



13 Gruppenpsychoanalytischen Psychotherapie-wissenschaft

Einleitung

So wie Andrawis A, (2018) erwähnt, gewann in den letzten beiden Jahrzehnten die Gruppenpsychotherapie im Rahmen der psychotherapeutischen Behandlung sowohl im ambulanten als auch im stationären Bereich zunehmend an Bedeutung. In den psychotherapeutischen Rehabilitationskliniken stellt die Gruppenpsychotherapie einen zentralen Bestandteil der stationären Behandlungsangebote dar.

Viele Patienten stehen der Gruppenpsychotherapie anfangs häufig skeptisch gegenüber. Nach einer eingehenden guten Einführung und Informationen über die Gruppenpsychotherapie lernen viele Teilnehmer diese Behandlungsform als äußerst zu schätzen. Es gibt geschlossene und halboffene Gruppenpsychotherapien (Andrawis A, 2018).

Gruppenpsychotherapie – ein kurzer geschichtlicher Überblick

Anfang des letzten Jahrhunderts wurden in Sanatorien Tuberkulosekranke in leiterzentrierten Gruppen von Ärzten über ihre Erkrankung aufgeklärt und erhielten Ermutigung und Stützung in Patientengruppen.

1931 wurden in den USA Psychosekranken in Gruppen behandelt. Hier lag der Schwerpunkt mehr auf dem gemeinsamen Erleben der Gruppenteilnehmer (sog. Peers) und nicht so sehr auf dem Verhalten des Gruppenleiters. Das Gruppenerleben wirkte sich entlastend für die Beteiligten aus. Dieses Modell wurde in den Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholiker ab 1935 weltweit mit Erfolg praktiziert. Es führte nach dem 2. Weltkrieg zur Entwicklung weiterer Selbsthilfegruppen.

Unabhängig hiervon entwickelte Moreno eine Rollenspielmethode, das Psychodrama, eine spezifische Form der Gruppenpsychotherapie (ebd.).

Seit den 30er Jahren ist der Begriff der Gruppenpsychotherapie als Behandlungsmethode auch im Bereich der tiefenpsychologisch-orientierten analytischen Psychotherapie eingeführt worden (Slavson 1934). Edukative Behandlungen wie das Autogene Training existieren ebenfalls seit dieser Zeit.

Psychoanalytische Gruppentherapie

Das Ziel der analytischen Gruppentherapie besteht darin, mit Hilfe der anderen Gruppenmitglieder und den Therapeuten/Ärzten die unbewussten Hintergründe von Konflikten, Problemen oder unerwünschtem Verhalten aufzudecken und sie zu überwinden. In der analytischen Gruppentherapie geht man davon aus, dass das Beziehungsverhalten eines Menschen besonders durch die Erfahrungen geprägt ist, die er in der Kindheit und vor allem mit seinen engen Bezugspersonen gemacht hat, insbesondere frühe kindliche Traumata, die verdrängt worden sind.

Diese frühen Erfahrungen manifestieren sich im Bindungsverhalten des erwachsenen Menschen und bestimmen die Art und Weise wie jemand seine zwischenmenschlichen Beziehungen gestaltet. Das Verhalten, die Kommunikation und Interaktion sind dann bestimmt und beeinflusst vom verdrängten Unbewussten. Dies kann dazu führen, dass Gefühle, Denkweise und Verhaltensmuster, die in einer früheren Lebensphase erlebt wurden, heute unbewusst auf die gegenwärtigen Beziehungen übertragen wird. Dieses Schema ist dann zu einem so selbstverständlichen Teil der Persönlichkeit geworden, dass es in der Regel schwerfällt, es als ein Verhalten zu erkennen, das zur heutigen Person und Lebenssituation gar nicht mehr passt. Die Pflege von Beziehungen gestaltet sich dann als schwierig, weil sich fehlgeleitete Verhaltensmuster in die Persönlichkeit eingegraben haben und zum vertrauten Begleiter im Leben geworden sind.

In der gruppentherapeutischen Situation können diese alten Muster und ihre Wurzeln durch Interaktion und Reflexion zwischen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern ins Bewusstsein geholt werden, sodass auch die Beziehungen im Alltagsleben anders gestaltet werden können (ebd.).

Unterschiedliche Ansätze in der Gruppenpsychotherapie

Es existieren sehr unterschiedliche Ansätze von Gruppenpsychotherapien:

- Psychoedukativ-themenzentrierte Therapiegruppen - vor allem für körperlich erkrankte Klienten
- Sozialkommunikative Selbsthilfegruppen - Gruppen zur Verbesserung von sozialen Wahrnehmungen und Interaktion
- Verhaltenstraining in Gruppen - vorwiegend im Rahmen der Suchtprävention und Suchtrehabilitationsbehandlung
- Kunst- und Musiktherapiegruppen - zur Verbesserung des emotionalen Erlebens im Rahmen der mehrdimensionalen Therapie in psychosomatischen Kliniken
- Körperbezogene Gruppentherapieangebote - zur Verbesserung von Entspannungsfähigkeit (funktionelle Entspannungstherapie, PMR) und zur Verbesserung des Körpererlebens (konzentrierte Bewegungstherapie, Körpertherapie und Feldenkrais). Milieutherapeutische Großgruppen (sog. Stationsversammlungen) - zur Förderung sozialer Kompetenzen, zur Verbesserung der Fremd- und Selbstwahrnehmung, Kennenlernen von Rollenverhalten, zur Förderung kommunikativer Fähigkeiten (zuhören lernen, Rückmeldungen geben und empfangen).

Tiefenpsychologisch fundierte Gruppenpsychotherapie

Im engeren Sinne werden tiefenpsychologisch fundierte Gruppenpsychotherapien in unterschiedlichen Settings angeboten:

- Analytische Gruppenpsychotherapie
- Analytisch orientierte Gruppenpsychotherapie
- Tiefenpsychologisch fundiert-interaktionelle Gruppenpsychotherapie
- Psychodramatische Gruppenpsychotherapie

Diese spezifischen Gruppenpsychotherapien werden sowohl ambulant als auch in der stationären psychotherapeutischen Behandlung in psychosomatischen Kliniken angeboten. Es werden zwei Formen unterschieden (ebd.).

Geschlossene und halboffene Gruppenpsychotherapie

In einer *geschlossenen Gruppenpsychotherapie* werden die einzelnen Teilnehmer in Vorgesprächen ausgewählt. Die Gruppenpsychotherapie beginnt zu einem festgelegten Termin. Ausscheidende Gruppenteilnehmer werden nicht durch neue ersetzt. Diese Form der Gruppenpsychotherapie findet vorwiegend in ambulanten psychoanalytischen Gruppen statt.

In der stationären Behandlung in psychosomatischen Fachkliniken wird am häufigsten die *halboffene Gruppenpsychotherapie* durchgeführt, d. h. in eine schon laufende Gruppe werden nach Ausscheiden von Gruppenteilnehmern neue Patienten in diese Gruppe aufgenommen. Sie profitieren schon vom etablierten positiven und vertrauensvollen therapeutischen Arbeitsklima der Gruppe. Die Gruppe muss aber immer wieder das Ausscheiden und Neueintreten von Gruppenmitgliedern kompensieren und verarbeiten. In der heterogen zusammengesetzten Gruppenpsychotherapie werden Männer und Frauen mit verschiedenen Krankheitsbildern gemeinsam behandelt. Das bietet den Vorteil, vielschichtige Sichtweisen kennenzulernen und ein größeres Spektrum an wechselseitigen Reaktionsmustern und Rückmeldungen zu erfahren. Auch die eigenen Verhaltens- und Kommunikationsweisen treffen auf vielfältige Reaktionen und ermöglichen auf diesem Wege neue Erfahrungen und Erkenntnisse.

Wie wirkt Gruppenpsychotherapie?

Die Teilnehmer einer Gruppenpsychotherapie bekommen durch die therapeutische Arbeit wieder einen Zugang zu berechtigter Hoffnung auf Veränderung ihrer individuellen Situation (ebd.). Das eigene Erleben von Hoffnung stellt einen entscheidenden Faktor für den weiteren Veränderungs- und Genesungsprozess dar. In der Einzeltherapie hält die Skepsis gegenüber einer therapeutischen Veränderung zum Teil länger an. Die Erfahrung, dass andere Gruppenmitglieder unter ähnlichen Konflikten und Beschwerden leiden und die Betroffenen mit ihren Ängsten und Konflikten nicht alleine stehen, führt zu einer tiefgreifenden Entlastung. Die Patienten fühlen sich nicht mehr in ihrem Leiden isoliert, sondern können einen erneuten inneren Zugang zur sozialen Umwelt gewinnen.

Neben dem Austausch von Informationen im Rahmen der Gruppenpsychotherapie erleben viele Klienten erstmals wieder, dass sie für andere wichtig und hilfreich sein können. Diese Erfahrung trägt entscheidend zu einer Verbesserung des Selbstwertgefühles bei. Im Rahmen der Gruppenpsychotherapie wiederholen viele Teilnehmer Erfahrungen, die sie aus ihren Herkunftsfamilien kannten. Sie können nun im Rahmen der Psychotherapie im Hier und Jetzt neue korrigierende Erfahrungen sammeln, die sie in die Lage versetzen auch außerhalb der Therapie mit anderen in Kontakt zu treten und zu kommunizieren. Die Entwicklung neuer und positiver Verhaltensweisen im menschlichen Umgang lassen sich im geschützten Rahmen der Gruppenpsychotherapie erproben, sodass sich soziale Ängste reduzieren. Im Gruppengeschehen erfahren die Teilnehmer sowohl durch das Verhalten der Therapeuten als auch durch die Verhaltensweisen von Gruppenmitgliedern eine Erweiterung von Verhaltensmodellen, die nicht von den Erlebten und Erlernten Verhaltensmustern aus der Primärfamilie stammen. Ein ganz zentraler Aspekt der Gruppenpsychotherapie ist das interpersonale Lernen im Hier und Jetzt in der Gruppe, die einen sozialen Mikrokosmos darstellt. Durch korrigierende emotionale Erfahrungen gewinnen alle Teilnehmer eine verbesserte Fremd- und Selbstwahrnehmung und können diese in ihrem sozialen Umfeld, in Familie und Beruf einbringen.

Das Zusammengehörigkeitsgefühl in der Gruppenpsychotherapie stellt nach anfänglichen Ängsten für viele Teilnehmer über die Zeit hinaus eine wichtige Erfahrung dar. Es sind Erfahrungen die in weiterer Folge tragende zwischenmenschliche Beziehungen hervorbringen (ebd.).

Prof. DDr. Univ. Andrawis

Literaturverzeichnis

Andrawis A, (2021) Dissertation, Ganzheitliche Medizin Heilung und Heil, an der Collegium Humanum – Warsaw Management University Univ.

Andrawis A, (2021): Humanmedizin und Psychotherapiewissenschaft, zwischen Theorie und Praxis, Eigenverlag

Andrawis A, (2018): Psychoanalyse zur Überwindung, frühkindlicher Traumata

zweijährige Patientenanalyse, von Jänner 2012 bis Februar 2014, Der verborgene Teil des

Eisbergs Model Freud, 2.überarbeitete Auflage, Verlag Poligraf, Wydawnictwo,

2.überarbeitete Auflage, Poligraf sp. z o. o. ,ISBN: 978-3-9504659-0-4

Andrawis A, (2018): Determinanten des Entscheidungsverhaltens, von Verdrängung Heilung, Glaube, zur Bedeutung der Aufdeckung frühkindlicher Verdrängungen, durch Psychoanalyse und im Zusammenhang mit christlicher Glaubenshaltung, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o., ul ISBN: 978-3-9504659-0-7

Andrawis A, (2015): Der verborgene Teil des Eisbergs, Eine zweijährige Patientenanalyse von Jänner 2012 bis Februar 2014, 1. überarbeitete Auflage, Eigenverlag

Andrawis A, (2018): Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o.,

ISBN: 978-3-9504659-2-1

Andrawis A, (2018): Psychoneuroimmunologie PNI Komplementärmedizin, und Ganzheitliche Heilung, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o.,

ISBN: 978-3-9504659-3-8

Andrawis A, (2013): Der verborgene Teil des Eisbergs. Eine zweijährige Patientenanalyse eigene verlag.

Weiterführende Literatur

Bürgin D, Resch F, Schulte-Markwort M, (2009): Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik OPD-2. Das Manual für Diagnostik und Therapieplanung, 2., überarbeitete Aufl. Verlag Huber

Dilling H, Mombour W, Schmidt M H, (2011): Internationale Klassifikation psychischer Störungen. ICD-10 Kapitel V (F). Klinisch-diagnostische Leitlinien, 8. überarb. Aufl., Verlag Hans Huber

Kernberg O F (1998): Psychodynamische Therapie bei Borderline-Patienten, Verlag Hans Huber

Mentzos S, (2010): Neurotische Konfliktverarbeitung. Einführung in die psychoanalytische Neurosenlehre unter Berücksichtigung neuer Perspektiven, Fischer-Verlag

Möller H-J, Laux G, und Deisster A, (2010): MLP Duale Reihe Psychiatrie, Hippokrates Verlag

Möller H-J, Laux G, Deister A, (2014): Psychiatrie und Psychotherapie, 5. Aufl., Thieme Verlag

Schuster P, Springer-Kremser M, (1997): Bausteine der Psychoanalyse. Eine Einführung in die Tiefenpsychologie, 4.Aufl., WUV-Universitätsverlag

Schuster P, Springer-Kremser M, (1998): Anwendungen der Psychoanalyse. Gesundheit und Krankheit aus psychoanalytischer Sicht, 2. Überarbeitete Auflage, WUV-Universitätsverlag

Zepf S, (2000): Allgemeine psychoanalytische Neurosenlehre, Psychosomatik und Sozialpsychologie, Psychosozial-Verlag, Psychosozial-Verlag