

Dynamische Gruppenpsychotherapie

Maria Majce-Egger

Entwicklung

Die Entwicklung der Methode Dynamische Gruppenpsychotherapie ist eng mit Raoul Schindler, dem Gründer des Österreichischen Arbeitskreises für Gruppentherapie und Gruppendynamik (ÖAGG, 1959) verbunden. Schindlers Intention, alle mit dem Phänomen Gruppe arbeitenden Methoden in einem spezifisch gruppentherapeutischen Modell zu organisieren, führte Forschende auf dem Gebiet der Psychoanalyse, Rollen- und Feldtheorie sowie Gruppendynamik in einem Forum zusammen. Sein Interesse galt dem Studium der Gruppendynamik von Familienstrukturen und Gesellschaftsformen im Hinblick auf krankmachende oder die Gesundheit fördernde Wirkung. In der klinischen Arbeit mit psychotischen PatientInnen entwickelte Schindler die Bifokale Gruppen- und Familientherapie (1952), sowie das Modell der Rangdynamik (1956).

Aus dieser Verbindung sozial- und tiefenpsychologischer Theorien entstand ein eigenständiges, interpersonelles psychotherapeutisches Verfahren, die Dynamische Gruppenpsychotherapie (DG). Inhaltliche Bezüge finden sich zu anderen psychodynamisch, interaktionell ausgerichteten Gruppenmethoden (z.B. Göttinger Modell).

Theoretische und methodische Grundlagen

„Das theoretische Konzept sieht in der ‚Gruppe‘ ein dynamisches Organisationsgeschehen einer Mehrzahl von Personen, gegenüber einem gemeinsamen ‚Anderen‘ [...] Ganzheit zu bilden, analog dem Organisationsbemühen des Ich, seine leiblichen und seelischen Elemente (Organe) gegenüber einer Umwelt zu einer Person zu integrieren. Dies geschieht durch Abgrenzung (Individuation) und Rollenbildung, die nach den Gesetzen der Rangdynamik und der Funktionalität erfolgt und sich im authentischen Handeln ausdrückt“ (Schindler 1994, 252).

Die DG nutzt die Gruppe als eigenes Therapieinstrument und geht davon aus, dass diese mit ihren vielfältigen Angeboten zur Übertragung und Rollengestaltung im aktuellen Beziehungsgeflecht optimale Möglichkeiten bietet. Durch die im Hier und Jetzt stattfindende Wiederinszenierung der Konfliktdynamik der einzelnen Personen im Kräftefeld des Gruppenprozesses entwickelt sich in einer wechselseitigen Dynamik ein Prozess der psychosozialen Reifung (Goldmann/Lehner 2005).

Zentraler Wirkfaktor ist das Bewusstwerden von Abwehrmechanismen, Widerständen und inter- und intrapersonellen Konfliktinszenierungen, die zu jenen Störungen geführt haben, die als Barrieren seelischer Gesundheit entgegenwirken. Der Fokus liegt auf der Beziehungsgestaltung, die im Hier und Jetzt in der Beziehung zur/zum Therapeutin/en und zu den Gruppenmitgliedern inszeniert wird. Die Abwehr- und Konfliktkonstellationen, die sich aus dem sozialen Leben und den Bezugsgruppen der KlientInnen abbilden, werden durch Analyse von Widerstand, Übertragungs- und Gegenübertragungspänomenen bearbeitet.

Grundlage der DG sind heute neben dem Soziodynamischen Gruppenmodell Schindlers, das die Integration von sozialpsychologischen (z.B. Lewins Feldtheorie) und psychoanalytischen (z.B. Bions Modell der unbewussten Grundeinstellungsphänomene in Gruppen) Konzepten darstellt, sowie psychoanalytische Ansätze, die Interaktion und Interpersonalität (z.B. im Sinne psychosozialer Abwehr) untersuchen. Ebenso fließen Erkenntnisse aus Kommunikations- und Systemtheorie, aus konstruktivistischen Ansätzen und Gendertheorie in die Auseinandersetzung mit Gruppe als Phänomen und Gruppe in der Gesellschaft mit ein.

Menschenbild und Grundannahmen

Die DG beschäftigt sich mit Relationen, mit dem was zwischen Personen und sozialen Systemen passiert. Sie vertritt ein interpersonales Menschenbild und somit eine interpersonelle Theorie der Krankheitsentstehung. Das Gruppenkonzept ist nicht symptomzentriert. Wesentliche Aspekte sind die Sichtweise der ständigen Wechselwirkung zwischen einzelnen Systemen und die Betrachtung der Gruppe im Sinne Lewins, anknüpfend an gestalttheoretische Konzepte, als übersummativ Einheit. Sowie das Verständnis von Krankheit als soziales Rollenverhalten, aus dem sich das therapeutische Ziel, die Herstellung von Ganzheit und Bewegung (Dynamik) ableitet.

Spezifische theoretische/methodische Prinzipien der DG sind:

-Zwischenmenschliche Beziehung und Interaktion

Das wechselseitig stimulierende Verhalten der in Beziehung stehenden Personen führt zur Steuerung des Verhaltens und zur inhaltlichen Gemeinsamkeit des Handelns. Interaktion realisiert sich in der Gruppe und ist beobachtbar.

- Teilnehmende Beobachtung

Der/die BeobachterIn verändert durch die Teilnahme das Beobachtete; außerdem finden in ihm/ihr selbst dadurch Veränderungen statt.

- Pluralität

Jeder Mensch ist eine Gruppe. Das bedeutet, dass jede Person über ihre Sozialisation die Gesamtheit aller für sie bedeutenden Bezugsgruppen in sich trägt. Jede Person gestaltet den Lebensraum Gruppe mit ihrer sozialen So-Gewordenheit mit. So entstehen in der Gruppe vielfältige Begegnungs- und Übertragungsmöglichkeiten, jedes Gruppenmitglied kann die Gesamtheit seiner sozialen Beziehungen und Bezüge in Szene setzen und reflektierend bearbeiten.

- Hier und Jetzt

Die aktuellen Erfahrungen bilden die Grundelemente im Lernprozess. Nur solche Ereignisse können Einfluss auf aktuelle psychologische Prozesse nehmen, die im gegenwärtigen Lebensraum real vorhanden sind. Diese sind nicht ahistorisch, denn jede Person gestaltet den Lebensraum Gruppe mit ihrer historischen So-Gewordenheit mit. Handlungen und Gefühle einer Person hängen in jedem Augenblick von ihrer gesamten Zeitperspektive ab.

-Relative Unstrukturiertheit

Sie dient dazu, ein soziales Vakuum mit der damit verbundenen Spannung und Irritation zu erzeugen, um gewohntes konventionelles Verhalten zu unterbrechen. Führung und Thema wird der Gruppe vorenthalten, sodass diese eigene soziale Gestaltungskräfte mobilisieren muss und die ablaufenden Prozesse und das, was daraus an Selbsterfahrung gewonnen werden kann, zum Inhalt der Arbeit werden. Themen, die unweigerlich auftauchen sind Macht/Autorität, Zugehörigkeit/Angst vor Ausschluss, Beziehung/Intimität, Anerkennung/Angst vor Entwertung.

-Gruppenentwicklung

Gruppen entwickeln sich überindividuell nach eigenen Gesetzmäßigkeiten, die beobachtbar sind. Daraus abgeleitete Modelle werden als Hintergrund-Methodenrepertoire für Prozessanalyse/Diagnose und Interventionsplanung genutzt.

Wirkfaktoren

Die Dynamische Gruppenpsychotherapie geht davon aus, dass die Gruppe als spezifisches Kraftfeld mehr und etwas anderes ist als die Summe der Eigenschaften der einzelnen Mitglieder und deren Dynamik. Die gezielte Untersuchung dieses Kraftfeldes orientiert sich konsequent am Gruppenprozess und ermöglicht, die sich daraus ergebenden therapeutischen Möglichkeiten für die Gruppe als Ganzes und für die einzelnen TeilnehmerInnen zu nutzen.

Der Gruppenprozess zeigt die Entwicklung der Gruppe und den dabei stattfindenden Wandel der Beziehungen. Durch Beachtung des Hier-und-Jetzt-Prinzips wird die aktuelle Gestaltung der interpersonellen Beziehungen deutlich. Verhalten vollzieht sich dabei in der Interdependenz von Einzelnen und Gruppe.

Weitere Faktoren sind die gruppenbindenden Kräfte (Kohäsion), interpersonales Lernen, Wiederaufleben und Wiederholen unverarbeiteter Primär- und Sekundär-Gruppenerfahrungen und Abbildung sozialer Außenbeziehungen der Mitglieder innerhalb der Gruppe. Die Chance des Auf- und Durcharbeitens – Einsicht und Katharsis – sowie des Einübens von Alternativen ist im Raum der Gruppe gegeben.

Nach wissenschaftlichen Studien (Tschuschke 2007) ist Gruppenpsychotherapie hochwirksam. Effektstärken liegen deutlich über den üblichen Effektstärken in der Psychotherapieforschung. Dabei ist die Qualität der Beziehungsaufnahmefähigkeit (Interpersonelle Intelligenz, Sensibilität) signifikanter prognostischer Faktor für die Therapie.

Entwicklungslehre und Diagnostik

Dem Diagnostik-Modell der DG liegt der auf die Feldtheorie Kurt Lewins zurückgehende Persönlichkeitsbegriff zu Grunde. „Person und Umwelt bilden einen interdependenten, unauflöslichen Systemzusammenhang, in welchem der Zustand jedes Teiles von jedem anderen Teil abhängig ist“ (Teutsch/Pölzl 1999, 24).

Dementsprechend wird psychische Krankheit nicht als individuelles Problem gesehen, sondern als Pathologie des Umfeldes und dessen Beziehungs- und Kommunikationsstrukturen. Das Individuum repräsentiert in seinen Handlungen und Emotionen die Auswirkungen dieser Pathologie. Spezielle Symptombildung, psychische Störung wird nur in der Wechselwirkung Umwelt – Individuum und nur im Zusammenhang gesellschaftlich kultureller Ordnung verstehbar (Fliedl/Krafft-Ebing 1999).

Gesundheit wird als gelungene Organisation seelischer, leiblicher und sozialer Ganzheit verstanden. Krankheit ist davon nicht eindeutig abgrenzbar und wird in der Störung der Organisation von Ganzheit gesehen. „Therapieziel ist keine Idealvorstellung von Gesundheit, sondern jeweils die Optimierung der Lebensvorgänge gegenüber den als Krankheit erlebten Einschränkungen und Abwehrfiguren.“ (Schindler 1994, 253). Gesundung bedeutet die Organisation von Ganzheit auf der Grundlage der vorhandenen Ressourcen und ist nach Schindler die Erweiterung des persönlichen Freiraums – in Auseinandersetzung mit Hemmung und Zwang – im Kontext der sozialen Kommunikation, somit die Organisation seelischer, leiblicher und sozialer Ganzheit.

Praxis, Settings und angewandte Techniken

Funktion und Aufgaben des Psychotherapeuten/der Psychotherapeutin:

Der/die TherapeutIn unterstützt das Organisationsbemühen der GruppenteilnehmerInnen und der Gruppe, eine strukturierte Ganzheit zu bilden und Kommunikation auf den Ebenen: Inhalt, Beziehung, Realität/Phantasie, bewusst/unbewusst, somatisch/psychisch/sozial zu optimieren.

Die Funktion des/der GruppentherapeutIn definiert sich durch seine/ihre Aufgaben: Hilfestellung bei der Einleitung eines Entwicklungsprozesses (Heilung, Besserung, Rehabilitation); Schaffen eines Rahmens für die Psychotherapie (Zeit, Raum, Kontinuität, Verfolgung der Zielsetzung, Auswahl der Gruppenmitglieder, Funktion, Arbeitsvereinbarung); rechtzeitiges Erkennen von krisenhaften Entwicklungen und Verhütung von Schaden; Installieren von Reflexionsprozessen als Gruppenkultur, Vermittlung zwischen Innen und Außen (Schenk 1999).

Ziel der therapeutischen Arbeit ist es, Störungen im Austausch zwischen Personen deutlich zu machen und für einen gemeinsamen Untersuchungsprozess zu nützen; einen Prozess der Selbstreflexion – Wer bin ich als Person in der Gruppe und wer sind wir als Gruppe in ihrer Gesamtheit für andere und uns? – zu ermöglichen (Majce-Egger 1999a).

Interventionstechniken

In der DG konzentrieren sich Interventionen auf interpersonale Beziehungen, auf die Ganzheit der Gruppe und ihre Dynamik, unter Einbeziehung des sozialen Umfelds (Lebensraum) und unter Beachtung der Gruppenphase. Die einzelne Person ist als Teil der Gruppe dynamische/er AkteurIn, gleichzeitig ist die Person Objekt der unbewussten Übertragung der Gruppe, wobei die Übertragungsreaktionen der Gruppe etwas anderes sind als die der einzelnen betroffenen Personen. Einerseits findet also der individuell einzigartige Ausdruck der Person, die Aktion der Person, statt, andererseits werden von der einzelnen Person auch unbewusste Phantasien/Themen der Gruppe ausgedrückt und mitgestaltet (Majce-Egger 1999a).

Die Interventionsplanung orientiert sich an der Diagnosestellung in der Gruppe, der Prozessanalyse; es werden gruppale, interpersonale und personale Interventionen unterschieden.

Wesentliche Aspekte der Prozessanalyse sind die persönliche Entwicklung der TeilnehmerInnen, die Entwicklung von Beziehungen sowie der Dynamischen Rangstruktur. Anhand von Ereignissen, die in bestimmten Phasen der Gruppenentwicklung zu beobachten sind, kann der Entwicklungsstand der Gruppe und ihre vorherrschenden Abwehrmuster erkannt, verdeutlicht und bearbeitbar werden (Majce-Egger 1999b).

Anwendungsbereiche der DG

Die DG ist besonders geeignet zur Bewältigung von interpersonalen Problemen, Krisen- und Konfliktsituationen, bei der Umstellung von Abhängigkeiten und Änderungen von Lebensphasen.

Anwendung findet die DG im klinischen und rehabilitativen sowie im präventiven und ambulanten Bereich. Wöchentliche Gruppeneinheiten zu 90 Minuten sind übliche Settings. Je nach Zielsetzung und institutionellen Möglichkeiten werden offene oder geschlossene Gruppen, Kurz- und Langzeitgruppentherapien, homogen oder heterogen zusammengesetzte Gruppen angeboten.

Obwohl die DG grundsätzlich als Gruppentherapiemethode konzipiert wurde, hat sie ihre theoretische Erweiterung und Anwendung auch im Einzelsetting gefunden. Dabei eignet sie sich besonders für Entwicklungsdefizite, die von interpersonellen Abwehrformen geprägt sind. Der Fokus liegt auf dem Beziehungsgeschehen in der dyadischen Situation im Hier und Jetzt, auf Reinszenierungen von Konfliktdynamiken unter besonderer Beachtung von Gegenübertragungsphänomenen wie z.B. Rollenzuschreibungen, die ihre Entstehungsgeschichte in den jeweiligen Bezugsgruppen bearbeitbar machen.

LITERATUR

- Fliedl R, Krafft-Ebing I (1999) Tiefenpsychologische Wurzeln und Aspekte der Methode – Psychoanalytische Tradition. In: Majce-Egger M (Hg) (1999), 35-57
- Goldmann F, Lehner L (2005) Diagnoseprozesse in der Dynamischen Gruppenpsychotherapie. In: Bartuska H et al (Hgg) Psychotherapeutische Diagnostik. Springer Verlag, Wien, 79-83
- Majce-Egger M (Hg) (1999) Gruppentherapie und Gruppendynamik – Dynamische Gruppenpsychotherapie. Theoretische Grundlagen, Entwicklungen und Methoden. Facultas Verlag, Wien
- Majce-Egger M (1999a) Methodik der Dynamischen Gruppenpsychotherapie. In: Majce-Egger (Hg) (1999), 237-254
- Majce-Egger M (1999b) Interventionstechniken. In: Majce-Egger M (Hg) (1999), 255-270
- Majce-Egger M (2006) Ressourcen der Gruppendynamik und Dynamischen Gruppenpsychotherapie und neue Entwicklungen in Theorie und Praxis. In: Lehner L et al (Hgg) Hier und Jetzt. Verlag Krammer, Wien, 19-44
- Majce-Egger M (2011) Dynamische Gruppenpsychotherapie. In: Stumm G (Hg) Psychotherapie: Schulen und Methoden, Falter Verlag, Wien
- Schenk S (1999) Funktion und Rolle der PsychotherapeutInnen in der Dynamischen Gruppenpsychotherapie. In: Majce-Egger (Hg) (1999), 300-305
- Schindler R (1957) Grundprinzipien der Psychodynamik in der Gruppe. In: Psyche, 11 (5), 308-314
- Schindler R (1973) Das Verhältnis von Soziometrie und Rangordnungsdynamik. In: Heigl-Evers A (Hg) Gruppendynamik. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 30-36
- Schindler R (1994) Dynamische Gruppenpsychotherapie. In: Stumm G, Wirth B (Hgg) Psychotherapie: Schulen und Methoden. Eine Orientierungshilfe für Theorie und Praxis. Falter Verlag, Wien
- Schindler R (1999) Rangdynamik in Anwendung. In: Majce-Egger (Hg) (1999), 271-286

Teutsch H-R, Pözl G (1999) Sozialpsychologische Wurzeln und Aspekte der Methode. In: Majce-Egger (Hg) (1999), 17-34

Teutsch H-R (2002) Dynamische Einzeltherapie unter dem Aspekt der Feldtheorie. In: Dolleschka (Hg) Gruppenkompetenz und Einzelarbeit. Verlag Krammer, Wien, 13-26

Weiterführende Literatur

Bion W R (1961) Experiences in Groups and other Papers (dt. 1971). Erfahrungen in Gruppen und andere Schriften. Fischer Verlag, Frankfurt am Main

Fliedl R (2002) Von der Gruppe zum Einzelnen. Eine Einführung in Bions Theorie der Affekte und des Denkens, In: Dolleschka (Hg) Gruppenkompetenz und Einzelarbeit. Verlag Krammer, Wien, 27-48

Fliedl R, Pözl G, Tippe A (Hgg) (2004) Wie konstruieren wir Wirklichkeit? Krammer Verlag, Wien

Heigl-Evers A, Ott J (Hgg) (1998) Die psychoanalytisch-interaktionelle Methode. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen

Lehner L, Sanz A, Trotz R (Hgg) (2009) Prozesse verstehen und gestalten. Zur Praxis von Gruppendynamik und Gruppenpsychotherapie. Krammer Verlag, Wien

Lewin K (1982) Feldtheorie. In: Graumann C F (Hg) Kurt Lewin Werkausgabe, Bd. 4, Feldtheorie. Huber, Bern/Klett-Cotta, Stuttgart

Mentzos S (2009) Lehrbuch der Psychodynamik. Die Funktion der Dysfunktionalität psychischer Störungen. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen

Streck U (2007) Psychotherapie komplexer Persönlichkeitsstörungen. Grundlagen der psychoanalytisch-interaktionellen Methode. Klett-Cotta, Stuttgart

Tschuschke V (Hg) (2001) Praxis der Gruppenpsychotherapie. Thieme Verlag, Stuttgart

Yalom I D (1996) Theorie und Praxis der Gruppentherapie. Pfeiffer, München

Yalom I D (2005) Im Hier und Jetzt. Richtlinien der Gruppenpsychotherapie. Btb-Verlag, München

Zeitschriften

Visionen und Wege: Jahrbuch für Gruppendynamik und Gruppenpsychotherapie. Publikationsreihe der Fachsektion Gruppendynamik und Dynamische Gruppenpsychotherapie im ÖAGG (seit 1999, 8 Bände), Krammer Verlag, Wien

Zeitschrift Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen