

***Gruppenpsychotherapie unter  
Berücksichtigung  
der Persönlichkeitsstruktur***

Gerda Trinkel

# Inhalt

- ✿ Einleitung
- ✿ Entwicklung von Persönlichkeitsstrukturen
- ✿ Klinische Bilder struktureller Störungen
- ✿ Erläuterung struktureller Niveaus: Selbstwertregulation
- ✿ Gruppentypische Wirkfaktoren
- ✿ Gruppenzusammensetzung
- ✿ Rolle Therapeut/in, Phasen des Therapieverlaufs
- ✿ Bedeutung Begegnungs- und Spielbühne
- ✿ Beispiele struktureller Interventionen
- ✿ Resümee

# Arbeitshypothesen (1)

- ✿ Wissen um Persönlichkeitsstruktur → Therapieplanung
- ✿ Gering integrierte Strukturen benötigen Einzelsetting
- ✿ Gruppenwirkfaktor Kohäsion
- ✿ Bedeutung der Gruppenzusammensetzung
- ✿ Sicherheit und Halt durch spezielle Wirkfaktoren des Psychodramas

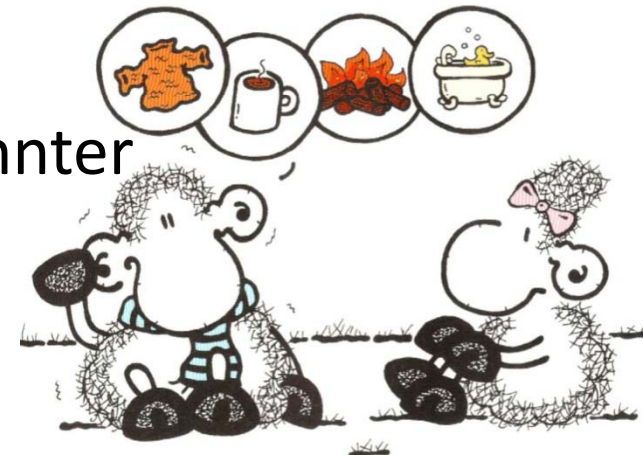
# Arbeitshypothesen (2)

- ✿ Großer Stellenwert von Begegnungs- und Spielbühne
- ✿ Strukturelle Defizite → strukturelle Interventionen
- ✿ Stabilisierende Maßnahmen von Bedeutung
- ✿ Zentrales Thema: Ressourcen, Selbstwert

# „Wir leben von Geburt an in Gruppen ...“

(Moreno)

- ✿ Gruppentherapie nahe an realen Gegebenheiten
- ✿ Wichtiger Aspekt: Interaktion zwischen Säugling und Bezugspersonen
- ✿ „Kooperatives Handeln anstatt getrennter Verhaltensmuster“ (Moreno, 1944)
- ✿ Unsere Persönlichkeit –  
salutogene und pathogene Beziehungserfahrungen



# Begriff: Struktur

- ✿ Verfügbarkeit von psychischer Funktionen
- ✿ Stabile Bindung entwickelt sich innerhalb psychosomatischer und psychodramatischer Rollenebene

*Spricht man von **Struktur**, meint man die Art und Weise,*

- ➡ *Wie wir uns **selbst und andere wahrnehmen***
- ➡ *Wie wir **auf emotionaler Ebene mit uns selbst und anderen kommunizieren***
- ➡ *Wie wir **unsere Impulse, Emotionen und unseren Selbstwert regulieren***
- ➡ *Wie wir **mit Anderen in Beziehung treten***

# Strukturelle Störung

- ✿ Defizite: psychosomatische-, psychodramatische-, soziodramatische Rollenebene
- ✿ Rollenkonfigurationen, Interaktionsmuster reproduzieren sich im späteren Leben
- ✿ Drei unterschiedliche Integrationsniveaus der Persönlichkeitsstruktur:
  - Gut integriert
  - Mäßig integriert
  - Gering integriert

# Strukturniveaus (M. Schacht) (1)

Erläuterung der Strukturniveaus anhand der Selbstwertregulation

## ✿ Gut integriert (N. 2-3):

- Misserfolge werden ertragen
- Eigene Stärken und Ressourcen stabilisieren

Selbstwertgefühl

- Divergierende Rollenerwartungen führen nicht zur Kränkung



# Strukturniveaus (M. Schacht) (2)

## Erläuterung der Strukturniveaus anhand der Selbstwertregulation

### ✿ Mäßig integriert (N. 1-2):

- Störbares Selbstwertgefühl
- Große Kränkbarkeit
- Selbstentwertung
- Selbstwertgefühl nur mit äußerer Hilfe stabilisierbar
- Divergierende Rollenerwartungen → Kränkung, Rückzug oder Anpassung



# Strukturniveaus (M. Schacht) (3)

## Erläuterung der Strukturniveaus anhand der Selbstwertregulation

### ✿ Gering integriert (N. 0-1,0):

- Ausgeprägte Kränkbarkeit
- Eigene Grenzen werden nicht erkannt
- Leichte Verletzungen des Selbstwerts → Scham, Ekel vor sich selbst (Kompensation durch (Auto-) Aggression)
- Divergierende Rollenerwartungen: Rückzug, Unterwerfung



# Klinische Bilder struktureller Störungen (1)

Kommen am häufigsten vor bei:

- ✿ Persönlichkeitsstörungen
- ✿ Suchterkrankungen
- ✿ Somatoformen Störungen
- ✿ Essstörungen
- ✿ Depressionen
- ✿ Angsterkrankungen

# Klinische Bilder struktureller Störungen (2)

- ✿ Untersuchung von G. Rudolf (2006) ergab:  
Von 100 Probanden → 35% gering integrierte Struktur
- ✿ Auswirkungen der gering integrierten Struktur:
  - Momente hoher Belastung: „Alles oder Nichts“
  - Momente hoher Anspannung: „Entweder - Oder“
  - Strukturelle Dissoziation der Persönlichkeit:  
Dissoziierte Rollencluster

# PAGE – Studie von Tschuschke (2006)

Untersuchung von ambulanten Psychodramagruppen:

- Patienten/innen mit Persönlichkeitsstörung:
  - Erfolgreich: 37,0%
  - Weniger erfolgreich: 63,0%

➡ Bestätigt meine Arbeitshypothese:

Bei Persönlichkeitsstörungen mit gering integrierter Struktur:

**„Beziehungsfähigkeit und Identitätsentwicklung sind auf der Begegnungsbühne im einzeltherapeutischen Setting nachzureifen.“**

# Gruppentypische Wirkfaktoren

Wirkfaktoren kommen zu tragen → werden im Einzelsetting nicht erreicht

*Studie* (Yalom, Liebermann et al. Tschuschke, Strauß u. Burgmeier-Lohse, Rudnitzki et al., 1973 - 1998): *Befragung von 100 Gruppen (1012 Patienten) ergab:*

## Wesentliche Wirkfaktoren:

- Kohäsion
- Katharsis
- Feedback
- Universalität des Leidens
- Identifikation

# Kohäsion

*„Das Ziel soziometrischer Arbeit ist es, Bereiche niedriger Kohäsion aufzuspüren und sie unter Respektierung der Freiheit der Betroffenen in Bereiche höherer Kohäsion zu transformieren...“ (Moreno, 1950)*

☀ *Klinisch relevante Studie von Tschuschke:*



Für Patienten → Kohäsion von größter Bedeutung

☀ *Klinisch relevante Studie von Strauß et al., 2006:*

Zusammenhang zwischen positiven Behandlungseffekten und subjektiver Bedeutung von Gruppenkohäsion

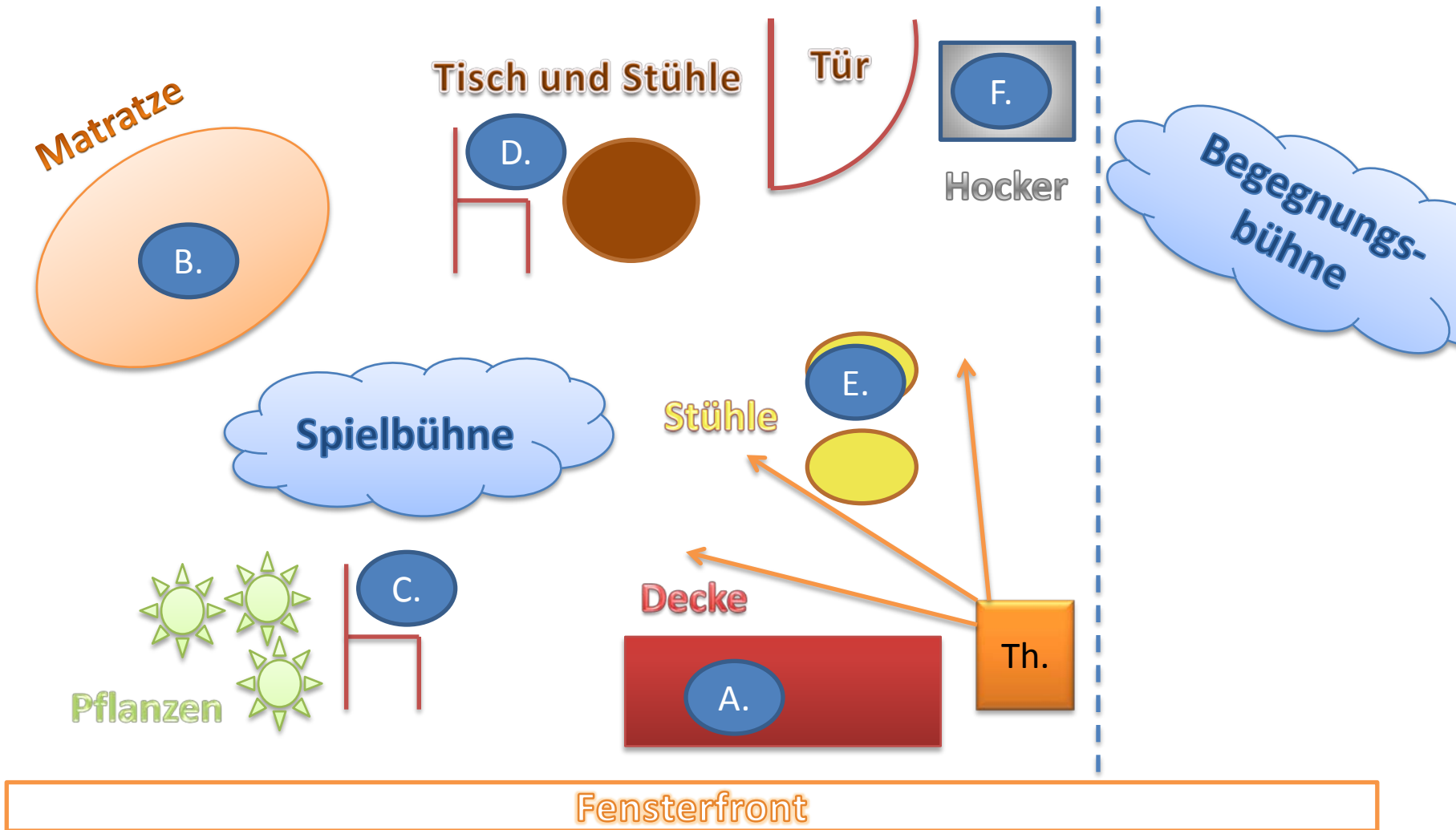
# Wirkung von Kohäsion

- ✿ Erste korrigierende Erfahrung
- ✿ Aktive Unterstützung durch Gruppenleitung wesentlich
- ✿ Je niedriger Strukturniveau → desto mehr Sicherheit, Schutz, Zuverlässigkeit, Transparenz, Vertrauen nötig → dadurch Eröffnung von Wahlmöglichkeiten

# Entwicklung von Kohäsion

1. Abhängige Phase: Konzentration auf Gruppenleiter/in, wenig Kommunikation untereinander → copy theory of mind
2. Wahrnehmen von Unterschieden, Ansprechen von Konflikten und Ärger, Ambiguität wird aushaltbar → üben der Kompetenzen von Niveau 2-3
3. Vermehrte Kommunikation und Interaktion unter Gruppenteilnehmern/innen
4. Beendigung der Gruppe, Nachreifen der Trennungsfähigkeit

# Beispiel: Förderung Kohäsion

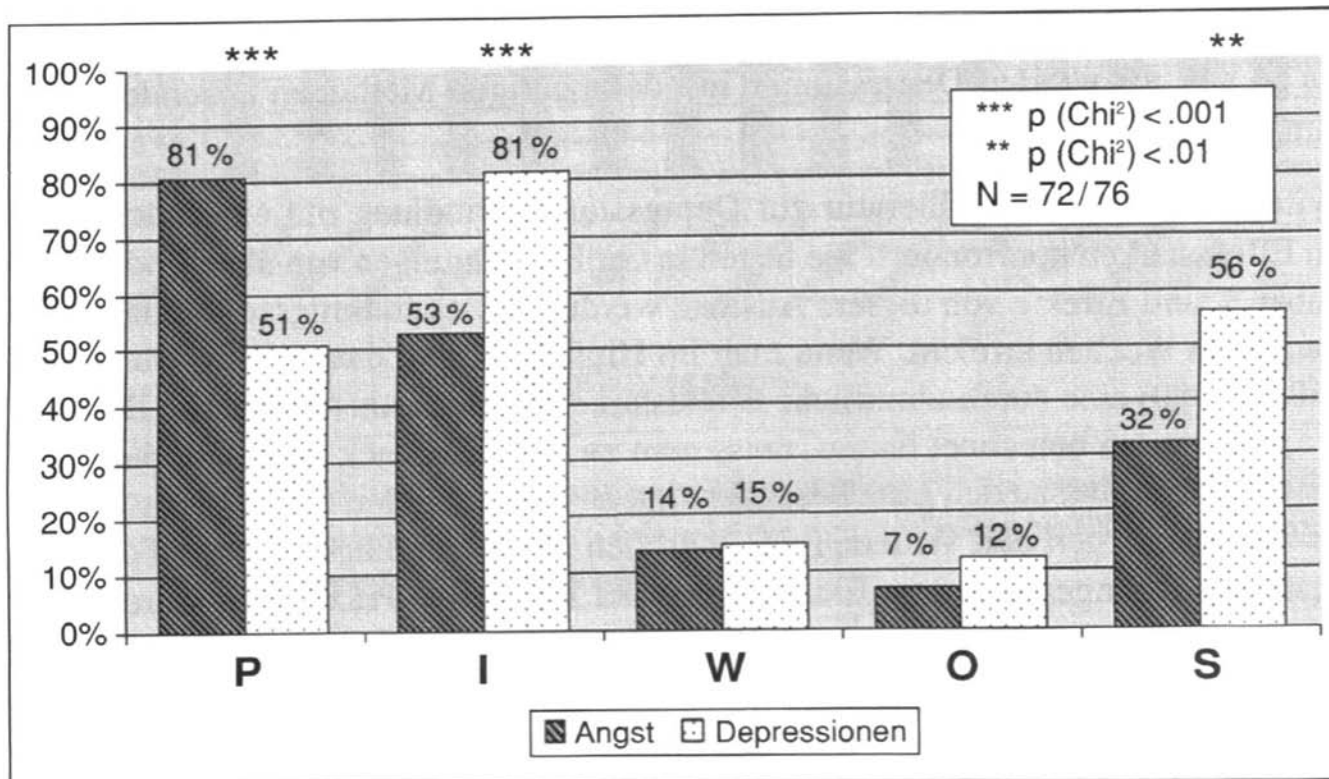


# Spezifische Wirkfaktoren des Psychodramas

- ✿ Strukturierte Sitzungen
- ✿ Erwärmungs-, Aktions- und Integrationsphase
  - Erwärmungsphase: Lösung von Spielhemmung  
Zur Aktivität verlocken  
Neugierde wecken  
Gruppenkohäsion fördern
- ✿ Rollenfeedback, Sharing
- ✿ Techniken des Psychodramas: Spiegeln, Doppeln,...
- ✿ Integration von Rollencluster, Gefühlen
- ✿ Arbeit mit Szenenaufbau
- ✿ Surplus Reality
- ✿ Zukunftsprobe

# Gruppenzusammensetzung (1)

## Bedeutung von Motivation und Zielsetzung



**Abbildung 4.5:** Vergleichende Gegenüberstellung der Therapieziele von Patienten mit einer Angststörung und mit einer depressiven Störung. P = Problem- und Symptombewältigung; I = Interpersonale Ziele/Probleme; W = Wohlbefinden; O = Orientierung; S = Selbstwert/Selbstentwicklung (Grosse Holtforth, 2001).

# Gruppenzusammensetzung (2)

- ✿ Gruppenzusammensetzung: ein wesentlicher Aspekt für Qualität der Gruppe
- ✿ Je kürzer die Gruppe dauert → homogenere Zusammensetzung wichtig
- ✿ Längerfristige Gruppen → heterogenere Zusammensetzung:
  - Balance von Heterogenität und Homogenität (Arche Noah Prinzip)
  - ➡ Sharing, Feedback, Rollendistanz, Hilfs-Ich-Rollen, Identifikation mit Stärken und Ressourcen von anderen Gruppenmitgliedern

# Phasen des Therapieverlaufs

## 1. Phase: Stabilisierung

- Strukturieren durch Rahmenbedingungen
- Sicherheit geben durch Informationen
- Würdigung der bisherigen Bewältigungsrollen
- Ressourcenarbeit
- Wahlmöglichkeiten eröffnen

## 2. Phase: Veränderung der Strukturniveaus

- Individuelle Unterschiede werden entdeckt, das Anderssein ausgehalten
- Perspektivenwechsel
- Kreative Lösungen
- Erweiterung des Rollenrepertoire

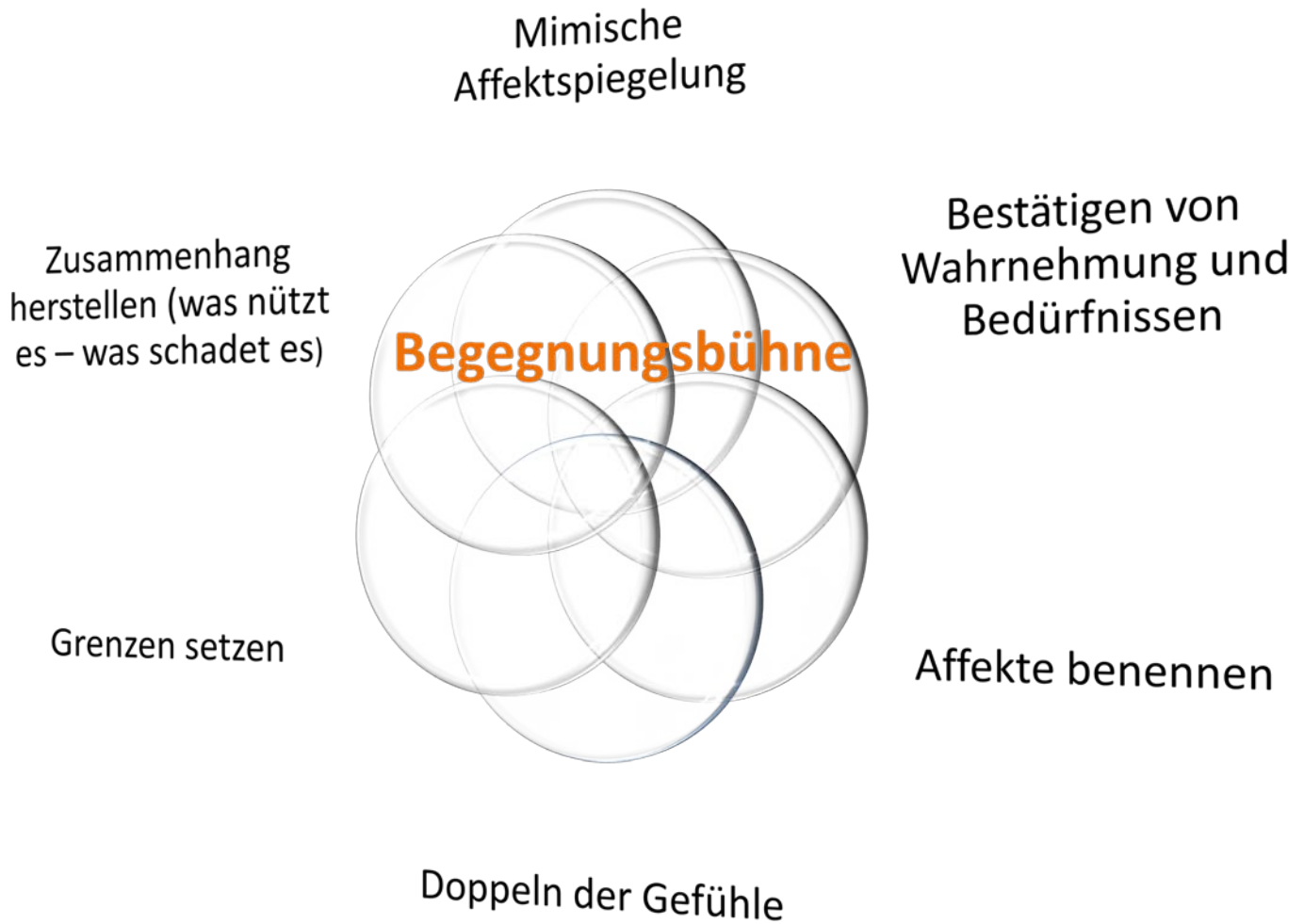
## 3. Phase: Integration

- Konsolidierung neuer Rollenkonfigurationen

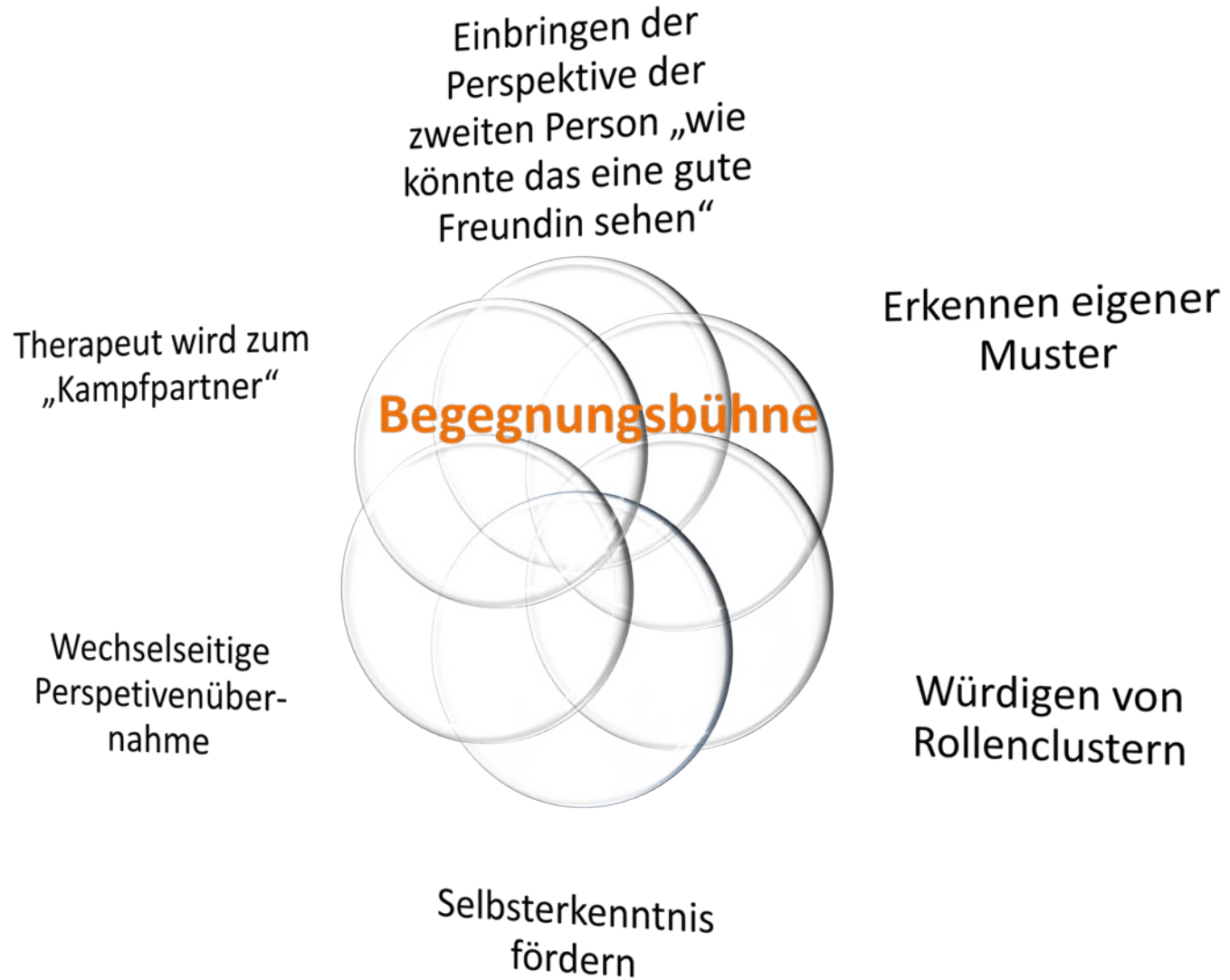
# Aufgaben des Therapeuten

- ✿ Sehr aktive Haltung in der Frühphase der Gruppe
- ✿ Gruppenvorbereitung: genaue Abklärung vor Beginn
  - ➡ Nicht nur defizitorientiert, auch ressourcenorientiert
- ✿ Brücke zum Klienten bauen
- ✿ Wahlmöglichkeiten schaffen
- ✿ Komplementaritätsprinzip
- ✿ Entwicklungsbezogene Interventionen zur Nachreifung von strukturellen Fähigkeiten

# Interventionen zur strukturellen Förderung (1)



# Interventionen zur strukturellen Förderung (2)



# Interventionen auf der Spielbühne

Körperbezogener,  
sinnlicher Bereich

- Raum erkunden, angenehmen Platz einrichten
- Nähe – Distanz spüren
- Arbeiten mit Tüchern, Decken, Musik, Düften ...

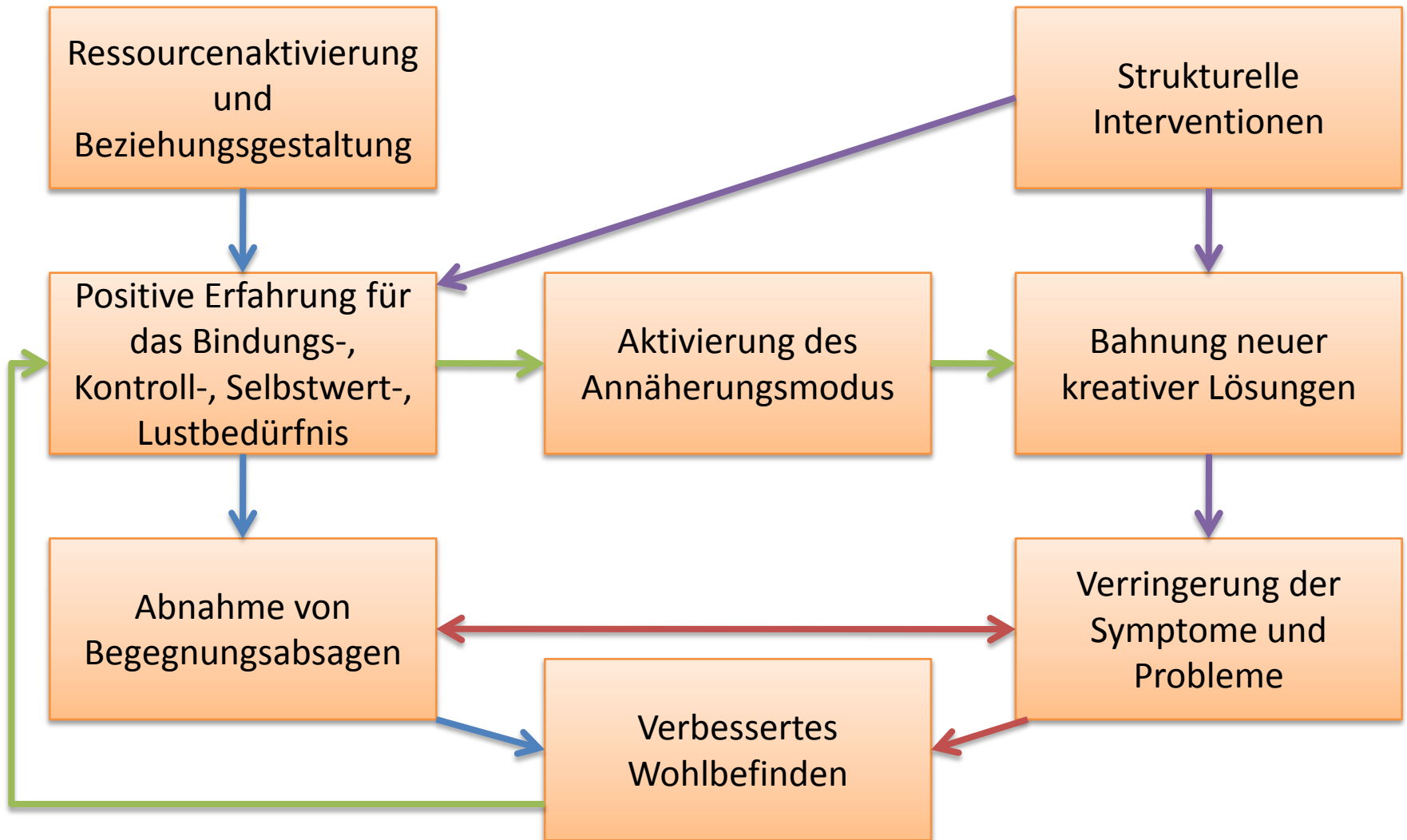
Psychodramatische  
Ebene

- Wohlfühlorte einrichten
- Szenenaufbau fördert Perspektivenwechsel
- Sicherer Ort – Abgrenzung
- Regisseur aus zweiter Position
- Gruppenspiel

Soziodramatische  
Ebene

- Rekonstruktion der Situation
- Erkennen von situativen Zusammenhängen
- Erkennen eigener Muster
- Stärkung des Selbstkonzepts
- Niveau 2: innerer Rollentausch wird möglich → Rollenspiele

# Strategie Ressourcenaktivierung

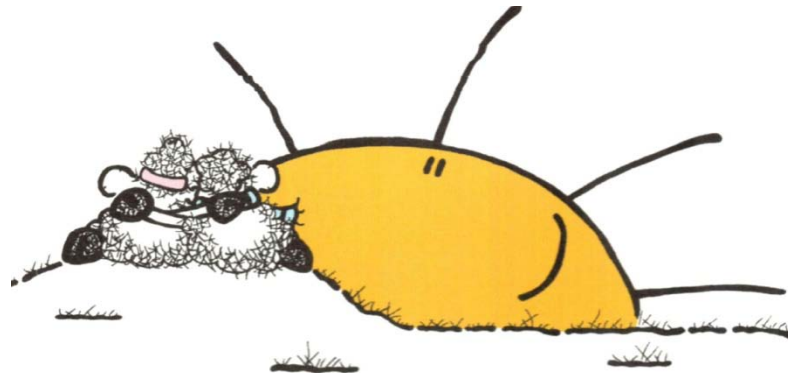


# Resümee

- ✿ Die Qualität der Gruppe resultiert aus der Zusammensetzung
- ✿ In der Anfangsphase der Gruppe → Förderung von Kohäsion
- ✿ Kenntnisse der Strukturniveaus erleichtern das Setzen von strukturellen Interventionen

## ➡ Ausblick in die Zukunft:

Weiterentwickeln von strukturbezogenen Interventionen für die Gruppenpsychotherapie



# Vielen Dank

