



Leben Lernen  
KLETT-COTTA

## ZU DIESEM BUCH

Gruppenpsychotherapie ist eine wirksame und ökonomische, dabei jedoch sehr anspruchsvolle Behandlungsform. Ohne gründliche Kenntnis der gruppenspezifischen Verläufe und speziellen therapeutischen Anwendungen ist *Angst vor Gruppen* aus Therapeuten-Sicht durchaus berechtigt. Diese Angst vermag das Buch zu zerstreuen durch: eine umfassende Darstellung der Wirkprinzipien in Therapiegruppen; die praxisnahe Beschreibung der Zusammenstellung von Gruppen, ihrer typischen Phasenverläufe und erwartbaren Konflikte; und *zum ersten Mal dargestellt*: die Vermittlung speziellen Wissens über Gruppen mit traumatisierten Menschen.

Die Ergebnisse der Gruppentherapieforschung werden ausführlich dargestellt. Es liegt ein schulenübergreifendes Praxishandbuch vor, das für Psychotherapeuten und Therapeutinnen, die sich in die durch die Krankenkassen speziell geförderte und aufgewertete Behandlungsform einarbeiten möchten, unverzichtbar ist.

*Dr. med. Dankwart Mattke*, Psychiater und Psychoanalytiker, war als Leitender Arzt in der Rhein-Klinik Bad Honnef tätig; derzeit führt er eine fachärztliche Praxis für psychosomatische Medizin und Psychotherapie in München; Fort- und Weiterbildungsangebote speziell für Gruppenpsychotherapie in Kliniken und Praxen. [www.djmattke.de](http://www.djmattke.de)

*Prof. Dr. med. Luise Reddemann*, Nervenärztin und Psychoanalytikerin, Fachärztin für psychotherapeutische Medizin, Honorarprofessur für Psychotraumatologie und psychologische Medizin an der Universität Klagenfurt, war Leitende Ärztin der Klinik für psychotherapeutische und psychosomatische Medizin am Ev. Johanneskrankenhaus in Bielefeld; aktuell ist sie in Fort- und Weiterbildung auf dem Gebiet der Psychotraumatologie tätig. [www.luise-reddemann.info](http://www.luise-reddemann.info)

*Prof. Dr. phil. habil. Bernhard Strauß*, Diplom-Psychologe und Psychoanalytiker, Psychologischer Psychotherapeut, ist Direktor des Instituts für Psychosoziale Medizin und Psychotherapie am Universitätsklinikum der Friedrich-Schiller-Universität Jena und seit vielen Jahren in der Gruppenpsychotherapieforschung und -weiterbildung aktiv. [www.mpsy.uniklinikum-jena.de](http://www.mpsy.uniklinikum-jena.de)

Alle Bücher aus der Reihe ›Leben Lernen‹ finden Sie unter:  
[www.klett-cotta.de/lebenlernen](http://www.klett-cotta.de/lebenlernen)

Dankwart Mattke / Luise Reddemann  
Bernhard Strauß

# Keine Angst vor Gruppen!

Gruppenpsychotherapie  
in Praxis und Forschung

Unter Mitarbeit von Claus Fischer

Klett-Cotta

Klett-Cotta

[www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)

© J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659,  
Stuttgart 2009

Alle Rechte vorbehalten

Fotomechanische Wiedergabe

nur mit Genehmigung des Verlages

Printed in Germany

Umschlag: Hemm & Mader, Stuttgart

Titelbild: Jan Kruk © D. Mattke

Satz: Kösel, Krugzell

Auf holz- und säurefreiem Werkdruckpapier gedruckt

und gebunden von Bercker Graphische Betriebe GmbH & Co. KG, Kevelaer

ISBN 978-3-608-89077-8

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der

Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im

Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

# Inhalt

Vorwort .....	9
1. Grundlagen der Gruppenpsychotherapie: Sozialpsychologie und Gruppendynamik ..... (D. Mattke)	13
1.1 Sozialpsychologie der Gruppe .....	16
1.2 Gruppendynamik .....	31
1.3 Gruppenforschung als Aktionsforschung .....	34
1.4 Weitere Entwicklung der Gruppendynamik .....	35
1.5 Sozialpsychologie und Gruppendynamik vereint? .....	38
1.6 Gruppendynamik und Gruppentherapie auch vereint? .....	41
1.7 Wirkfaktoren in Gruppen und allgemeine Gruppentheorie .	44
2. Die Gruppentherapien unter besonderer Berücksichtigung der Grundprinzipien psychodynamischer Gruppenpsychotherapie .....	49
2.1 Psychodynamische und verhaltenstherapeutische Gruppen – Unterschiede und Gemeinsamkeiten .....	49
2.2 Verhaltenstherapeutische Gruppentherapien .....	53
2.3 Psychodynamische Gruppentherapie .....	60
2.4 Die formale Veränderungstheorie der psychodynamischen Gruppentherapie .....	72
2.5 Interventionstechnik in der psychodynamischen Gruppentherapie: Klarifizieren, Konfrontieren, Interpretieren im Prozess der »Psychologischen Arbeit« in der Gruppe .....	79

2.6	Zusammenfassung und Gegenüberstellung der beiden Therapieverfahren .....	91
3.	Durchführung einer psychodynamischen Gruppenpsychotherapie (D. Mattke) Indikation – Selektion – Komposition – Prognose – Phasen der Gruppenentwicklung – prozessorientierte Gruppenleitung – Interventionstechnik .....	95
3.1	Indikationskriterien oder wie wähle ich Patienten für eine Gruppe aus? .....	98
3.2	Inwieweit kann der Faktor Patienteneigenschaften bei der Auswahl der Patienten und der Indikationsstellung für eine Gruppentherapie helfen? .....	98
3.3	Gruppenprozesse, formale Veränderungstheorie psychodynamischer Gruppentherapie und strukturelle Eigenschaften der vorgesehenen Gruppe .....	104
3.4	Therapeutenmerkmale .....	107
3.5	Kontraindikationen und Nebenwirkungen .....	107
3.6	Klinische Empfehlungen und Ausblick .....	112
3.7	Phasen der Gruppenentwicklung .....	117
3.8	Leitlinien für eine prozessorientierte Gruppenleitung und Interventionstechnik .....	121
4.	Gruppen in Organisationen Wandlungen in der Praxis und Konzeptualisierung stationärer Gruppen und Teams .....	143
	(D. Mattke)	
4.1	Klinische Vignette – Gruppengefühle eines Klinik-Chefs ...	143
4.2	Reflexion der Wurzeln .....	148
4.2.1	Gruppendynamische Gruppen .....	154
4.2.2	Die psychotherapeutische Gruppe oder die therapeutische Kleingruppe auf einer Station .....	167
4.2.3	Teamgruppen .....	171

5.	Evidenzbasierte Gruppenpsychotherapie: Ergebnisse der Gruppenpsychotherapieforschung . . . . .	179
	(B. Strauß)	
5.1	Effektivität ambulanter Gruppenpsychotherapie . . . . .	181
5.2	Behandlungseffekte stationärer Gruppenpsychotherapie . . .	192
5.3	Forschung zum Gruppenprozess und zur Gruppendynamik	199
5.4	Therapeutische Beziehungen in Gruppentherapien . . . . .	235
5.5	Bindung und Gruppenprozesse . . . . .	261
5.6	Zusammenfassung . . . . .	273
6.	Gruppentherapie in der Traumabehandlung – die Gruppe als Ressource nutzen . . . . .	278
	(L. Reddemann)	
6.1	Einleitung: Wozu ein eigenes Kapitel zur Gruppentherapie traumatisierter PatientInnen? . . . . .	278
6.2	Allgemeines zu Diagnostik und Therapie traumatisierter PatientInnen . . . . .	285
6.3	Ressourcen- und Resilienzorientierung . . . . .	296
6.4	Ressourcenorientierte Gruppenpsychotherapie nach dem Bielefelder Modell . . . . .	321
6.5	Qigong – eine körperorientierte Gruppe in der Traumatherapie . . . . .	344
	(C. Fischer)	
	Literatur . . . . .	371