

Praxis Dr. med. Thomas J. Henning, Hanfelder Str. 3 B, D-82319 Starnberg Tel. 08151-449077

Gruppenselbsterfahrung, -prozesse, -dynamik, -steuerung

AsymtA-Seminar zur Gruppenpraxis als
fraktionierte, interaktionell-analytische
Selbsterfahrungsgruppe
von und mit

Dr. med. Thomas J. Henning
Praktischer Arzt – Psychotherapie – Suchtmedizinische
Grundversorgung
Verkehrsmedizinische Begutachtung

2012

Gruppentherapie - eine Definition

- Gruppenpsychotherapie wird definiert als die Behandlung einer emotionalen oder psychischen Störung oder eines Anpassungsproblems mithilfe des Mediums Gruppe. Dabei wird darauf fokussiert, auf einer interpersonellen (sozialen), einer intrapersonellen (intrapsychischen) oder Verhaltensebene Veränderungen bei den teilnehmenden Klienten oder Gruppenmitgliedern zu induzieren. (Strauß, Mattke Gruppenpsychotherapie - Lehrbuch für die Praxis, Springer-Verlag 2012)

Gruppendynamik und Gruppenpsychotherapie

- Psychotherapie in der Gruppe
 - Verhaltenstherapeutisch orientierte Verfahren
 - Psychotherapie durch die Gruppe
 - Tiefenpsychologisch
 - Analytisch
 - Humanistisch
- (Fliegel et al. 2001)

Gruppendynamik und Gruppenpsychotherapie 2

- Psychotherapie durch die Gruppe:
 - Interaktionell
 - Interpersonell(Yalom 2010)

Gerade diese Verfahren versuchen gruppensdynamische Theorie- und Praxismodelle in ihre Arbeit zu integrieren um so gruppensdynamische Prozesse als eigenständige psychotherapeutische Wirkfaktoren darzustellen!

Gruppendynamik 3

- Mit der Kenntnis und dem Ernstnehmen von gruppendynamischen Prozessen weiß man besser, was man warum und wie (weg-) strukturiert!
- Gruppendynamische Theorie und Praxis wären aber überflüssig, wenn die in einer Gruppe ablaufenden Prozesse nur dann von Bedeutung wären, wenn die daran Beteiligten diese für relevant erachteten!

(Strauß, Mattke Gruppenpsychotherapie - Lehrbuch für die Praxis, Springer-Verlag 2012)

Essenzielle Merkmale von Gruppen

- Möglichkeit zur direkten Kommunikation
 - Face to face
- Ein gemeinsames Ziel
 - Selbsterfahrung
 - Lernen
 - Psychotherapie
 - Produktion usw.
- Zeitliche Dauer

Essenzielle Merkmale als Weiterentwicklung

- Kommunikative Basisregeln, die eine Verständigung überhaupt erst möglich machen!
- Normen und Werte, die im Sinne von Regeln durch den Leiter vorgegeben werden!
- Werte und Normen, die diese Gruppe mit den spezifischen Mitgliedern entwickelt hat bzw. diese Mitglieder in die Gruppe einbringen und die selbst Gegenstand und Motor des psychotherapeutischen Prozesses sein bzw. diesen auch beenden können!

Geflecht aufeinander bezogener Rollen

- Aus der Dynamik der Gruppe ergibt sich ein Geflecht von aufeinander bezogenen Rollen, das notwendiger Bestandteil jedes Gruppenprozesses ist.
- Von Schindler formuliert:
- Vier Grundrollen in Gruppen
 - Alpha als führende Rolle
 - Beta als beratende und stützende Rolle
 - Gamma als Gefolgschaftsrolle
 - Omega als Gegenrolle zu Alpha - potentieller Außenseiter

Wer spielt welche Rolle?

- Dies entscheidet sich letztendlich aus den biografischen Gegebenheiten der Mitglieder!
- Die Notwendigkeit von Rollenbildungen entspricht der psychotherapeutischen Potenz von Gruppen!
- Die Rolle, die eingenommen wird, ist eng mit den psychotherapeutischen Prozessen verbunden, aber nur bedingt planbar, da die entstehende Rollendynamik nicht vorhersehbar ist!

Für die Arbeitsfähigkeit einer Gruppe und den (individuellen) Erfolg des therapeutischen Prozesses ist es von wesentlicher Bedeutung, inwiefern es gelingt, Bedingungen dafür zu schaffen, dass diese Rollen zwischen den Mitgliedern fluktuieren können.

Das Wir-Gefühl - ein Gefühl der Zugehörigkeit zu dieser Gruppe ist im Sinne einer hinreichenden Kohäsion Bedingung für die Erreichung des angestrebten Zieles.

(Strauß, Mattke Gruppenpsychotherapie - Lehrbuch für die Praxis, Springer-Verlag 2012)

Abgrenzung von Gruppe

- Das sozialpsychologische Verständnis von (Klein-) Gruppe ist also klar begrenzt und hebt sich ab von geringer strukturierten sozialen Formen auf der einen Seite (Masse, Menge, Netzwerk) und größeren und höher strukturierten sozialen Formen auf der anderen Seite (Organisationen, Institutionen)

Gruppendynamische Sichtweise

- Als Forderung steht dafür neben den jeweils in Anschlag gebrachten gruppen-psychotherapeutischen Verfahren und seinen Erklärungen für das Geschehen, den Gruppenprozess als eigenständige Realitätsebene zu begreifen!
- Familiengruppe
- Team als Gruppe besonderer Art
- Gruppe als autonomes soziales System

Gruppendynamische Grundlagen

- Die Sachebene:
 - Vorstellung von der Aufgabe und den damit verbundenen Zielen
 - Unterschiedliche Vorgehensweisen
 - Unterschiedliche Formen von Gruppen
- Fragestellungen:
 - Ressourcen der Gruppe
 - Reorganisationsabläufe und Arbeitsteilung
 - Koordination
 - Hierarchie

Gruppendynamische Grundlagen

- Die soziodynamische Ebene:
 - Verbesserung der Selbst- und Fremd-Wahrnehmung und ihrer Versprachlichung
- Fragen
 - Wem wird eher zugehört?
 - Wer mischt sich aktiver ein?
 - Wir spricht mit wem in welchem Tonfall?
 - Und viele andere Fragen mehr!

(Goldmann und Wirnschimmel 1994)

Gruppendynamische Grundlagen

- Die psychodynamische Ebene
 - Je weniger ein individuelles Verhalten oder eine Gefühlsreaktion zu aktuellen Gruppensituationen und den darin stattfindenden Interaktionen zu passen scheint, umso mehr ist davon auszugehen, dass hier lebensgeschichtliche Ereignisse die Wahrnehmungen und Verhaltensweisen prägen!
 - Hier und jetzt
 - Dort und dann

Jedes Verhalten kann immer aus zwei Perspektiven gleichzeitig betrachtet werden –
mit Blick auf die jeweilige Person und ihre Lebensgeschichte und
mit Blick darauf, welche Funktion dieses Verhalten im Geflecht der Gruppenbeziehungen hat!

Der Kernkonflikt

- Der Kernkonflikt gilt zunächst als Hypothese
- Jede Gruppe kann einen Kernkonflikt herausbilden.
- Der Kernkonflikt gilt als die individuelle Charakterisierung einer Gruppe
- Ursprung hat der Kernkonflikt in der Phase der Konstitution einer Gruppe, dies ist jedoch erst rückblickend erkennbar!

Der Kernkonflikt

- Identität stiften!
- Emotionale Bedeutung!
- Wiederholt reaktivierbar!
- Wählt szenische Form und ist damit in der Interpretation auffindbar!
- Somit ist es ein interpretatorisches Konstrukt!
- Innere und äußere Umwelt einer Gruppe, psychodynamische Grundkonstellation der Mitglieder, störungsspezifische Interaktionsmuster, Rahmenbedingung spezifisch!

Der gruppendynamische Raum

- Zugehörigkeit
 - Drinnen und draußen
 - Angenommen / verstoßen
 - Hoher Formalismus! Individueller Regelkatalog
 - Aktualisierung individueller lebensgeschichtlich bedingter Verhaltensweisen und Gefühlsreaktionen im Umgang mit Zugehörigkeit
 - Hauptursache für den Loyalitätskonflikt

Der gruppendynamische Raum

- Macht
 - Oben und unten
 - Konstitutiver Bestandteil jeder sozialen Ordnung
 - Individuell grundlegendes Bedürfnis
 - Ursprung aller Kontrolle über sich selbst und seine Um- und Mitwelt
 - Bildung von Netzwerken von Beziehungen als Begrenzung des individuellen Machterlebens

In einer Gruppe lässt sich Macht aufgrund der geschilderten kommunikativen Überkomplexität als ein Medium zur Reduktion dieser Komplexität verstehen!

**MACHT
ZU GESTALTEN IST DAHER EINE NOTWENDIGE AUFGABE
EINER JEDEN GRUPPE!**

**DIES GESCHIEHT IDEALTYPISCH DURCH DIE HERAUSBILDUNG
EINER **HIERARCHIE** ALS BESONDERE FORM DER
ROLLENDIFFERENZIERUNG UND DURCH DIE BILDUNG VON
NORMEN**

Der gruppendynamische Raum

- Rollendifferenzierung (formale)
 - Leitung und Teilnehmer
 - Eine bestimmte Macht wird der Leitung von allen Teilnehmern von Anfang an zugeschrieben und erwartet!
 - Gruppenpsychotherapeutische Verfahren unterscheiden sich, wie diese Erwartungen erfüllt oder nicht erfüllt werden!
 - Je stärker die Leitung steuert, desto mehr werden Machtprozesse zwischen den Teilnehmern in den Hintergrund gerückt!

- Reaktive Passivität oder polarisierende Stellungnahmen gegenüber der Leitung (Yalom 2010)
- Eine zu passive Leitung führt zu Unsicherheit und Orientierungslosigkeit
 - Machtphänomene werden sichtbar!

Praktische Fragen

- Wer redet, wer schweigt?
- Wird zugehört und wem nicht?
- Wer setzt sich mit seinen Themen und Vorschlägen durch?
- Welche Rollendifferenzierung entsteht daraus unter den Teilnehmern und wie starr wird sie?
- Wie geht die Gruppe jenseits der formalen Leitung mit Führung um?
- Bilden sich neben den formal vorgegebenen Normen auch informelle Normen im Umgang miteinander heraus?

Der gruppendynamische Raum

- Intimität

- Na und fern

- Alle sich in einer Gruppe herausbildenden Beziehungen lassen sich nach dem Grad der Intimität unterscheiden!
 - Jede individuelle Wahl in Bezug auf Nähe oder Ferne zu einer anderen Person in der Gruppe tangiert auch potenziell alle anderen Beziehungen zu dieser Person in der Gruppe!
 - Dies ist die Grundlage für Rivalität, Konkurrenz, Ängste, Wünsche, Abgrenzung, Autonomie, Abhängigkeit, und vieles andere mehr!

Praktische Fragen

- Wie nah und verbunden fühlt man sich jemandem?
- Wem gegenüber hält man Abstand und bleibt kühl und sachlich?
- Wer ist für wen attraktiv, und wie zeigt man dies?
- Ist Nähe in der Gruppe ein wichtiger Bestandteil der Gruppe?
- Darf es Unterschiede geben?
- Wie gehen die Geschlechter miteinander um?
- Beeinflusst dies die Beziehungen zueinander?

Als eine Essenz gruppodynamischer Theorie und Praxis lässt sich das **Denken in Prozessen** ansehen, d.h. ihre Entwicklungsorientierung. **Strukturen und Prozesse** werden in ihrer gegenseitigen Bedingtheit verstanden!

Gruppodynamische Prozessmodelle sind **Re-Konstruktionen** im buchstäblichen Sinn!

Es ist daher sinnvoll, diese **Prozessmodelle** zu kennen, um sie als **Wahrnehmungsraster** zur Verfügung zu haben!

*Zugleich ist aber davon abzuraten, diese deskriptiv gemeinten Modelle als normative Vorstellungen anzunehmen, sie als Maß aller Dinge anzusehen, und daraus abzuleiten, dass **nur so** Gruppenprozesse richtig oder effizient ablaufen!*

GRUPPENPROZESSE GENERELL DREI GRUNDMUSTER - STUFENFOLGE, SPIRALMODELL, WELLENBEWEGUNG (FENGLER 1986)

Stufenfolge

- Ein Entwicklungsschritt folgt quasi auf den anderen, baut auf diesem auf und lässt diesen hinter sich!
 - Das Modell von Tuckman, Modelle aus der Entwicklungspsychologie und Psychoanalyse sind hier angesiedelt!

Spiralmodell

- Die gleichen Stufen werden wiederholt durchlaufen, dies aber jeweils auf einem höheren Niveau!
 - Mit dem Stufenfolgemodell zusammen handelt es sich um eine lineare Entwicklung nach oben, zu größerer Kohäsion, besserer Arbeitsfähigkeit etc., was in dieser Stringenz eher die Ausnahme als die Regel ist!

Das Wellenmodell

- Es zeichnet sich in seiner Einfachheit und Abstraktheit aus!
- Der Blick ist auf das Phänomen gerichtet, das sich im Gruppenprozess zu konstanter Wechselarbeit zwischen aktiven und passiven Phasen zwischen Arbeitsfähigkeit und Widerstand auswirkt.

Selbststeuerung und Steuerung

- Das Prozessmodell nach Schattenhofer
 - Eigendynamik der Gruppe mit den drei ersten gruppenspezifischen Vorgaben Zugehörigkeit, Macht und Intimität
- Psychoanalytische Modelle nach Bennis und Shepard und Bion – das Phasenmodell (1956)
 - hier steht die Auseinandersetzung mit der Autorität im Fokus

Das Phasenmodell

- in der ersten Hauptphase geht es der Gruppe und ihren Mitgliedern vor allem um die Klärung ihrer Abhängigkeit von Autoritäten und vorgegebenen Strukturen.
- In der zweiten Hauptphase geht es vor allem um den Grad der Nähe zwischen den Teilnehmern und Teilnehmerinnen und um die Klärung der persönlichen Beziehung.
- Beide Hauptphasen lassen sich in drei Unterphasen teilen, die durch verschiedene Verhaltenstendenzen charakterisiert sind: Ausweichverhalten (Flucht), Auseinandersetzung (Kampf) und Tendenz zur Zusammenarbeit (Klärung)

Phasenmodell

- Beide Phasen werden jeweils von Menschen mit bestimmten Persönlichkeitsdispositionen oder Verhaltensvorlieben bestimmt!
- Erste Hauptphase: Personen, denen im Hinblick auf die Schaffung einer effektiven Zusammenarbeit die Aspekte der Abhängigkeit und Autoritätserziehung wichtig sind!
- Zweite Hauptphase: Personen, für die die Aspekte Offenheit und Klärung der persönlichen Beziehungen Voraussetzung für eine befriedigende Zusammenarbeit sind.
- Diese Personen sind sich ihres Verhaltens meist nicht bewusst und auch nicht ihrer Funktion im Gruppenprozess!
- Problembereiche: Abhängigkeit/Nähe
Unterphasen: Flucht/Kampf/Klärung

Tabelle 1: Schematische Darstellung des Phasenmodells

Unterphasen	Hauptphasen	
	1. Abhängigkeit Klärung der Beeinflussung durch vorgegebene Strukturen, den Leiter und die Mitglieder	2. Nähe und Offenheit Klärung der Nähe und der persönlichen Beziehungen
1. Ausweichverhalten (Flucht)	Reden über Themen außerhalb der Gruppe, Warten auf Strukturierung durch Leiter oder Programm	Idealisierung der Gruppe Wunsch nach unterschiedloser Nähe Sehr große Erwartungen an die persönlichen Beziehungen
2. Auseinandersetzung (Kampf)	Infragestellen und Auseinandersetzung mit der leitenden Autorität durch die Gruppenmitglieder sowie untereinander über die Gruppenleitung (Kompetenz, Stile) Struktur (Sinn, Funktion) und Thema (Ziele, Aufgaben)	Auseinandersetzung über Grad der Offenheit, wie eng sollen persönliche Beziehungen sein? Wieviel Nähe ist nötig, um miteinander arbeiten zu können? Gibt es eine Verpflichtung zu Intimität?
3. Zusammenarbeit	Abklären der Einflußmöglichkeiten der einzelnen Mitglieder einschließlich des Leiters, dadurch verliert das Autoritätsproblem an Gewicht, Übernahme von Führungsrollen durch einzelne Gruppenmitglieder möglich	Spezifisches Interesse an Mitgliedern über die Rolle hinaus, offenes zeigen von Gefühlen (auch negative), Orientierung an Themen der Gruppe, intentionale Metakommunikation (Was bedeutet Du für mich?), akzeptieren unterschiedlicher Nähebedürfnisse und Beziehungen

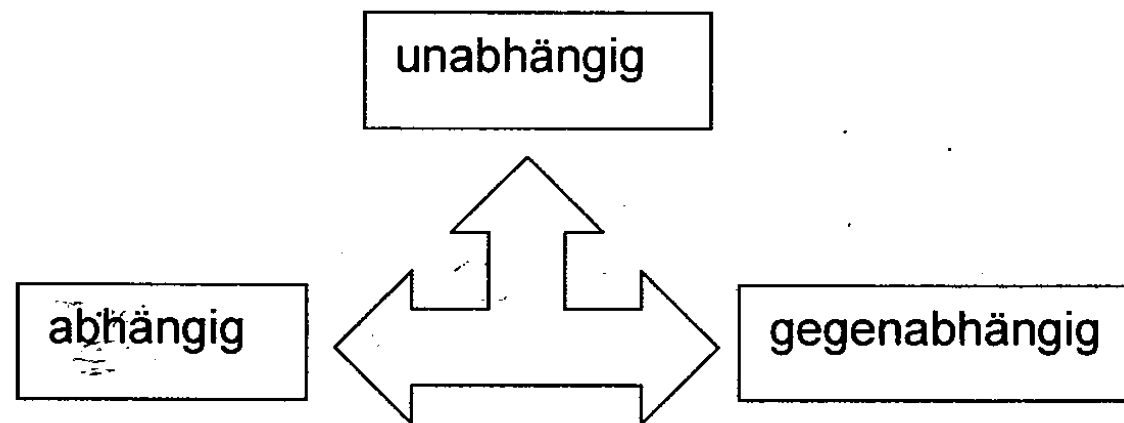
M. Portele & A. Thielen Dirk Scheffler
 Institutschrift 66, 1998
 Institut für systemische Beratung
 Wiesloch

Hauptphase 1, **Abhängigkeit** in Bezug auf einen Leiter oder die vorgegebene Struktur des Trainings, der Übung etc.:

- a) Abhängige Mitglieder, die, um sich wohl zu fühlen und mitarbeiten zu können, eine Gruppenleitung erwarten, die ihre "Führungsrolle" erfüllt sowie denen vorgegebene Strukturen wie Tagesordnung, Themen- und Zielfestlegungen wichtig sind.
- b) Unabhängige Mitglieder, denen es relativ leicht fällt, sich mit allen gegebenen Bedingungen zu arrangieren und effektiv zu arbeiten und für die der Umgang mit Autorität relativ unproblematisch ist.
- c) Gegenabhängige Mitglieder, die sich eher gegen Autoritäten und vorgegebene Strukturen wehren, unabhängig davon wie zweckmäßig diese für bestimmte Situationen sind.

M.Portele&A.Thielen Dirk Scheffler Institutschrift 66, 1998 Institut für systemische Beratung Wiesloch

Übersicht Hauptphase 1: Abhängigkeit



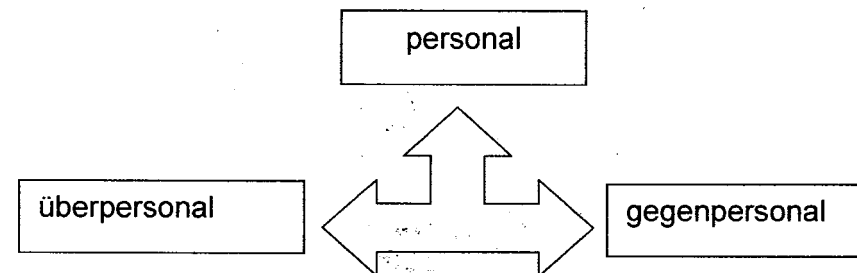
M.Portele&A.Thielen Dirk Scheffler Institutschrift 66,
1998 Institut für systemische Beratung Wiesloch

Hauptphase 2, **Nähe und Offenheit** unter den Mitgliedern als spontane Reaktionen in Bezug auf Klärung der persönlichen Beziehungen und Regulierung der Nähe.

- a) Überpersonale Mitglieder, die einen relativ hohen Grad an Offenheit und Vertraulichkeit brauchen, um sich in einer Gruppe wohl fühlen zu können.
- b) Personale Mitglieder, für die dieser Problembereich relativ unproblematisch ist, die sich unter allen Bedingungen wohl fühlen können.
- c) Gegenpersonale Mitglieder, die dazu neigen, Nähe mit anderen zu vermeiden und Offenheit in Bezug auf persönliche Beziehungen eher abzulehnen.

M.Portele&A.Thi
elen Dirk
Scheffler
Institutschrift 66,
1998 Institut für
systemische
Beratung
Wiesloch

Übersicht Hauptphase 2: Nähe und Offenheit



Systemcharakter der Reaktionsbereitschaften

Die den Reaktionsbereitschaften entsprechenden Verhaltensweisen haben Systemcharakter, d.h. jemand ist nicht "Gegenpersonal" als Persönlichkeitseigenschaft, sondern seine Position auf diesen Dimensionen wird erst bestimmt im Verhältnis zu den anderen Gruppenmitgliedern, hängt also ab von der Zusammensetzung einer Gruppe.

M.Portele&A.Thielen Dirk Scheffler Institutschrift 66, 1998 Institut für systemische Beratung Wiesloch

Während der Kampfphasen kommt es meist zu einer Polarisierung der Meinungen und häufig zu einer stereotypen Zuweisung von Eigenschaften. Dadurch werden die vertretenen Positionen einseitiger dargestellt als sie es in Wirklichkeit sind. Erst in der Klärungsphase wird deutlich, daß die verschiedenen Sichtweisen in jedem einzelnen vertreten und nicht einseitig auf Personen verteilt sind.

Dieses Konzept ist ein idealtypisch, d.h. die Phasen können, müssen aber nicht in dieser Form und in dieser Folge ablaufen. Je nach Gruppenzusammensetzung und vorherrschenden Bedürfnissen kann sowohl die Reihenfolge als auch die Intensität der einzelnen Phasen variieren. Einzelne Unterphasen, die nicht befriedigend abgeschlossen sind, können immer wieder thematisiert werden, solange, bis eine Klärung herbeigeführt worden ist, die für alle Gruppenmitglieder akzeptable Bedingungen schafft. Es ist wichtig, daß diese Phasen von der Gruppe durchlebt werden.

Beziehungsaspekte der Kommunikation sind bedeutsam

Es ist nicht möglich, die in den einzelnen Phasen jeweils vorherrschenden Probleme allein durch rationale Diskussionen zu lösen. Für die Klärung der Abhängigkeiten sind die Beziehungsaspekte der Kommunikation von Bedeutung und nicht so sehr die Inhaltsaspekte.

Dementsprechend wirkt an einer Aussage das, was etwas über die Beziehung mitteilt und nicht der Inhalt der Äußerung. Hierzu ein Beispiel:

Wenn einer ständig beteuert, wie wichtig ihm die Beiträge anderer sind und diese dabei nicht zu Wort kommen läßt, drückt er durch sein Handeln aus, daß ihm die Beiträge anderer nicht wichtig sind.

Nicht das, was man inhaltlich sagt, wirkt, sondern das, was man ausdrückt, indem man etwas sagt.

2. Wechselwirkung von Gruppenprozeß und Persönlichkeitsdispositionen

Barker³ (1991) differenzierte das Phasenmodell im Hinblick auf die Entstehung von Gruppennormen und deren Bedeutung für die Leistungsfähigkeit von Gruppen. Die Reaktionen der Gruppenmitglieder in den Hauptphasen können als bislang erfolgreiche Versuche der Mitglieder aufgefaßt werden, ihr Selbstwertgefühl zu sichern und zu schützen. Der individuelle Prozeß der Auseinandersetzung mit Abhängigkeit und die Klärung in der Gruppe führen zur Entfaltung und Stabilisierung von Normen, z.B. wie Nähe in der Gruppe hergestellt und reguliert wird.

³ Barker, David B. The Behavioral Analysis of interpersonal intimacy in group development. In: Small Group Research, Vol. 22 No. 1, February 1991, S. 76-91.

Bei einer Untersuchung erfolgreicher Gruppen, sah Barker (1991) die Hypothese bestätigt, daß der Erfolg einer Gruppe auch damit zusammenhängt, wie sie die Näheproblematik (Nähe/Distanz) löst.

Erfolgreiche Gruppen zeigen:

- negative Gefühle (verbal wie nonverbal),
- eine kollektive Orientierung (Mitglieder verfolgen das Thema an dem die Gruppe interessiert ist),
- spezifisches Interesse an den Mitgliedern und ihrer einmaligen Art zu handeln, zu denken (also über die Rolle hinausgehendes Interesse an den Mitgliedern) und
- "intentional metacommunication" (Barker, 1991, S. 81) als Kommunikation die den Inhalts- und Beziehungsaspekt im Hinblick auf die jeweilige Beziehung fokussiert.

Diese Verhaltensweisen und Haltungen entstehen nicht einfach aus den verschiedenen Persönlichkeitsdispositionen der Mitglieder, sondern entwickeln sich im Wechselspiel der persönlichen Reaktionsbereitschaften mit den Phasen der Gruppenentwicklung.

M.Portele&A.Thielen Dirk Scheffler Institutschrift 66, 1998 Institut für systemische Beratung Wiesloch

Fazit zum Phasenmodell

- Das Phasenmodell, das ursprünglich für Selbsterfahrungsgruppen entwickelt wurde, ist inzwischen als **Grundmodell** für die Verhaltensweisen und ablaufenden Interaktionen anzusehen!
- Alle Gruppen zeigen unterschiedliche Ausprägung dieser Prozesse, im Besonderen die Auseinandersetzung mit den Problembereichen **Autorität und Nähe!**
- Auch in nur als Arbeitsgruppen zusammengesetzten Gruppen sind die Prozesse, wenn auch unterschwelliger, realisierbar!

Die Prozessgestalt

- Da Auseinandersetzungen um Autorität mit heftigen Affekten besetzt sind oder sein können, ist es hilfreich Modelle zur Verfügung zu haben, die diese Affekte als einen notwendigen Teil des Gruppenprozesses verstehen lassen!
- Selbststeuerungsmodelle der Gruppe zeigen auf, dass ein Gruppenprozess nie in dieser Auseinandersetzung aufgeht, es sei denn der Gruppenleiter drückt diesen Konflikt der Gruppe auf, bedingt durch persönliche oder konzeptionelle Voreingenommenheit!

Erst im Wechselspiel von Steuerung

- durch den Leiter, aber auch die anderen Teilnehmer -

und Selbststeuerung

- der Gruppe, aber auch jedes Teilnehmers -
entwickelt eine Gruppe ihre jeweils eigene Prozessgestalt!

PROZESSGESTALT

Das Wellenmodell auf der Feldtheorie von Kurt Lewin

- Gruppenprozesse werden als Händel zwischen verschiedenen Polen beschrieben, als ein Spiel von Kräften und Gegenkräften! Zentral für diese Wechselspieltheorie ist die Dimension **Integration und Differenzierung!**
- Kennzeichnend für den **Pol Integration (zentripetal)**:
 - alles, was Gruppenmitglieder als ähnlich und gemeinsam erleben!
- Den **Pol Differenzierung** kennzeichnet (**zentrifugal**):
 - alles, was die Gruppenmitglieder unterscheidet!

Damit eine Gruppe überhaupt als solche bestehen kann, müssen ihre Mitglieder eine Vorstellung von diesem „Wir“ entwickeln, das als Gegenkraft sofort die Frage aufwirft, wie weit das jeweilige einzelne „Ich“ in diesem Wir aufgeht bzw. wie viel Individualität in dieser Gruppe möglich ist!

MODELL WIR-ICH-BALANCE NACH NORBERT ELIAS (1987) ALS FORTENTWICKLUNG DES WELLENMODELLS

Fazit

- Der gelungene Gruppenprozess geht niemals nur von einem Produktpool aus, sondern ist immer ein dynamisches Wechselspiel zwischen beiden Polen in allen drei Dimensionen des gruppenspezifischen Raums:

In der Frage wie viel Gemeinsamkeit es im Umgang mit Zugehörigkeit, Macht und Intimität braucht und wie viel Unterschiedlichkeit davon möglich ist!

Fazit

- Zu viel Differenzierung führt zu beziehungslosem Nebeneinander und Auseinanderfallen der Gruppe.
- Zu viel Integration führt zu rigider Gruppenkultur, die individuelle Unterschiede und Entwicklungen nicht zulässt.

Fazit

- Gruppen entwickeln sich nach diesem Modell besonders gut weiter,
wenn gemeinsame Arbeitsprozesse Ausschläge in beide Richtungen möglich machen, also mehr Integration und mehr Differenzierung, in der idealtypischen Konsequenz, sogar **Integration durch Differenzierung**. (König 2007)
- In dem Maße, wie eine Gruppe die Unterschiedlichkeit ihrer Mitglieder anerkennen kann, ohne dass diese den Zusammenhalt gefährdet, stehen ihnen ihre individuellen und gruppenspezifischen Ressourcen zur Verfügung.

Fazit

- Spezifisches Verständnis vom Umgang mit Konflikten:
 - Das Trennende und die sozial weniger akzeptierten Anteile jedes einzelnen
 - Der einzelne wird dadurch bedroht
- **Gemeinsam bestandene Konflikte in der Gruppe machen eine Gruppe zur Gruppe!**

Fazit

- das Wellenmodell impliziert zugleich ein bestimmtes gruppendynamisches Leistungsmodell!
- Kommen die jeweiligen Gegenkräfte in einer Gruppe nicht zur Geltung, aus welchen Gründen auch immer, dann ist es an der Leitung, diese Aufgabe zu übernehmen, Steuerung und Gegensteuerung also gleichermaßen im Auge zu behalten, ohne dabei eine goldene Regel der Gruppendynamik zu vergessen:
- **Tue nichts, was die Gruppe selbst tun kann!**

Ein letzter Ausblick

- Prozessforschung im Kontext von Gruppenpsychotherapie befasst sich mit den Fragen, ob Gruppen über internistische Prozesse und spezifische, settingsimmanente Eigenschaften verfügen, welche Unterschiede es zwischen Einzel- und Gruppentherapie gibt und wie Gruppeninteraktionen durch individuelle Faktoren und die Dynamik der Gruppe beeinflusst werden!

Letzter Ausblick

- Zusammenfassend kann man sagen, dass es genügend Evidenz für die Existenz von spezifischen Gruppeneigenschaften und Prozessen und deren Beziehung zur Veränderung des Zustands von Patienten im Verlauf von Gruppentherapien gibt, allerdings gibt es immer noch erheblich definiert chronische Probleme. Das Fehlen einer übergreifenden Theorie der Gruppe, die das Wissen über Gruppeneigenschaften und Prozesse integriert, hat die Forschung auf diesem Feld bisher behindert!

Letzter Ausblick

- Gruppendenken kann als eine Art Antrieb verstanden werden, einen Konsens innerhalb einer Kleingruppe zu erlangen. Daraus resultiert oft ein suboptimales Gruppenergebnis. Wenn Gruppendenken auftritt, sind die Mitglieder im Hinblick auf individuelle Beiträge, welche die Arbeitsweise der Gruppe verbessern würden, aufgrund des Konfrontationsdrucks gehemmt, oder diese Beiträge greifen nicht mehr. (Esser 1998, Paulus 1998)

Letzter Ausblick

- In der Forschung findet sich eine Verbindung zwischen Gruppennormen und sowohl positiven als auch negativen Therapieergebnissen.
- Die klinische und sozialpsychologische Literatur zeigt klar, dass sich Normen innerhalb einer Gruppe sehr schnell etablieren.
- Demzufolge sollten Gruppenleiter mit Sorgfalt bedenken, welche Verhaltensweisen in Gruppen erstrebenswert sind und wie sie etabliert, überprüft und in den frühen Sitzungen gefördert werden können.

Letzter Ausblick

- Die therapeutischen Faktoren können als ein Spezialfall allgemeiner Wirk-Faktoren von Psychotherapie betrachtet werden!
- Man nimmt an, dass sie für verschiedene Gruppentypen und Gruppenmodelle von Bedeutung sind.
- Sie wurden entwickelt, um eine Vorstellung von den therapeutischen Mechanismen zu bekommen, die Kleingruppen-immanent und deshalb auch in der Ausbildung bedeutsam sind!

Mein eigenes persönliches Fazit

- Die Aufgabenstellung Gruppensteuerung (-Dynamik), Gruppenprozesse, Gruppe umfangreich und gänzlich darzustellen, zum gegenwärtigen Zeitpunkt der Forschung, der Praxis und der Lehre ist ein Ding der Unmöglichkeit innerhalb der zur Verfügung stehenden Zeit!
- In allen mir zur Verfügung stehenden wissenschaftlichen Abhandlungen trifft sich eine Aussage wieder, dass alle Modelle zur obenstehenden Themengruppe in der Theorie wichtig und für das Verstehen der Praxis notwendig sind, dennoch im einzelnen nicht die Wichtigkeit darstellen, die das einzelne Modell für sich in Anspruch nimmt!
- Klare Aussage auch, dass die Erfahrung des Gruppenleiters durch langjährige Selbsterfahrung, wiederholte Tätigkeit als Co-Therapeut bei einem sehr erfahrenen Gruppentherapeuten und die ein Leben lang anhaltende Selbstreflexion auf der Basis der für den Gruppenprozess relevanten Modelle die Grundlage dafür bilden, eine erfolgreiche, hilfreiche und psychotherapeutisch fundamentierte Arbeit leisten zu können!

Literaturliste

- Strauß, Mattke Gruppenpsychotherapie -Lehrbuch für die Praxis, Springer-Verlag 2012
- Karl König, Wulf-Volker Lindner psycho- analytische Gruppentherapie Vandenhoeck und Ruprecht, zweite Auflage 1992
- Irvin D. Yalom, Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie, leben lernen 66, Pfeiffer Verlag vierte überarbeitete Auflage 1996
- M.Portele&A.Thielen Dirk Scheffler Institutschrift 66, 1998 Institut für systemische Beratung Wiesloch

Dr. med. Thomas J. Henning
Praktischer Arzt - Psychotherapie -
Suchtmedizinische Grundversorgung

Hanfelder Str. 3 b, D-82319 Starnberg

- **Praxisschwerpunkte:**
- **Dr. med. Thomas J. Henning:**
- Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, Verkehrsmedizinische Begutachtung (BÄK), Psychosomatische & Suchtmedizinische Grundversorgung, Interaktionelle Gruppe, Hypnotherapie (MEG), Paar- & Familientherapie,
- Sexualberatung

Andrea D. E. Henning

Ärztin für ganzheitlich-integrative Medizin
Akupunktur, Naturheilverfahren

Hanfelder Str. 3 b, D-82319 Starnberg

- **Andrea D. E. Henning, Ärztin:**
- Ganzheitliche Medizin, Akupunktur & TCM, Neuraltherapie, Klassische Naturheilverfahren, Spez. Schmerztherapie, Psychosomatische & Suchtmedizinische Grundversorgung, Präventionsmedizin, umstimmende & ausleitende Verfahren, Paar- & Familientherapie

www.drthhenning.de Tel.: 08151 44 9077
E-Mail: DrThomasHenning@t-online.de