

Gruppentherapie



Claudia Dahm-Mory

Wie eine Zirkelblume: so viele Schnittmengen und so vielfältig

Gruppen? Ja! Wir beschäftigen uns gerade mit Gruppen. Einem Zusammentreffen von mehr als 2 Personen im gleichen Raum. Ja! Sie sitzen in einem geringeren Abstand als 2 Meter nebeneinander. Ja! Mehrere Personen in einem Raum kommen sich nah. Durch die Coronavirus-bedingten Einschränkungen war diese Therapieform zeitweise nicht mehr möglich. Welche Auswirkungen werden die Erfahrungen des „physical distancing“ auf uns haben? Wird sich unser Gruppenverhalten verändern?

Genau diese zwischenmenschliche Nähe ist in einer Gruppentherapie hilfreich. Daher nehmen wir dieses Setting in der PiD – nicht nur für die Zeit nach Corona – genauer unter die Lupe.



Dr. Barbara Stein

Die Schere zwischen ambulantem und stationärem Angebot

Gruppentherapie ist effektiv und vielfältig. Das steht außer Zweifel. Die Auswahl an gruppentherapeutischen Angeboten ist riesig – und doch ist ein Missverhältnis zwischen dem ambulanten und dem stationären Angebot zu beobachten. Eine stationäre psychotherapeutische Behandlung ist ohne gruppentherapeutisches Setting nahezu undenkbar. Stationäre Gruppenangebote sind wirksam und gut evaluiert. Die Realität in der ambulanten Versorgungslandschaft zeigt ein anderes Bild. Patienten scheinen explizit Einzelbehandlungen zu bevorzugen. In den Zahlen des Barmer Arztreports 2020 spiegelt sich das wider: 94,4% der Patienten werden im ambulanten Setting einzeltherapeutisch behandelt.

Wie ist dieses offensichtliche Ungleichgewicht zwischen stationären und ambulanten Gruppentherapien zu erklären? Gibt es weniger ambulante Gruppenangebote oder werden die vorhandenen Angebote von den Patienten weniger genutzt? Wie sind die Abrechnungsmodalitäten einer Gruppenbehandlung für niedergelassene Kollegen?



Prof. Volker Köllner

Verkürzung von Wartezeiten durch Gruppentherapie?

Trotz steigender Zahl an niedergelassenen Psychotherapeuten (2009–2018 + 63 %, Barmer Arztbericht 2020) sehen sich viele Patienten damit konfrontiert, dass die Wartezeiten auf einen ambulanten Therapieplatz lange sind. Jeder dritte Patient muss mindestens einen Monat, jeder zehnte muss bis zu drei Monaten warten, und in Erzählungen der Patienten sind in Ballungszentren Wartezeiten von einem halben Jahr keine Seltenheit. Eine Verkürzung der Wartezeit auf einen ambulanten Therapieplatz mittels Gruppenangeboten liegt als Lösung nah. Daher ist es schon seit Längerem eine gesundheitspolitische Zielsetzung, ambulante Gruppentherapie zu fördern. Welche Maßnahmen wurden ergriffen, welche tatsächlich umgesetzt? In den Standpunkten Beiträgen gehen Bernhard Strauß, Dankwart Mattke, Rainer Weber und Eva Mohnke diesen und weiteren zentralen Fragen nach. Wie wirksam ist Gruppenpsychotherapie? Welche Wirkfaktoren gibt es? Wie sind die strukturellen Rahmenbedingungen für Gruppentherapien? Was sagt die Forschung zu offenen, halboffenen oder geschlossenen Gruppen? Ursula Melicherowa und Volker Köllner richten den Blick auf stationäre Gruppen im psychiatrischen und psychosomatischen Kontext und erörtern, ob geschlossene Gruppen überlegen sind.

Vielfältige Konzepte – schulenspezifisch, schulenübergreifend ...

Wie ein bunter Blumenstrauß – so vielfältig und unterschiedlich sind gruppentherapeutische Konzepte in ihrer Umsetzung. Innerhalb der Therapieschulen haben sich Gruppenkonzepte entwickelt und weiterentwickelt. Auch schulen- und berufsgruppenübergreifende Modelle finden sich auf dem Markt der Möglichkeiten. Welche Unterschiede gibt es in der Herangehensweise der Therapieschulen und welche schulenübergreifende Konzepte haben sich bewährt? Ausgewählt haben wir hier eine Handvoll Autoren – und es gäbe noch so viele mehr.

Heinz Rüdell, Laetitia Rinke und Eva Mohnke geben einen Überblick über den verhaltenstherapeutischen Gruppenansatz und stellen Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen psychodynamischen und verhaltenstherapeutischen Gruppen dar. Jan Obendiek beschreibt ein systemisches Konzept und Ulrike Linke-Stillger erläutert die Adaption des Kathymen Bilderlebens für den Gruppenkontext. Eine detaillierte Beschreibung der Durchführung einer mentalisierungsbasierten Gruppe finden Sie in dem Artikel von Ulrich Schulz-Venrath. Claudia Dahm-Mory und Ulrich Wilms stellen die Zusammenarbeit von Hund (Verhaltenstherapeut) und Katz (systemische Therapeutin) vor.

Und nicht zu vergessen: Schon längst gibt es keinen Zweifel mehr an der Gruppentherapie ohne Therapeuten! Jürgen Matzat beschreibt Landschaft der Selbsthilfegruppen in Deutschland.

... und störungsspezifisch

Wenn wir nun Gruppen inhaltlich in den Blick nehmen, stellt sich die Frage, welche störungsspezifischen Konzepte sich etabliert haben. Wir konnten Autoren aus sehr unterschiedlichen Bereichen gewinnen, die Modelle für Patienten einer Störungsgruppe vorstellen: Sucht (Monika Vogelgesang), Brustkrebs, PsyRENA zur Reha-Nachsorge und für berufliche Themen (Thomas Langens und Michael Schonnebeck), Psyche und Diabetes (Ljiljana Joksimovic), funktionelle Körperbeschwerden und somatoformen Störungen (Andreas Dinkel, Claas Lahmann und Joram Ronel) sowie Angsterkrankungen.

Gruppentherapie? Nein danke! Das ist eine Reaktion, die immer wieder bei Patienten wahrzunehmen ist, wenn ihnen eine Gruppentherapie empfohlen wird. Wie blicken die Nutzer nach der Therapie auf ihre Erfahrung? Welche Bedeutungen haben Gruppen für den gesamten Behandlungsverlauf? Cornelia Caspari, Lisa Ritter und Kristin Härtl stellen ein Konzept zur Unterstützung von Brustkrebspatientinnen vor und lassen die Frauen selbst zu Wort kommen.

Über den Tellerrand blickt Oliver König im Rahmen eines supervisorischen Prozesses in ein psychiatrisches Team als Gruppe.

Die Gretchenfrage zum Schluss

Wenn Sie, liebe LeserInnen, dieses Heft nun in den Händen halten und gleich zu lesen beginnen, haben wir vorab noch eine Frage an Sie: Zu welcher Gruppe zählen Sie sich? Mögen Sie Gruppentherapien oder meiden Sie diese lieber? Sollten Sie zur ersten Gruppe gehören, können wir Ihnen mit diesem Heft vielleicht die Wartezeit zur nächsten Gruppentherapie verkürzen und Sie mit spannenden Konzepten zum Weiterdenken einladen. Sollten Sie sich zur zweiten Gruppe zählen, so hoffen wir, Ihnen mithilfe dieses Hefts Appetit auf Gruppentherapien zu machen – vielleicht gelingt es ja. Die Artikel werden Sie in jedem Fall einladen, in die Vielfalt von Gruppenpsychotherapie einzutauchen und vielleicht mit ein paar neuen Ideen und Fragen wieder aufzutauchen.

Viel Freude beim Lesen wünschen Ihnen

Claudia Dahm-Mory, Barbara Stein, Volker Köllner