

Inhalt

Widmung	8
Danksagung	9
Vorwort	11
1 Grundlegende Konzepte der Gruppentherapie	13
1.1 Entwicklung der Gruppentherapie	13
1.1.1 Erste Entwicklungen	14
1.1.2 Entwicklung der Gruppentherapie in der humanis-	14
tischen und der psychodynamischen Psychotherapie ..	
1.1.3 Entwicklung der Gruppentherapie innerhalb	15
der Verhaltenstherapie	
1.2 Wirkfaktoren in der Gruppentherapie	16
1.3 Verfahren, Methoden, Techniken, Setting der Psycho-	22
therapie und die Einordnung der Gruppentherapie	
1.3.1 Verfahren	22
1.3.2 Methoden	23
1.3.3 Techniken	23
1.3.4 Setting	24
1.4 Formen und Modelle der Gruppentherapie	25
1.4.1 Modell Nr. 1: »Interaktionsorientierte Gruppen-	26
konzepte«	
1.4.2 Modell Nr. 2: »Einzelfallorientierte Gruppen-	28
konzepte«	
1.4.3 Prinzipien der interaktionsorientierten vs.	29
einzelfallorientierten Gruppentherapie	
1.4.4 Modell Nr. 3: »Störungsspezifische und auf	35
Prävention ausgerichtete Gruppenkonzepte«	
2 Praxis der verhaltenstherapeutischen Gruppentherapie	39
2.1 Bedingungen und Regeln der Verhaltenstherapie in Gruppen	39
2.1.1 Instrumentelle Gruppenbedingungen	39
2.1.2 Gruppenregeln	57
2.2 Methoden der verhaltenstherapeutischen Gruppentherapie ..	63
2.2.1 Transdiagnostische Gruppentherapie	63

2.2.2	Typische Schwierigkeiten bei der Durchführung einer transdiagnostischen, einzelfallorientierten Gruppe	69
2.2.3	Beispiel einer transdiagnostischen Gruppentherapie ..	72
2.2.4	Vergleich des Vorgehens bei interpersoneller Gruppentherapie und transdiagnostischer Gruppe ...	131
2.2.5	Problemlösetraining	135
2.2.6	Beispiel einer störungsspezifischen Gruppentherapie für Essstörung	141
3	Basisfertigkeiten des Leiters bei der praktischen Umsetzung verhaltenstherapeutischer Gruppen	153
3.1	Überzeugung, dass die Gruppentherapie ein hilfreiches und angemessenes Setting ist	153
3.2	Erfolgsenerlebnisse schaffen	153
3.2.1	Positive Erfahrungen der Patienten in die Gruppe einbringen	154
3.2.2	Keine Scheu vor Wiederholungen	154
3.2.3	Auch bei »erfolglosen« Patienten die Hoffnung nicht aufgeben	155
3.3	Integration von Außenseitern über direkte Zuwendung	155
3.4	Making lemonade out of lemons	156
3.5	Fähigkeit zur Selbstbeobachtung	156
3.6	Freundlichkeit angesichts von feindseligem Verhalten	157
3.7	Kenntnis von Validierungsstrategien	162
3.8	Fähigkeit, die verschiedenen Interaktionsebenen bewusst zu beachten	167
3.8.1	Die Interaktionsebenen in störungsspezifischen Gruppen	169
3.8.2	Die Interaktionsebenen in einzelfallorientierten Gruppen	170
3.8.3	Auswirkungen von Symptomen und Verhaltensweisen des Einzelpatienten auf die Mitpatienten	172
3.9	Fähigkeit, mit Angst und Scham umzugehen und Selbstwertgefühl aufzubauen	177
3.9.1	Woran erkennt der Therapeut Angst in der Gruppe ..	178
3.9.2	Woran erkennt der Gruppentherapeut Scham in der Gruppe?	179
3.9.3	Woran erkennt der Therapeut Selbstwertgefühl bei den Gruppenmitgliedern?	180
3.9.4	Woran erkennt der Therapeut Sicherheitsgefühl bei den Gruppenmitgliedern?	180
3.9.5	Techniken der Angstreduktion in der Gruppensitzung	181
3.9.6	Techniken der Schamreduktion in der Gruppensitzung	182

3.9.7	Techniken des Aufbaus von Selbstwert in der Gruppensitzung	182
3.9.8	Techniken des Aufbaus von Sicherheit in der Gruppensitzung	183
3.10	Auswahl der Gruppenmitglieder	183
3.10.1	Zielgruppen	183
3.10.2	Voruntersuchung	185
3.10.3	Vorgespräche	185
3.11	Umgang mit Werten und Zielen	186
3.12	Patienten mit Persönlichkeitsstörungen in der Gruppen- therapie	190
3.12.1	Umgang mit externalisierenden Verhaltensweisen	191
3.12.2	Umgang mit internalisierenden Verhaltensweisen	201
4	Fragen von Gruppentherapeuten aus der Praxis	225
Literatur	234
Stichwortverzeichnis	237