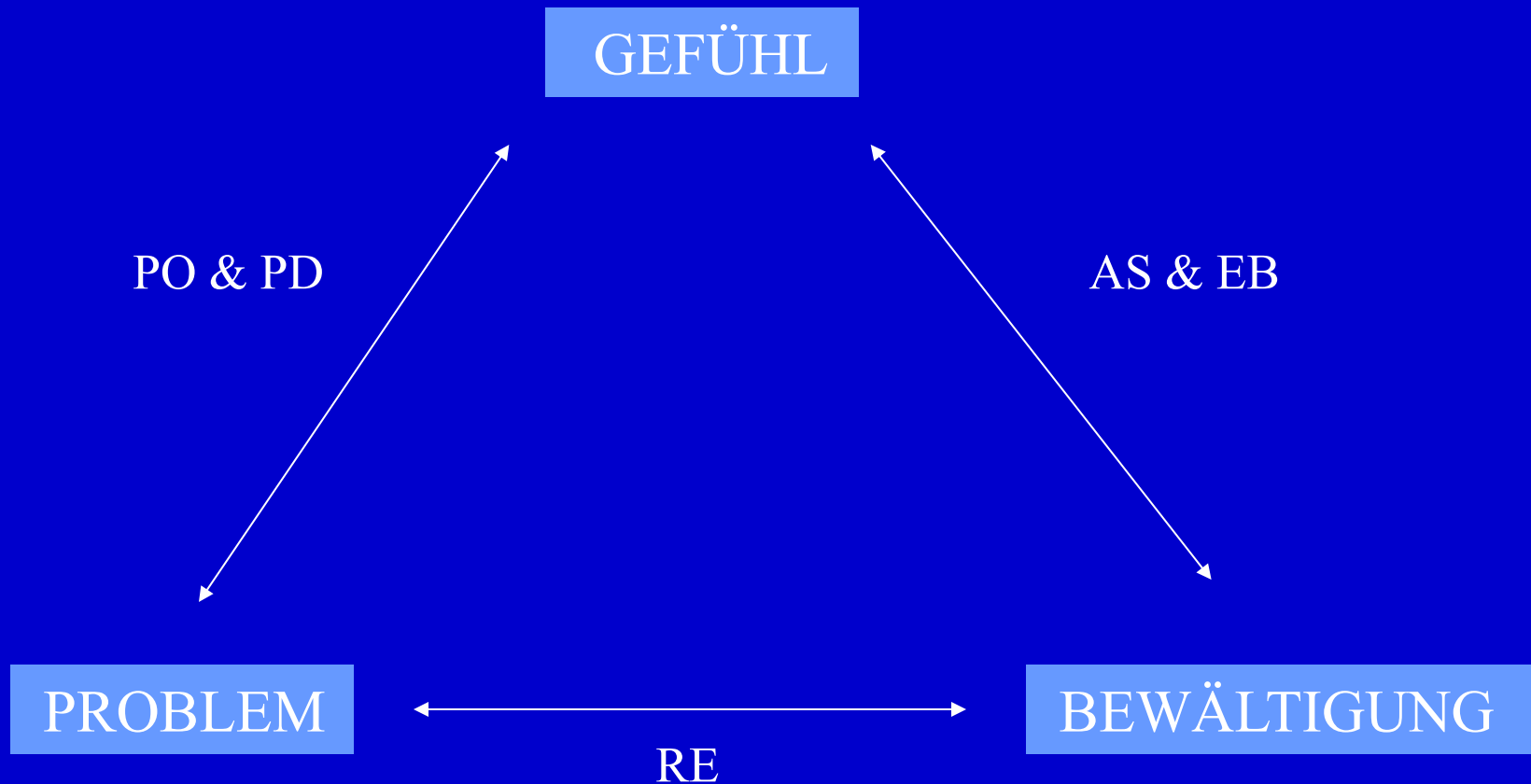


# Analyse von Denkprozessen nach John Dewey

1. Man begegnet einer Schwierigkeit
2. Abgrenzung der Schwierigkeit
3. Das Entstehen einer möglichen Erklärung oder einer möglichen Lösung
4. Rationale Durcharbeitung einer Idee
5. Eine Idee wird bestätigt und endgültig angenommen

# Problemlösungsansatz

WECHSELBEZIEHUNG ZWISCHEN GEFÜHL, PROBLEM UND BEWÄLTIGUNG



PO: Problemorientierung; PD: Problemdefinition; AS: Alternativensuche;  
EB: Entscheidungsbildung; RE: Realitätserprobung

# Problemlösungsansatz

## REALITÄTSERPROBUNG (RE)

Plandurchführung

Selbstbeobachtung

Selbstbewertung

Selbstverstärkung

Rückkopplung

# Kreativitätstechniken

INTUITIVE METHODEN	Assoziation	<ul style="list-style-type: none"><li>• Brainstorming</li><li>• Brainwriting</li></ul>
	Orientierung	<ul style="list-style-type: none"><li>• Inkubation</li><li>• Bionik</li></ul>
	Konfrontation	<ul style="list-style-type: none"><li>• Synektik</li><li>• Reizwortanalyse</li></ul>
ANALYTISCHE METHODEN	Assoziation	<ul style="list-style-type: none"><li>• Morphologische Methode</li><li>• Metaplantchnik</li></ul>
	Orientierung	<ul style="list-style-type: none"><li>• Flußdiagramm</li><li>• Radarbild</li></ul>
	Konfrontation	<ul style="list-style-type: none"><li>• Paretodiagramm</li><li>• Ishikawa-Diagramm</li></ul>

M. Knieß: Kreatives Arbeiten. München: Beck, 1995.

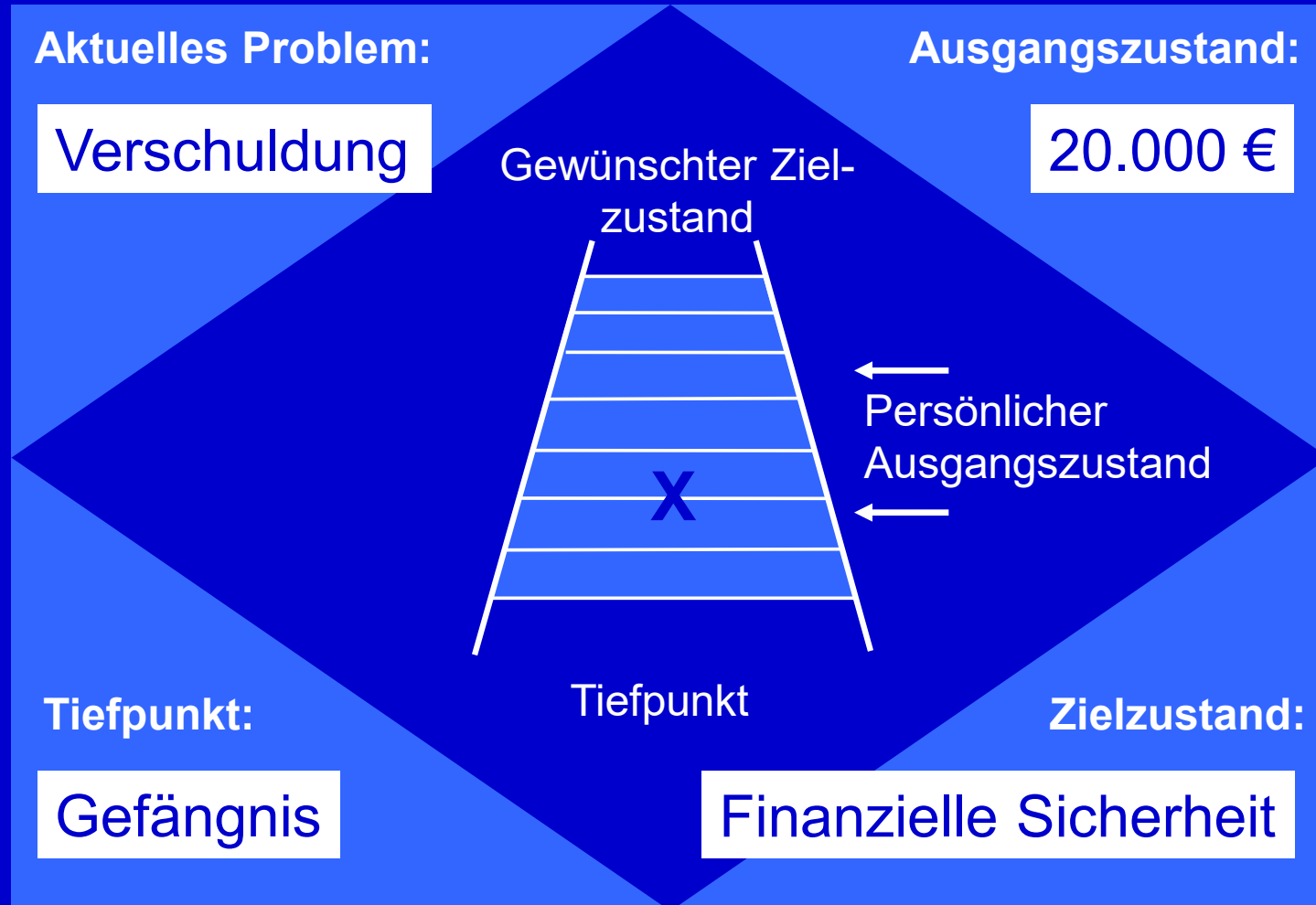
M. Brassard & D. Ritter: Memory Jogger™ II. Berlin: Beuth, 1998<sup>2</sup>.

Lebensbereiche	++	+	0 ←↑→	-	--
Gefühle		X			
Beruf				X	
Sinn des Lebens			X		
Gesundheit Krankheit		X			
Familie				X	
Beziehungen Partnerschaft					X
Gesellschaft				X	
Finanzen					X

# Problemprofil

Nach P.Priesley et al.:  
Social Skills and Personal  
Problem Solving. London:  
Tavistock, 1978.

# Problemlöser



Nach P. Priestley et al.: Social Skills and Personal Problem Solving. London: Tavistock, 1976.

# Leistungsverlust bei Brainstorming-Gruppen

Die von Osborn (1957) entwickelte **Kreativitätstechnik** (Quantitätsregel; Kritikverbot) sollte die Anzahl und Qualität von Problemlösungsideen durch Gruppenarbeit erhöhen. Empirisch zeigte sich jedoch beim Vergleich von **nominalen** (Summation von getrennt erbrachten Einzelleistungen) und **realen Gruppen** (Interaktion von mehreren Teilnehmern) eine quantitative und qualitative Überlegenheit der nominalen Gruppenleistung.

Inzwischen liegen experimentelle Untersuchungen vor, die bedeutsame Einflussfaktoren klären konnten (vgl. Diehl & Stroebe, 1987).

Trotz der klinischen Bedeutsamkeit dieser Grundlagenbefunde liegen dazu keine klinischen Forschungsansätze vor.





# Notfälle

## Ablenkung / Flucht

Fahrradfahren   Spazierengehen   Brüllen  
Wohnung verlassen   Essen  
Teppichklopfen   Fitness-Center  
Sich Streiten   Einkaufen gehen

## Negatives Denken / Gefühle

Heulen   An Gefahren denken  
Selbstbeschimpfung   Selbstvorwürfe  
An Rückfall denken   Negative Folgen vorstellen  
Stur sein   Sich Schlagen

## Positives Denken / Gefühle

Entspannungsübungen   Schlafen  
Briefträger verführen   Stolz sein  
Liebesfilm anschauen   An Urlaub denken  
Lachen   Meditieren

## Soziale Unterstützung

Mit Leuten reden   Selbsthilfegruppe  
Fest veranstalten   Therapeuten aufsuchen  
Sportverein   Freund besuchen  
Partnerschaft   Familie

Litman, G.K. et al.: The Relationship Between Coping Behaviour, their Effectiveness and Alcoholism Relapse and Survival. British. J. of Addiction, 79, 283 - 291, 1984.

# Soziale Bequemlichkeit und Gruppenleistung: Anzahl von Ideen in Abhängigkeit vom Gruppentyp und der Erfassungsart

Gruppe:*1 Erfassung:*2	Reale Gruppe	Nominale Gruppe
	Persönliche Erfassung	32,33
Kollektive Erfassung	23,66	64,66

\*1  $p < 0.1$ ; \*2  $p < 0.5$

Diehl, M. & Stroebe, W.: Productivity Loss in Brainstorming Groups: Toward the Solution of a Riddle. Journal of Personality and Social Psychology, 53, 497 - 509, 1987.

# Bewertungsfurcht und Gruppenleistung: Anzahl von Ideen in Abhängigkeit von der erwarteten Bewertung und Art des Themas

Bewertung:*1 Thema:*2	ohne Bewertung	hohe Bewertung
<b>Kontroverses Thema:</b> Wirtschaftswachstum Gastarbeiter	45,67 32,67	24,00 14,50
<b>Unkontroverses Thema:</b> Untergrundbahn Unterhaltung	62,67 45,17	36,50 28,33

\*1  $p < 0.1$ ; \*2  $p < .10$

Diehl, M. & Stroebe, W.: Productivity Loss in Brainstorming Groups: Toward the Solution of a Riddle. Journal of Personality and Social Psychology, 53, 497 - 509, 1987.

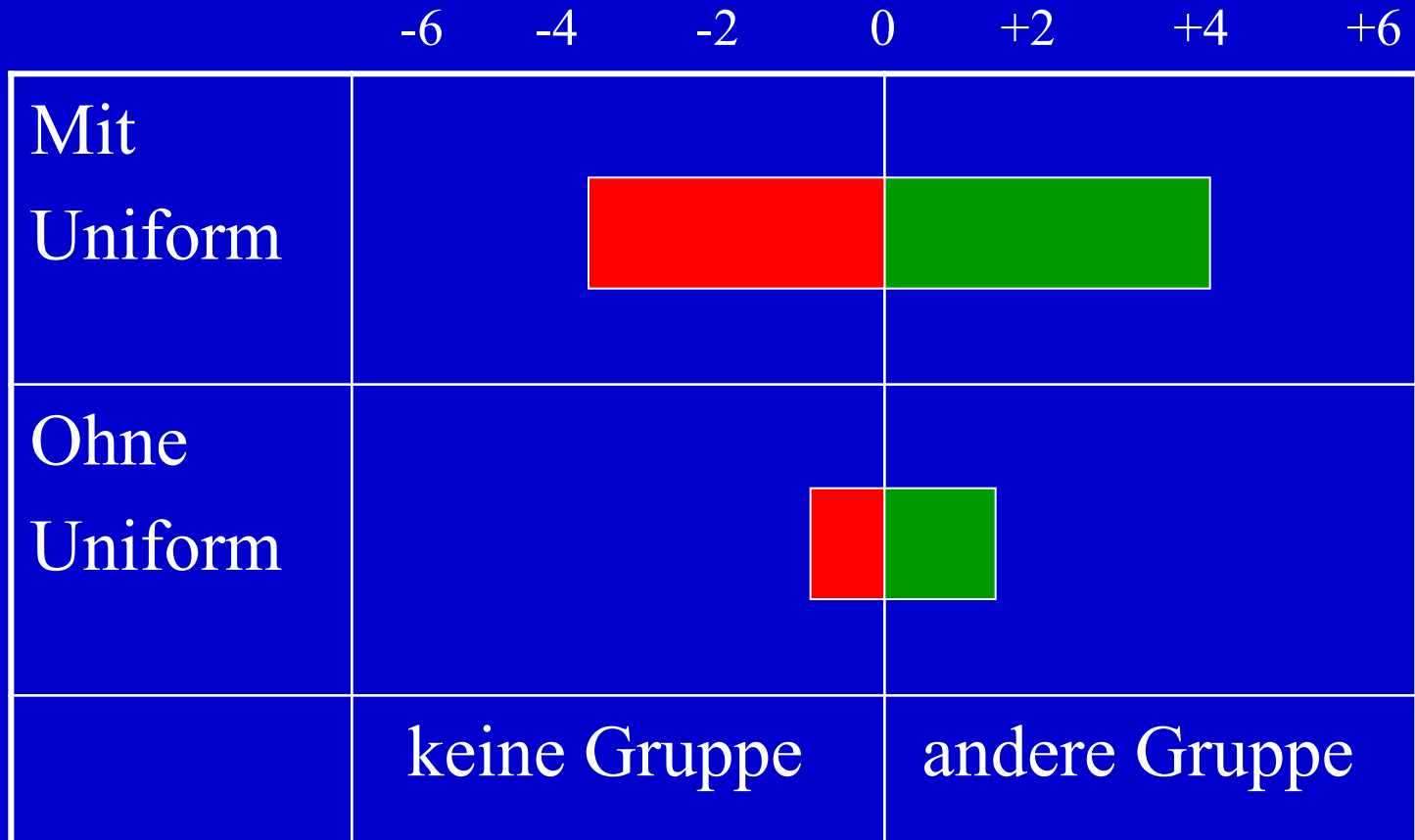
# Soziale Bequemlichkeit / soziale Unterstützung und Gruppenleistung: Anzahl von Ideen in Abhängigkeit von der Aufgabenbedeutsamkeit und Kompetenz des Partners

Soziale Arbeitsform:	Kompetenz d. Partners:		Geringe Kompetenz	Hohe Kompetenz
	Aufgaben-Bedeutsamkeit:			
Einzelauswertung	Hoch		32*	29
	Gering		19*	24*
Kollektive Auswertung	Hoch		23	32
	Gering		35	34

\*Soziale Bequemlichkeit und \*soziale Unterstützung

Williams, K.D. & Karau, S.J. (1991). Social Loafing and Social Compensation. Journal of Personality and Social Psychology, 61, 570 - 581.

# Identifikation mit der Gruppe und Gruppenleistung: Differenz zwischen individueller und kollektiver Leistung



# Wirkungen und Nebenwirkungen

Veränderungen	bei Abschluß		½ Jahr danach	
	UG	KG	UG	KG
positive	14%	4%	9%	6%
mäßige	20%	13%	23%	11%
keine	38%	60%	33%	68%
negative	8%	23%	8%	15%
Abbruch	13%	--	17%	--
<b>Psychische Störung</b>	<b>8%</b>	<b>0%</b>	<b>10%</b>	<b>0%</b>
N	206	69	160	47

M.A. Lieberman, I. D. Yalom & M. B. Miles: Encounter Groups: First Facts. New York: Basic Books, 1973.

# Therapeutenfehler

Verschlechterungen bei Gruppenpatienten treten bei **Provokateuren** (autoritärer Führungsstile nach Lewin) auf.

Sie weisen nach Lieberman et al. (1973) fünf schädigende Handlungsmuster auf:

- Feindseligkeit des Leiters und Zulassen wechselseitiger Aggressionen
- Direkte und ungefragte Ansprache von Problemen einzelner Mitglieder
- Einführung bzw. Einsatz überfordernder Ziele und Methoden
- Strikte Orientierung an vorgegebenen Gruppennormen
- **Fehlende Solidarität des Gruppenleiters mit Außenseitern in der Gruppe**

Die gruppenspezifischen Wirkfaktoren werden durch Verletzung der instrumentellen Gruppenbedingungen (Kohäsion, Vertrauen, Selbstoffenbarung) außer Kraft gesetzt.

# Erfolgreiche Gruppentherapeuten

Erfolgreiche Gruppenleiter lassen sich als **Versorger** (demokratischer Führungsstil nach Lewin) bezeichnen.

Sie zeigen drei schützende Handlungsmuster:

- Sie üben wenig Druck aus
- Sie äußern keine offene oder verdeckte Kritik
- **Ihr therapeutisches Vorgehen ist sehr transparent**

Ein solcher Leitungsstil kann bei aktivem Herstellen der instrumentellen Gruppenbedingungen und störungsspezifischem Vorgehen zu Behandlungseffekten führen, die mit der Einzeltherapie vergleichbar sind (vgl. Grawe et al, 1994).



# Wirkungen und Nebenwirkungen

Die in therapeutischen Effektivitätsstudien regelhaft beobachteten Verschlechterungen ist ein lange bekanntes Phänomen (Deterioration Effect), das mit der Zunahme der Streuung von Erfolgsmaßen im Prä-Post-Vergleich zusammenhängt. Meist wird nur die mehrheitliche Verbesserung bei den Patienten anhand von Mittelwertsvergleichen dargestellt und nicht die geringen oder fehlenden Fortschritte oder gar Verschlechterungen bei einigen Patienten mitgeteilt.

Die von Lieberman und Mitarbeitern berichteten Befunde zur Gruppentherapie konnten in späteren Studien tendenziell, jedoch in geringerem Umfang bestätigt werden (vgl. Fiedler, 2005).

Harley, D.; Roback, H.B. & Abramowitz, S.I. (1976). Deterioration Effect in Encounter Groups. *American Psychologist*, 31, 247 - 55.

Fiedler, P. (2005<sup>2</sup>). *Verhaltenstherapie in Gruppen*. Weinheim: Beltz.

# Effektivität der Gruppenpsychotherapie

- Bei Vergleichen zwischen Einzel- und Gruppentherapie finden sich keine Effektivitätsunterschiede. Dies gilt für ambulante und stationäre Kurz- und Langzeittherapie.
- Gruppentherapie ist wesentlich kosteneffizienter, da kürzer und preisgünstiger bei gleichem Effekt.
- Die Effektivität kann durch die richtige Indikationsstellung, die Berücksichtigung phasenspezifischer Prozesse und adäquates Leiterverhalten erhöht werden.
- Es gibt spezifisch Wirkfaktoren, die nur in Gruppentherapien zu realisieren sind.

# Entwicklungslinien der Gruppenpsychotherapie

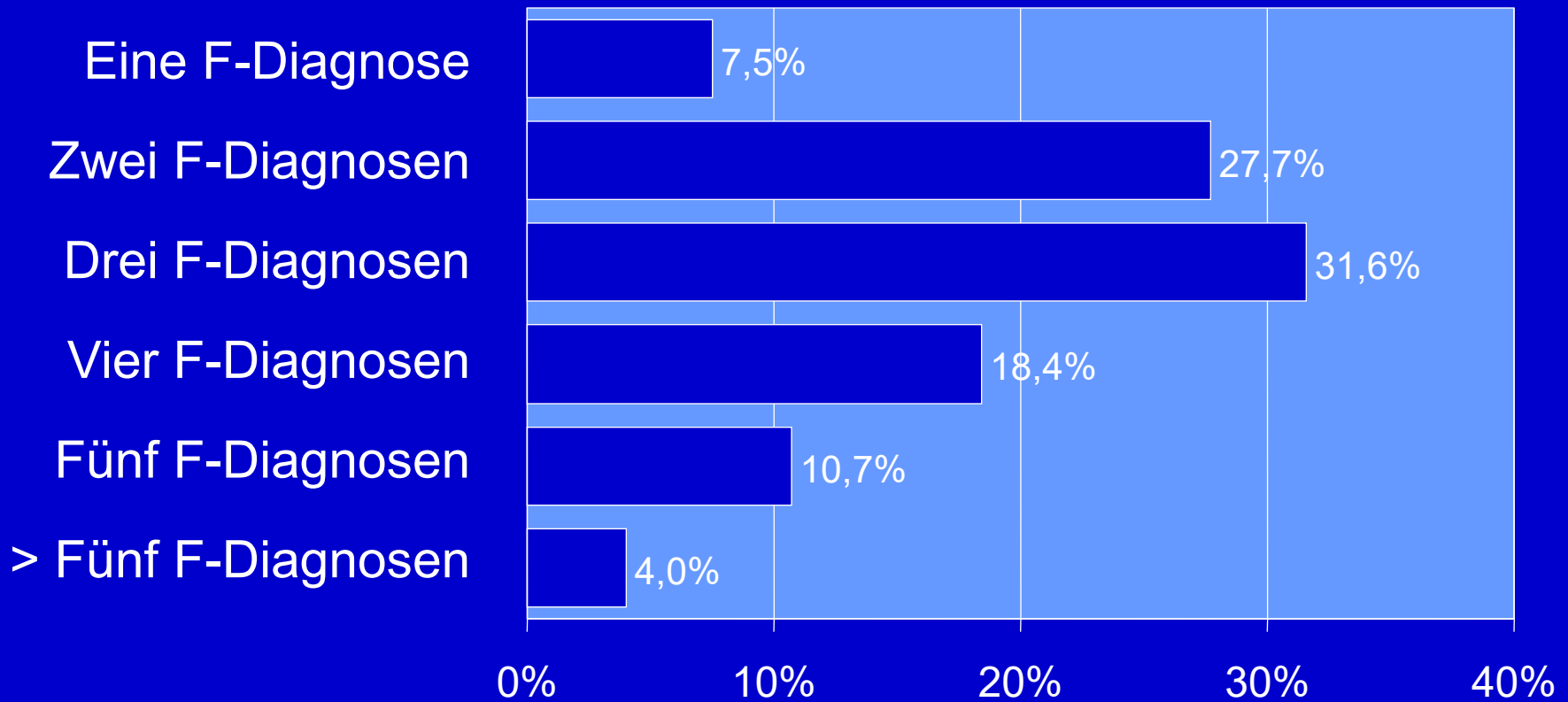
Übersicht im Themenheft „Gruppentherapie“  
der Zeitschrift Psychotherapie im Dialog,  
2001, 2, Heft 1

# Entwicklungslinien der Gruppenpsychotherapie

- Begründung durch Kurt Lewin (Gestaltpsychologie) und Jacob Levi Moreno (Psychodrama)
- Bis heute umstrittene / nicht integrierte gruppendedynamische Fraktionen in Psychoanalyse (ab 50er Jahre, z. B. Foulkes, Heigl-Evers & Heigl) und Verhaltenstherapie (ab 60er Jahre, z. B. Lazarus, Rose)
- Die psychodramatische (Moreno), klientenzentrierte (Rogers Encountergruppen), gestalttherapeutische (Perls Sensitivitygruppen), transaktionsanalytische (Berne), systemzentrierte (Durkin) und interpersonale (Yalom) Gruppentherapie als genuin gruppendedynamische Schulrichtungen

Übersichtsreferat: Tschuschke, V. (2001). Gruppenpsychotherapie – Entwicklungslinien, Diversifikation, Praxis und Möglichkeiten, 2, 3-15.

# Komorbidität in der Rehabilitation



Quelle: Entlassungsdiagnosen 2005 von N=494 Patienten der Psychosomatischen Abteilung

# Indikative Gruppentherapie in der stationären Rehabilitation

## Körpertherapeutische Verfahren

Konzentrierte Bewegungstherapie	2 x pro Woche
Körperwahrnehmung	1 x pro Woche
Atemerfahrung	1 x pro Woche
Tanz und Bewegung	2 x pro Woche
Musiktherapie	1 x pro Woche
Trommeln	1 x pro Woche

Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!

([www.joerg-petry.de](http://www.joerg-petry.de))