AKADEMIE FÜR
GANZHEITLICHE MEDIZIN
PSYCHOSOMATIK &
PSYCHOTHERAPIEWISSENSCHAFT

Prof. DDr. Andrawis
Favoritenstrasse 37
A-1040 Wien
med.pth.praxis@gmail.com
+43 650 744 88 63
+48 516 061 427
andrawis-akademie.com

13 Psychoanalytische Gruppenpsychotherapie Gruppensetting

Einführung

Psychoanalytische Ansätze in der Gruppenpsychotherapie beziehen sich auf therapeutische Methoden, die auf den Grundlagen der Psychoanalyse basieren und in einer Gruppensitzung angewendet werden. Das Setting der Gruppe beschreibt die Rahmenbedingungen und Struktur, unter denen die Gruppenpsychotherapie stattfindet. Dies umfasst Aspekte wie die Zusammensetzung der Gruppe, die Rolle des Therapeuten, die Dauer der Sitzungen, die Häufigkeit der Treffen und die Regeln, die die Interaktion in der Gruppe leiten. In einem psychoanalytischen Gruppensetting wird psychoanalytisches Wissen und Verständnis genutzt, um das Gruppengeschehen zu leiten und individuelle therapeutische Fortschritte innerhalb der Gruppenmitglieder zu fördern.

Das Gruppensetting in der Psychoanalyse bezieht sich auf die spezifische Struktur und Organisation einer psychoanalytisch orientierten Gruppenpsychotherapie. Es legt die Rahmenbedingungen fest, unter denen die therapeutische Arbeit in einer Gruppe von Teilnehmern stattfindet. Dieses Setting umfasst verschiedene Aspekte, die die Dynamik und den Ablauf der Gruppenpsychotherapie beeinflussen:

1. Zusammensetzung der Gruppe: Die Auswahl der Gruppenmitglieder kann nach bestimmten Kriterien erfolgen, um eine passende Dynamik und Interaktion innerhalb der Gruppe zu gewährleisten.

2. Therapeutische Rolle: Der Therapeut oder die Therapeuten spielen eine zentrale Rolle bei der Leitung der Gruppe. Sie setzen psychoanalytische Konzepte und Techniken ein, um das Gruppengeschehen zu verstehen und zu lenken.

3. Gruppengröße: Die Anzahl der Teilnehmer in der Gruppe beeinflusst die Intensität der Interaktion und die Tiefe der therapeutischen Arbeit.

4. Sitzungsdauer und Frequenz: Die Länge der Gruppensitzungen und die Häufigkeit der Treffen können variieren und beeinflussen die Intensität und den Verlauf der therapeutischen Arbeit.

5. Vertraulichkeit und Privatsphäre: Die Gruppenmitglieder verpflichten sich oft zur Vertraulichkeit und schaffen so eine sichere Umgebung, in der offene Kommunikation und persönliche Offenbarungen gefördert werden.

6. Regeln und Struktur: Es können spezifische Regeln und Strukturen festgelegt werden, um das Gruppengeschehen zu organisieren und einen sicheren Rahmen für die therapeutische Arbeit zu schaffen.

7. Interaktion und Transference: Psychoanalytische Konzepte wie Übertragung und Gegenübertragung werden in der Gruppe erforscht, um die tieferen emotionalen Prozesse innerhalb der Gruppe zu verstehen.

8. Reflexion und Interpretation: Die Therapeuten bieten Reflexionen und Interpretationen an, um den Gruppenmitgliedern Einblicke in ihre inneren Konflikte und Muster zu ermöglichen.

Das Gruppensetting in der psychoanalytischen Psychotherapie zielt darauf ab, eine kontinuierliche therapeutische Arbeit in einer Gruppenumgebung zu schaffen, in der die individuellen und kollektiven Prozesse erforscht und verstanden werden können.

Gemäß den Ausführungen von Andrawis A, (2018) hat die Gruppenpsychotherapie in den letzten zwei Dekaden innerhalb der psychotherapeutischen Behandlung, sowohl im ambulanten als auch im stationären Kontext, kontinuierlich an Bedeutung gewonnen. Innerhalb psychotherapeutischer Rehabilitationskliniken stellt die Gruppenpsychotherapie einen zentralen Aspekt der stationären Behandlungsangebote dar.

Viele Patienten begegnen der Gruppenpsychotherapie anfangs mit einer gewissen Skepsis. Jedoch erfahren viele Teilnehmer nach einer umfassenden und informativen Einführung in die Gruppenpsychotherapie eine gesteigerte Wertschätzung für diese Form der Behandlung. Es existieren geschlossene und halboffene Varianten der Gruppenpsychotherapie (Andrawis A, 2018).

Historische Übersicht

Zu Beginn des vorherigen Jahrhunderts wurden in Sanatorien Personen mit Tuberkulose in von Ärzten geleiteten Gruppen über ihre Erkrankung aufgeklärt. Sie erhielten Unterstützung und Ermutigung in Patientengruppen.

Ab dem Jahr 1931 wurden in den Vereinigten Staaten Menschen mit psychischen Störungen in Gruppen behandelt. Hier lag der Fokus stärker auf dem gemeinsamen Erleben der Gruppenmitglieder (sogenannte Peers) und weniger auf dem Verhalten des Gruppenleiters. Das Gruppenerleben wirkte für die Teilnehmenden entlastend. Dieses Modell fand ab 1935 weltweiten Erfolg in den Selbsthilfegruppen der Anonymen Alkoholiker. Nach dem Zweiten Weltkrieg führte dies zur Entstehung weiterer Selbsthilfegruppen.

Ungeachtet dessen entwickelte Moreno eine Methode des Rollenspiels, bekannt als Psychodrama, eine spezifische Variation der Gruppenpsychotherapie (ebenda).

Seit den 1930er Jahren wurde der Ausdruck Gruppenpsychotherapie als Therapieform auch innerhalb der tiefenpsychologisch orientierten analytischen Psychotherapie etabliert (Slavson 1934). Pädagogische Ansätze wie das Autogene Training sind ebenfalls seit jener Zeit vorhanden.

Die Aufgabe der Analytiker oder Therapeut der als Gruppenleiter

Gruppenpsychotherapie fungiert, übernimmt mehrere wichtige Aufgaben, um die therapeutische Arbeit effektiv zu gestalten und eine förderliche Gruppendynamik zu schaffen:

1. Schaffung eines sicheren Rahmens: Der Gruppenleiter ist dafür verantwortlich, eine sichere und vertrauensvolle Umgebung zu schaffen, in der die Gruppenmitglieder offen über ihre Gedanken, Gefühle und Konflikte sprechen können, ohne Angst vor Verurteilung.

2. Lenkung der Gruppendynamik: Der Analytiker lenkt die Interaktionen und die Dynamik innerhalb der Gruppe. Er erkennt Muster in den zwischenmenschlichen Beziehungen und kann sie interpretieren, um die unbewussten Prozesse zu verstehen.

3. Beziehungsgestaltung: Der Gruppenleiter etabliert eine professionelle Beziehung zu jedem Gruppenmitglied. Er setzt Übertragungs- und Gegenübertragungsdynamiken ein, um tiefe emotionale Einsichten zu ermöglichen.

4. Interpretation und Reflexion: Der Analytiker interpretiert die Äußerungen und Interaktionen der Gruppenmitglieder, um unbewusste Konflikte und Emotionen aufzudecken. Diese Interpretationen helfen den Mitgliedern, sich ihrer inneren Prozesse bewusst zu werden.

5. Förderung von Einsichten: Der Gruppenleiter unterstützt die Gruppenmitglieder dabei, ihre Gedanken und Gefühle zu reflektieren und tiefere Einsichten in ihre psychischen Prozesse zu gewinnen. Dies fördert das Verständnis der eigenen Verhaltensmuster.

6. Moderation und Regelsetzung: Der Therapeut stellt sicher, dass die Gruppensitzungen strukturiert und produktiv verlaufen. Er setzt Regeln für die Kommunikation und das Verhalten innerhalb der Gruppe fest.

7. Förderung von Selbstexploration: Der Analytiker ermutigt die Gruppenmitglieder dazu, ihre eigenen Gedanken und Gefühle zu erkunden, auf innere Konflikte einzugehen und Veränderungen anzustoßen.

8. Integration individueller und kollektiver Prozesse: Der Gruppenleiter arbeitet daran, individuelle Erfahrungen und Dynamiken innerhalb der Gruppe zu integrieren, um ein tieferes Verständnis für die kollektiven Prozesse zu ermöglichen.

9. Unterstützung bei Konfliktbewältigung: Der Therapeut hilft den Gruppenmitgliedern dabei, Konflikte in der Gruppe konstruktiv anzugehen und gemeinsam Lösungen zu finden.

10. Förderung von Veränderungen: Der Analytiker unterstützt die Mitglieder dabei, neue Einsichten in ihr Verhalten und ihre Beziehungen zu gewinnen, um Veränderungen in ihrer psychischen Gesundheit und ihrem Wohlbefinden herbeizuführen.

Insgesamt hat der Gruppenleiter in der psychoanalytischen Gruppenpsychotherapie die Aufgabe, eine unterstützende, reflektive und tiefenpsychologisch orientierte Umgebung zu

schaffen, in der die Gruppenmitglieder ihre inneren Konflikte erforschen und persönliches Wachstum erleben können.

Psychoanalyse und Psychodynamische Gruppenbehandlung

Das Ziel der psychoanalytisch geprägten Gruppenbehandlung besteht darin, mithilfe der anderen Gruppenmitglieder sowie der Therapeuten/Mediziner die verborgenen Ursachen von Konflikten, Problemen oder unerwünschtem Verhalten aufzudecken und zu bewältigen. Innerhalb dieser psychodynamischen Gruppenbehandlung geht man davon aus, dass das zwischenmenschliche Verhalten einer Person maßgeblich von den Erfahrungen beeinflusst wird, die sie während ihrer Kindheit und insbesondere in Verbindung mit ihren nahen Bezugspersonen gemacht hat, insbesondere jene frühen, unterdrückten kindlichen Traumata.

Diese frühen Erfahrungen zeigen sich im Bindungsverhalten eines erwachsenen Menschen und prägen die Art und Weise, wie er oder sie zwischenmenschliche Beziehungen formt. Das Verhalten, die Kommunikation und die Interaktion werden demnach durch das unterdrückte Unbewusste geleitet und beeinflusst. Dies kann zur Folge haben, dass Emotionen, Denkmuster und Verhaltensweisen, die in einer früheren Lebensphase erlebt wurden, nun unbewusst auf aktuelle Beziehungen übertragen werden. Dieses Schema wird zu einem integralen Bestandteil der Persönlichkeit und fällt oft schwer ins Auge, als ein Verhalten, das nicht mehr zur gegenwärtigen Identität und Lebenslage passt.

Die Pflege von Beziehungen gestaltet sich dann als herausfordernd, weil fehlgeleitete Verhaltensmuster sich in die Persönlichkeit eingeprägt haben und zu vertrauten Begleitern im Leben geworden sind. In der Gruppentherapiesituation können diese alten Muster und ihre Ursprünge durch Interaktion und gemeinsame Reflexion der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ans Licht gebracht werden. Dadurch erhalten auch die alltäglichen Beziehungen die Möglichkeit, sich anders zu entwickeln (ebd.).

Die Psychoanalyse und die psychodynamische Gruppenbehandlung sind zwei therapeutische Ansätze, die auf ähnlichen psychologischen Konzepten basieren, jedoch in unterschiedlichen Kontexten angewendet werden.

Psychoanalyse

Die Psychoanalyse ist eine individuelle Therapieform, die auf den Theorien von Sigmund Freud und seinen Nachfolgern basiert. Sie konzentriert sich auf die Erforschung des Unbewussten, der tiefen inneren Konflikte und unbewussten Motivationen, die das Verhalten und die emotionalen Erfahrungen einer Person beeinflussen. In einer psychoanalytischen Therapie liegt der Schwerpunkt auf der Einzelarbeit zwischen dem Patienten und dem Therapeuten, wobei der Patient in einer ruhigen Umgebung auf einer Couch liegt und seine Gedanken und Gefühle freien Lauf lässt. Die Interpretation von Träumen, Assoziationen und unbewussten Inhalten steht im Mittelpunkt, um Einsicht in unbewusste Konflikte zu gewinnen und psychische Veränderungen zu fördern.

Psychodynamische Gruppenbehandlung

Die psychodynamische Gruppenbehandlung ist eine Erweiterung der psychoanalytischen Prinzipien auf eine Gruppenumgebung. Hier werden dieselben grundlegenden Konzepte wie Übertragung, Gegenübertragung, Widerstand und unbewusste Prozesse auf die Interaktionen innerhalb einer Gruppe von Teilnehmern angewendet. Die Gruppe wird zu einem Mikrokosmos, in dem sich individuelle und kollektive psychische Dynamiken manifestieren. In dieser Umgebung können die Gruppenmitglieder gemeinsam emotionale Erfahrungen teilen, Feedback geben, sich gegenseitig unterstützen und ihre Verhaltensmuster in der Interaktion erkunden. Die Therapeuten lenken die Gruppendynamik, interpretieren die Interaktionen und fördern das Verständnis für die tiefen emotionalen Prozesse.

In beiden Ansätzen liegt der Fokus auf der Erforschung unbewusster Konflikte und ihrer Auswirkungen auf das Verhalten und die psychische Gesundheit. Während die Psychoanalyse eine individuelle Therapieform ist, ermöglicht die psychodynamische Gruppenbehandlung die Untersuchung dieser Prozesse in einem sozialen Kontext und eröffnet Möglichkeiten für kollektive Einsichten und Veränderungen.

Vielfältige Ansätze in der psychoanalytischen Gruppenpsychotherapie

In der psychodynamischen bzw. psychoanalytischen Gruppenpsychotherapie gibt es verschiedene Ansätze, die auf den Grundprinzipien der Psychoanalyse basieren und in einer Gruppenumgebung angewendet werden. Hier sind einige dieser vielfältigen Ansätze:

1. Analytische Gruppenpsychotherapie: Diese Form der Gruppenpsychotherapie orientiert sich stark an den Grundlagen der klassischen Psychoanalyse. Die Gruppenmitglieder können ihre eigenen unbewussten Konflikte und inneren Prozesse erkunden, während der Therapeut Interpretationen und Einsichten bietet.

2. Tiefenpsychologisch fundierte-interaktionelle Gruppenpsychotherapie: Dieser Ansatz kombiniert tiefenpsychologische und interaktionelle Elemente. Es wird nicht nur auf individuelle Konflikte eingegangen, sondern auch auf die zwischenmenschliche Dynamik innerhalb der Gruppe.

3. Psychodramatische Gruppenpsychotherapie: Hier werden Rollenspiele und szenische Darstellungen verwendet, um emotionale Konflikte und innere Prozesse der Gruppenmitglieder sichtbar zu machen. Dies kann helfen, tiefe Einsichten und Veränderungen zu fördern.

4. Objektbeziehungsorientierte Gruppenpsychotherapie: Dieser Ansatz fokussiert sich auf die Beziehungen zwischen den Gruppenmitgliedern und die Übertragungs- und Gegenübertragungsdynamiken. Es werden die internalisierten Objektbeziehungen der Teilnehmer erforscht und bearbeitet.

5. Strukturanalytische Gruppenpsychotherapie: Hier wird das strukturelle Modell der Psyche (Ego, Id, Superego) auf die Gruppendynamik übertragen. Es werden Konflikte, Abwehrmechanismen und Verarbeitungsprozesse innerhalb der Gruppe untersucht.

6. Gruppenanalyse: Dieser Ansatz betont die dynamische Interaktion innerhalb der Gruppe und die kollektiven Prozesse. Die Gruppenmitglieder können sich gegenseitig spiegeln und sich bewusstwerden, wie sie in der Gruppe agieren und reagieren.

7. Fokalpsychotherapie in der Gruppe: Hier liegt der Fokus auf der Bearbeitung eines spezifischen Themas oder Konflikts innerhalb der Gruppe. Dies ermöglicht intensive Arbeit an einem begrenzten Aspekt der psychischen Probleme.

8. Psychoanalytisch orientierte Traumagruppen: In diesen Gruppen wird die psychoanalytische Perspektive auf die Verarbeitung von Traumata angewendet. Die Teilnehmer können ihre traumatischen Erfahrungen innerhalb der Gruppe erforschen und verarbeiten.

Diese vielfältigen Ansätze innerhalb der psychodynamischen oder psychoanalytischen Gruppenpsychotherapie ermöglichen es, individuelle und kollektive Prozesse zu erforschen, psychische Konflikte zu verstehen und Veränderungen auf tiefen Ebenen zu fördern.

Vielfältige Ansätze in der Gruppenpsychotherapie

In der Gruppenpsychotherapie existieren diverse Ansätze, die sich auf unterschiedliche Ziele und Schwerpunkte konzentrieren:

- Psychoedukativ ausgerichtete themenzentrierte Therapiegruppen: Hauptsächlich für Personen mit körperlichen Erkrankungen.

- Sozialkommunikative Selbsthilfegruppen: Gruppen zur Förderung sozialer Wahrnehmung und Interaktion.

- Verhaltenstraining in Gruppen: Vor allem in Suchtprävention und Suchtrehabilitation eingesetzt.

- Kunst- und Musiktherapiegruppen: Zur Steigerung des emotionalen Erlebens, besonders in der mehrdimensionalen Therapie in psychosomatischen Kliniken.

- Körperorientierte Gruppentherapieangebote: Zur Steigerung der Entspannungsfähigkeit (funktionelle Entspannungstherapie, PMR) und Verbesserung des Körperempfindens (konzentrative Bewegungstherapie, Körpertherapie und Feldenkrais).

- Milieutherapeutische Großgruppen (Stationsversammlungen): Zur Förderung sozialer Kompetenzen, Fremd- und Selbstwahrnehmung, Erkundung von Rollenverhalten sowie Verbesserung kommunikativer Fähigkeiten (aktiv zuhören, Feedback geben und empfangen).

Tiefergehende psychoanalytische Gruppenpsychotherapie

Im engeren Sinne sind tiefenpsychologisch fundierte Gruppenpsychotherapien in verschiedenen Umgebungen verfügbar:

- Analytische Gruppenpsychotherapie

- Analytisch orientierte Gruppenpsychotherapie

- Tiefenpsychologisch fundiert-interaktionelle Gruppenpsychotherapie

- Psychodramatische Gruppenpsychotherapie

Diese spezifischen Gruppenpsychotherapien werden sowohl ambulant als auch in stationären psychotherapeutischen Behandlungen in psychosomatischen Kliniken angeboten. Es gibt zwei Varianten (ebd.).

Geschlossene und halboffene Gruppenpsychotherapie

In einer geschlossenen Gruppenpsychotherapie werden die Teilnehmer nach individuellen Gesprächen ausgewählt. Die Therapie beginnt zu einem festgelegten Zeitpunkt, und es erfolgt kein Austausch von ausscheidenden Teilnehmern. Diese Form der Gruppenpsychotherapie wird hauptsächlich in ambulanten psychoanalytischen Gruppen angewendet.

In stationären Behandlungen in psychosomatischen Fachkliniken ist die halboffene Gruppenpsychotherapie häufiger. Dabei werden nach dem Ausscheiden von Teilnehmern neue Patienten in bestehende Gruppen aufgenommen. Diese profitieren von der bereits etablierten positiven und vertrauensvollen therapeutischen Atmosphäre der Gruppe. Die Gruppe muss jedoch kontinuierlich den Wechsel von Mitgliedern bewältigen. Heterogene Gruppen umfassen Männer und Frauen mit unterschiedlichen Krankheitsbildern. Dies ermöglichten vielfältige Perspektiven und eine breite Palette wechselseitiger Reaktionen und Rückmeldungen. Die

eigenen Verhaltens- und Kommunikationsweisen stoßen auf eine Vielzahl von Reaktionen und ermöglichen somit neue Erkenntnisse und Erfahrungen.

Die Auswirkungen Gruppenpsychotherapie bei Individuen

Teilnehmende einer Gruppenpsychotherapie erhalten durch die therapeutische Arbeit einen erneuerten Zugang zu berechtigter Hoffnung auf Veränderung ihrer persönlichen Lage (ebenda). Das persönliche Erleben von Hoffnung spielt eine entscheidende Rolle im weiteren Prozess der Transformation und Genesung. In Einzeltherapien kann die Skepsis gegenüber therapeutischer Veränderung oft länger anhalten. Die Erfahrung, dass andere Mitglieder der Gruppe ähnliche Konflikte und Beschwerden durchmachen und dass sie mit ihren Ängsten und Problemen nicht allein dastehen, führt zu einer tiefgreifenden Erleichterung. Die Patienten empfinden ihr Leiden nicht länger als isoliert, sondern können einen inneren Zugang zur sozialen Umgebung wiederherstellen.

Neben dem Austausch von Informationen in der Gruppenpsychotherapie erleben viele Klienten erstmals wieder, dass sie für andere von Bedeutung sein können und Hilfe anbieten können. Dies trägt maßgeblich zur Steigerung ihres Selbstwertgefühls bei. Im Rahmen der Gruppenpsychotherapie wiederholen viele Teilnehmer Muster, die sie aus ihrer Ursprungsfamilie kennen. Jetzt haben sie jedoch die Möglichkeit, im Rahmen der Psychotherapie neue, korrigierende Erfahrungen im Hier und Jetzt zu sammeln. Diese Erlebnisse befähigen sie dazu, auch außerhalb der Therapie mit anderen in Kontakt zu treten und zu kommunizieren. Die Entwicklung neuer, positiver Verhaltensweisen im zwischenmenschlichen Umgang kann im geschützten Rahmen der Gruppenpsychotherapie erprobt werden, wodurch soziale Ängste abnehmen. In der Gruppendynamik erleben die Teilnehmer nicht nur durch das Verhalten der Therapeuten, sondern auch durch die Interaktion mit anderen Gruppenmitgliedern eine Erweiterung von Verhaltensmodellen, die nicht ausschließlich von den erlernten Verhaltensmustern aus der Ursprungsfamilie geprägt sind. Ein essenzieller Aspekt der Gruppenpsychotherapie liegt im zwischenmenschlichen Lernen im Hier und Jetzt innerhalb der Gruppe, die wie ein sozialer Mikrokosmos agiert. Durch korrigierende emotionale Erfahrungen erlangen alle Teilnehmer eine verbesserte Wahrnehmung von sich selbst und anderen und können diese Erkenntnisse in ihr soziales Umfeld, sei es in der Familie oder im Beruf, integrieren. Das Gefühl der Zugehörigkeit in der Gruppenpsychotherapie stellt

für viele Teilnehmer trotz anfänglicher Ängste im Laufe der Zeit eine bedeutende Erfahrung dar. Solche Erfahrungen können später stabile zwischenmenschliche Beziehungen hervorbringen (ebd.).

Therapeutischen Ziele in dem psychoanalytischen Gruppen

Die therapeutischen Ziele in der psychoanalytischen Gruppenpsychotherapie sind eng mit den grundlegenden Prinzipien der Psychoanalyse verbunden. Sie zielen darauf ab, individuelle psychische Konflikte zu verstehen, unbewusste Prozesse bewusst zu machen und persönliches Wachstum sowie Veränderungen in Verhalten, Denkmustern und emotionalen Reaktionen zu fördern. Hier sind einige der Hauptziele:

1. Selbsterkenntnis und Selbstverständnis: Die Gruppenmitglieder sollen ein tieferes Verständnis für ihre inneren Konflikte, Motivationen, Ängste und Wünsche entwickeln. Durch die Exploration ihrer Gedanken und Gefühle können sie ihre eigene Psyche besser kennenlernen.

2. Bewusstmachung unbewusster Prozesse: Die psychoanalytische Gruppenpsychotherapie zielt darauf ab, unbewusste Gedanken, Emotionen und Verhaltensmuster ans Licht zu bringen. Dies ermöglicht den Teilnehmern, sich ihrer tiefen inneren Konflikte bewusst zu werden.

3. Bearbeitung von emotionalen Konflikten: Die Gruppenmitglieder sollen die emotionalen Konflikte, die aus der Vergangenheit stammen und das gegenwärtige Verhalten beeinflussen, erkennen und angehen. Dies kann zu emotionaler Entlastung und Veränderung führen.

4. Förderung von Beziehungsverständnis: Die Gruppenpsychotherapie bietet die Möglichkeit, die Interaktionen zwischen den Mitgliedern zu erkunden. Dies fördert das Verständnis für zwischenmenschliche Muster und hilft, Beziehungsprobleme zu bewältigen.

5. Überwindung von Abwehrmechanismen: Die Teilnehmer lernen, Abwehrmechanismen wie Verleugnung, Projektion oder Verdrängung zu erkennen und zu reduzieren. Dies ermöglicht einen offeneren Umgang mit inneren Konflikten.

6. Entwicklung neuer Bewältigungsstrategien: Durch das Verständnis ihrer inneren Prozesse können die Gruppenmitglieder neue, gesündere Bewältigungsstrategien entwickeln, um mit Herausforderungen umzugehen.

7. Verbesserung der emotionalen Regulation: Indem sie ihre Emotionen besser verstehen und ausdrücken können, erlangen die Teilnehmer eine verbesserte emotionale Regulation und können ihre emotionalen Reaktionen angemessen steuern.

8. Veränderung von Verhaltensmustern: Die Gruppenpsychotherapie zielt darauf ab, ungesunde Verhaltensmuster zu erkennen und zu ändern. Dies kann zu einer positiven Veränderung in Bezug auf zwischenmenschliches Verhalten führen.

9. Erweiterung des Selbstbewusstseins: Durch die Auseinandersetzung mit den eigenen inneren Prozessen und Konflikten können die Gruppenmitglieder ihr Selbstbewusstsein erweitern und eine klarere Vorstellung von ihrer Identität entwickeln.

10. Stärkung von zwischenmenschlicher Kompetenz: Die Gruppenpsychotherapie ermöglicht es den Teilnehmern, ihre zwischenmenschlichen Fähigkeiten zu verbessern, indem sie in einem sicheren Raum mit anderen interagieren und ihre sozialen Kompetenzen erweitern.

Diese Ziele dienen dazu, individuelle Veränderungen und persönliches Wachstum in einer Gruppenumgebung zu fördern, indem die Teilnehmer eine tiefere Einsicht in ihre Psyche und ihre Beziehungen gewinnen.

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.

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. Überarbeite Auflage, WUV-Universitätsverlag.

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

Andrawis Andrawis