

## Literatur zur Gruppentherapie, Stand 2006

### Überblick, Handbücher

1. Band VIII, „**Lewin und die Folgen, Sozialpsychologie, Gruppendynamik, Gruppentherapie**“, hrsg. Heigl-Evers, Annelise, Die Psychologie des 20. Jahrhunderts, Kindler 1979. – Ist vergriffen, Fundgrube für alle relevanten Entwicklungen von Gruppenverfahren.
2. „**Praxis der Gruppenpsychotherapie**“, hrsg. Tschuschke, Volker, Thieme 2001. - Erstmals eine Zusammenfassung der verschiedensten Aspekte von vielen AutorInnen.
3. „**Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie, ein Lehrbuch**“ von Irvin D. Yalom, Lebenlernen 66 bei Pfeiffer. – Das Kochbuch für alle Fragen und Rezepte seit 1970, sehr anregend geschrieben von einem begnadeten Autor, der auch Bücher wie „Und Nietzsche weinte“, „Die rote Coach“ schrieb.
4. „**Im Hier und jetzt, Richtlinien der Gruppenpsychotherapie**“ von Irvin D. Yalom, btb Verlag. 1983 als Kochbuch für **stationäre** Gruppentherapie erschienen, wurde es erst 2005 ins Deutsche übersetzt! Besonders wichtig für Gruppentherapie in der Psychiatrie finde ich die Hinweise für Patienten mit schwereren Störungen, auch für schizophrene Patienten (Lower-Level-Gruppe, „Fokusgruppe“), die durch Mitwirkung einer Beschäftigungstherapeutin sehr handfest sind. Die am Vortag schon geplante „extrem stark strukturierte“ Gruppensitzung über 45 Minuten besteht aus 4 Bausteinen: 1. Orientierung und Vorbereitung der Patienten, 2. Warm-up, 3. Strukturierte Übungen, 4. Rückschau auf die Sitzung. – Alles sehr konkret auch mit Vorschlägen zum Abbau von Angst und Spannungen – eine Fundgrube für die Gruppenarbeit. Typisch Yalom: die sorgfältige Vorausplanung „soll Struktur schaffen und der Gruppe die Arbeit erleichtern, darf aber dem Therapeuten keine Ketten anlegen.“ Er muss flexibel bleiben. Dazu braucht es natürlich Ausbildung und Training des Therapeuten, so verführerisch es auch ist, die beschriebenen Übungen wie aus einem Steinbruch zu sammeln und anzuwenden. – Natürlich ist vieles auch ambulant nützlich.
5. „**Lehrbuch der Psychotherapie**“, hrsg. Heigl-Evers, Heigl, Ott, UTB bei Gustav Fischer 1993. – Die verstorbenen „Heigls“ haben die Gruppentherapie in der BRD entscheidend beeinflusst, auch durch das Göttinger Modell der Einteilung in psychoanalytisch-interaktionelle, tiefenpsychologisch fundierte und analytische Gruppenpsychotherapie (Göttinger Drei-Schichten-Käse mit jeweils unterschiedlicher Regressionstiefe). Dies ist in dem Buch beschrieben, wie auch andere Gruppenverfahren.
6. „**Verhaltenstherapie in und mit Gruppen**“, Peter Fiedler, BELTZ Taschenbuch 44, 1999. Fiedler kann eine große Literaturübersicht in seinen Büchern didaktisch klug und praxisorientiert auswerten und nimmt sehr konkret Stellung zu den verschiedensten Aspekten von Gruppenarbeit, auch in Abgrenzung VT versus andere Verfahren. Sie finden dort auch Marsha Linehan in Kurzform (Gruppentherapie bei Borderline-Persönlichkeitsstörungen) und eine Fundgrube von praktischen Hinweisen, unterlegt mit den zugehörigen Studien. Fiedler ist gewissermaßen das VT-Gegenstück zum Analytiker Yalom, s.o. – S. 485: „*Fehlende Solidarität des Therapeuten mit den Außenseitern einer Gruppe* ist übrigens der wichtigste schädigende Prädiktor der beschriebenen Studie“.
7. „**Gruppenpsychotherapie, Lösungsorientiert statt problemhypnotisiert**“, Michael Angermeier, PVU BELTZ 1994. – Schwungvoll geschrieben, liest sich das Buch leicht und bringt so eine lösungsorientierte Atmosphäre mit. Angermeier beschreibt erstmals im deutschen Sprachraum lösungsorientierte Gruppentherapie – angesichts der Flut der systemischen Literatur zu Einzel-, Paar- und Familientherapien ein wichtiger Schritt. Allerdings stellt er mehr eine Einzeltherapie in der Gruppe dar, so dass noch weitere Überlegungen sinnvoll sind. Nebenbei streift er die anderen Verfahren und gibt zahlreiche Tipps und Beispiele für Interventionen, ein guter Didaktiker. Nur noch antiquarisch erhältlich.
8. „**Indikation und Prognose in Psychoanalyse und Psychotherapie**“, Franz Heigl, Vandenhoeck&Ruprecht 1978. – Alles was es an Kriterien für eine Therapieentscheidung gibt

(Einzel-, Gruppen-, ambulante oder stationäre Therapie, lang oder kurz – alles psychoanalytisch), hat Heigl übersichtlich und prägnant dargestellt. Wichtig ist dabei dann auch die jeweilige prognostische Einschätzung; sie schützt vor dem Blindflug (wir fangen einfach erstmal an). Auch die Ich-Funktionen (Bellak u.a.: Ego functions) als nützliche Orientierung zum Entwicklungsmangel als Gegenstück zu einer Konfliktpathologie sind dort verständlich beschrieben.

9. „**Methoden der empirischen Gruppentherapieforschung**“, Strauß, B., Eckert, J. und V. Tschuschke, Hrsg., Westdeutscher Verlag 1996. – Wenn Sie Statistikfan sind und die Welt der Fragebogen, ratings, scores und Cut offs lieben, dann ist das Ihr Buch. Anfänger können es als Training für Insuffizienzgefühle nutzen (warum habe ich in Statistik nicht aufgepasst!? Oder habe ich eine Standardabweichung?).

### Weitere Bücher

10. „**Das Therapiebuch**“, hrsg. Sulz, Serge K.D., CIP-Medien 1994. – Darin beschreibt Barbara Rabaioli-Fischer das **Personal Effectiveness Training (PET)** als „Soziales Rollenspiel nach Liberman: Training zur Entwicklung sozialer Fertigkeiten“ anschaulich und mutmachend. – Bernd Hippler gibt einen aufzählenden, dadurch dünnen Überblick über Gruppentherapie.
11. „**Rollenspiel als soziales Entscheidungstraining**“, Shaftel/Shaftel, Weinmann, UTB Reinhardt 1973. - Ein alter Hit für Lehrer, aber auch für andere Menschenberufe.
12. „**Gruppenarbeit in der Psychiatrie**“, Kayser, H. u.a., Thieme 1973 und 1981. Das Buch war 1973 das Kochbuch der Sozialpsychiatrie, in dem gewissermaßen ein Team seine unterschiedlichen Ansätze im jeweiligen Arbeitsfeld zusammenstellt. Die „Therapeutische Gemeinschaft“ ist dort ebenso beschrieben wie das „Pädagogische Rollenspiel“ in der Psychiatrie, das Wolfram Mävers für viele „Psychiatrie-Arbeiter“ attraktiv entwickelte.
13. „**Therapie in der Gemeinschaft**“, Christ, J. und Hoffmann-Richter, U., Psychiatrie-Verlag 1997. – Der Name des Verlags weist schon aus, dass es um sozialpsychiatrische Denkweisen geht. Die Tradition des o.g. Buches „Gruppenarbeit in der Psychiatrie“ wird fortgesetzt mit vielen praktischen Hinweisen zur Gestaltung von Gruppenarbeit. Auch eines der guten Kochbücher.
14. „**Entwicklungsförderung durch Therapie**“, Peter Fürstenau, Leben lernen 81 Verlag J. Pfeiffer 1992. – Fürstenau büstet als Analytiker psychoanalytische Konzepte systemisch gegen den Strich. Er macht es auch dem geneigten Leser nicht einfach, seine wissenschaftlich kondensierte Sprache zu verstehen, in der jeder Satz bedeutungsvoll ist und meist Vorwissen voraussetzt. Dann wieder wird er sehr deutlich mit dem „Projekt Gesundheit“. - Also vertiefte Arbeit am Text erforderlich statt einfacher Übernahme von Tipps. Für Profis gut zur Labilisierung fester Vorstellungen von dem, was immer richtig war.
15. „**Praxisberatung in Gruppen**“, Friedemann Schulz von Thun, Beltz Verlag 1996. – Jeder hat mal von ihm gehört, mindestens mit 4 Ohren. Manche prüfen sogar, ob sie gerade mit dem Selbstkundegabe-Ohr oder mit dem Beziehungs-Ohr hören. Hier beschreibt er „erlebnis-aktivierende Methoden mit 20 Fallbeispielen zum Selbsttraining“. - Anregend zum Durchblättern, bei den vielen Vorschlägen allerdings nur mit 1 Kopf.
16. „**Erfahrungen in Gruppen und andere Schriften**“, W.R. Bion, Klett 1971. -1961 in London, 1971 in Deutschland veröffentlicht, wurde der englische Psychoanalytiker Bion mit dem immer abgekürzten Vornamen oft zitiert, dessen Forschungsergebnisse seit den 40er Jahren in der britischen Armee, in der Priesterschaft und der Aristokratie zu bestimmten Grundannahmen führten, die heftig umstritten waren. Er habe laut Verlag „die Gruppe gründlich entmystifiziert“. Es lohnt sich, dem Denker über die Schulter zu schauen, wie er Vorgänge beschreibt und entschlüsselt.
17. „**Gruppenprozesse**“, Hermann Argelander, studium rororo 1972. – 1920 geboren, war der Analytiker Argelander 1972 mit dem anschaulichen Büchlein für viele eine wichtige

Orientierung in der Gruppenarbeit. Viele Aspekte werden beleuchtet, Gruppenverläufe wiedergegeben und ausgewertet. Die klare Sprache hilft beim Verstehen.

18. **„Untersuchungen zur Sozialen Gruppenarbeit“**, Saul Bernstein, Louis Lowy, Lambertus-Verlag 1969. – 1965 an der Boston University School of Social Work, 1969 in der BRD veröffentlicht, wurde dies Buch ein Renner für Sozialarbeiter. Spannende Prozesse aus handfesten sozialen Feldern, besonders der Jugendarbeit, werden systematisiert und trotz amerikanischer Felderfahrungen auch für die BRD nutzbar, vielleicht heute mehr als in der doch noch friedlicheren Gesellschaft um 1969. – (Der mit den schichtenspezifischen Sprachcodes – restringiert und elaboriert – ist übrigens der englische Soziologe und Sprachwissenschaftler **Basil Bernstein**.)
19. **„Wirkfaktoren der Einzel- und Gruppenanalyse“**, Urte Finger-Trescher, problemata fromman-holzboog 1991. – 1991 hat die Autorin die Fülle der Konzepte „von den Anfängen bis zur Gegenwart“ im englischen und deutschen Sprachraum geprüft und verglichen und Folgerungen daraus gezogen. Wir können das Ergebnis der gewaltigen Arbeit ernten.
20. **„Das ist Gruppendynamik“**, Peter Heintel, Wilhelm Heine Verlag 1974. – 1974 war das Thema in. Heintel hat mit anderen alles reingepackt, was man damals wusste. Es wird der Reihe „Kompaktwissen“ voll gerecht.
21. **„Gruppendynamik und Erwachsenenbildung“**, Tobias Brocher, Westermann Taschenbuch 1967. Brocher war als Analytiker auf dem pädagogischen Gebiet ein Pionier in der Integration internationaler, besonders angelsächsischer Modelle. Hier oft als weiser Mann gehandelt, plaudert er tiefgründig und engagiert über Bildung.
22. **„Die neuen Gruppentherapien“**, Hendrik M. Ruitenbeek, Klett 1974. – 1970 im Erstdruck setzte sich der Analytiker kritisch mit neuen Gruppen-Bewegungen auseinander: Encounter-Marathons, Gestalt-Therapie, Bioenergetic, Entwöhnungsgruppen (Synanon, Daytop), Nackt- und Bewegungsgruppen. Es war eine stürmische Zeit mit rascher Idealisierung/Ideologisierung/Mystifizierung der Konzepte. – Die Zeit vergeht.
23. **„Analytische Gruppentherapie mit Schizophrenen“**, hrsg. Dieter Sandner, Vandenhoeck&Ruprecht 1986. – Hier wird von stationärer und ambulanter Gruppentherapie anschaulich und engagiert berichtet - die Autoren sind Pioniere für einen analytischen Ansatz in der Gruppentherapie mit Schizophrenen in der BRD. Auch für Nicht-Analytiker lohnt sich der Blick in die Werkstatt.
24. **„Psychoanalytische Gruppentherapie“**, Karl König, Wulf-Volker Lindner, Vandenhoeck&Ruprecht 1991 und 1992 (durchgesehene Auflage). – König ist einer der bekanntesten Gruppenanalytiker in der BRD, dessen leichthändig wirkender Erklärungsstil viele Auszubildende faszinierte. Es wurde mal untersucht, was König als Gruppenleiter als häufigste Intervention äußert. Es war die Feststellung „Die Menschen sind verschieden.“ als Ursache der meisten Konflikte. Dieser „Truismus“ (= Feststellung von Wahrheiten) erinnert an die Realität und erspart viele fruchtlose Diskussionen über das Warum und Wieso in Gruppen. Wer Gruppen macht, kann sich auch als Nicht-Analytiker viele Einsichten durch das Buch verschaffen; es wendet sich nämlich besonders an praktizierende Gruppentherapeuten!
25. **„Kleine psychoanalytische Charakterkunde“**, Karl König, Vandenhoeck&Ruprecht 1992. In Fortsetzung des alten Bestsellers „Grundformen der Angst“ von Fritz Riemann beschreibt König 6 Strukturanteile (narzisstisch, schizoid, depressiv, zwanghaft, phobisch und hysterisch) als normale Varianten unserer Grundausstattung. Der Wert des Büchleins liegt auch darin, sich bei der Lektüre als Gruppenleiter in den eigenen Beziehungsmustern besser einschätzen zu können, ohne sich sehr krank zu fühlen. König beschreibt die Auswirkungen der eigenen Charakterstruktur auf diverse Bereiche wie Arbeit, Freizeit usw. – In der Gruppentherapie sind wir Gruppenleiter mit unserer Struktur sehr wirksam, auch wenn wir nichts sagen. Es ist nützlich, darüber Bescheid zu wissen. – Es ist also ein Muss, das locker geschriebene Buch zu lesen.

26. „**Gegenübertragungsanalyse**“, Karl König, Vandenhoeck&Ruprecht 1993. – Hier fasst König alles zusammen, was zu Gegenübertragungen zu sagen ist, auch dass erst die Frauen kommen mussten, um klar zu stellen, dass die eigenen antwortenden Gegenübertragungen in Beziehungen nützlich sind für das Verstehen der Patienten: Paula Heimann 1950 und Margarete Little 1951. – Für Nicht-Analytiker ist dies erstaunlich, da die Gegenübertragung meist wie ein fester Baustein im analytischen Denken dargestellt wird. Die Altvordern sahen sie aber noch als Störung an. – Auch hier wird immer wieder die Persönlichkeit des Therapeuten beschrieben, der ja nach Charakterstruktur unterschiedliche Dinge anstellt oder unterlässt: Dies wird an vielen Beispielen beschrieben! Auch als Gegenübertragungswiderstand des Therapeuten! Sie sollten es nach der „Kleinen psychoanalytischen Charakterkunde“ von König lesen.
27. „**Widerstandsanalyse**“, Karl König, Vandenhoeck&Ruprecht 1995. – König fasst hier alles über Widerstand beim Patienten zusammen. Widerstände des Therapeuten hat er in der „Gegenübertragungsanalyse“ beschrieben. Wenn ein Patient nicht redet, leistet er Widerstand gegen das Konzept der analytischen Therapie, frei zu assoziieren. Dies wird dann bearbeitet. König legt großen Wert darauf, dass Widerstände auch eine positive Funktion haben, den therapeutischen Prozess erträglicher zu machen. Es geht ihm also um das Ziel eines optimalen Widerstandsniveaus, das Therapeut und Patient gemeinsam anstreben sollten. – Viele Beispiele machen das alles sehr anschaulich. – Für Nicht-Analytiker auch interessant. – Eine Information für die Praktiker, die sich oft über „widerständige“ Patienten ärgern: **Systemisch-lösungsorientiert** bedeutet Widerstand einen guten Hinweis des Patienten: wenn er nichts sagt, sagt er damit: „So kommen wir nicht weiter.“ Dann muss sich der Therapeut etwas anderes überlegen. Der Therapeut muss kooperieren, nicht der Patient.
28. „**Kurzzeittherapie – ein praktisches Handbuch**“, **Die gesundheitsorientierte kognitive Therapie**, Luc Isebaert u.a., Thieme 2005. – Das Büchlein hat keine spezifische Ausrichtung auf die Gruppentherapie, es bietet dafür einen anderen Blick auf die Menschen und ihre Gewohnheiten. Alle reden ja von ressourcen-orientierter Therapie. In diesem Konzept sind dies Gewohnheiten, bei denen etwas besser funktionierte, also „Ausnahmen“ vom Problem – und wie diese wieder „gewählt“ werden können. – Falls keine Ressourcen greifbar sind, ist es sinnvoll, neue Gewohnheiten einzuüben. Wie das geht und warum die Unterscheidung zwischen **Problemen** (= es gibt Ausnahmen) und **Einschränkungen** (= es gibt keine denkbaren Lösungen) wichtig ist, können Sie dort lesen.
- Auch ist es ein großer Unterschied, ob Sie – wie so häufig in Gruppen – fragen: „Wer hat heute ein Problem, über das er sprechen will?“ oder: „Worüber wollen Sie sprechen, so dass es Ihnen nützt?“ und bei dem üblichen Anliegen mit einem Problem: „Und wie können wir so darüber sprechen, dass es Ihnen nützlich ist?“ – Insider erkennen sofort die **Zukunftsprojektion** darin und wissen: **ohne Ziel gibt es keine Therapie**, genauer: ohne die Beschreibung des Ergebnisses, wie es aussieht, wenn das Ziel erreicht wäre, komme ich nicht dahin. Dies lässt sich auch am Anfang von Gruppentherapien nutzen, um Kohäsion herzustellen. – Sie wissen ja, dass der Therapeut erst einmal aus Einzelnen eine Gruppe machen soll, also **Kohäsion** als Zusammenwachsen ermöglichen und außerdem den **Optimismus** erzeugen soll, dass die Therapie erfolgreich sein wird. Wenn also bei der Vorstellungsrunde auch erfragt wird, woran die TN einige Wochen später erkennen würden, dass die Gruppentherapie sich gelohnt hat, beschreiben diese eine Zukunftsprojektion, auf die sich die anderen TN beziehen werden, so dass ähnliche Ziele der TN entstehen – Fürstenaus „Projekt Gesundheit“ winkt.
- Das Wahrnehmen der 4 **Beziehungsmuster** in diesem Konzept (unverbindliche, suchende, Consulting- und Experten-Beziehung) und die zugehörigen **Komplimente** u.a. machen die Arbeit leichter, weil Sie keine „schwierigen“ Patienten mehr erleben. S. auch das o.g. Buch von Angermeier.