

Sabine Trautmann-Voigt / Bernd Voigt: Mut zur Gruppentherapie! Das Praxisbuch für gruppenaffine Psychotherapeuten. Leitfäden – Interventionstipps – Antragsbeispiele nach der neuen PT-Richtlinie
Schattauer, 2019, Stuttgart, 298 Seiten, 40,00 € (D)



Seit April 2017 gibt es eine neue Psychotherapie-Richtlinie, die für die psychodynamische Psychotherapie neue Möglichkeiten für Gruppentherapien und Kombinationsbehandlungen eröffnet. Bis 2021 soll überprüft werden, ob diese Richtlinien-Reform in der Praxis angenommen wird. Genau zur Hälfte dieser Zeit erscheint nun das Buch von Sabine Trautmann-Voigt und Bernd Voigt, das an ambulante BehandlerInnen appelliert, sich etwas mehr auf Gruppen zu konzentrieren, da diese Richtlinie sich ja leider bewähren müsse.

In der griechischen Mythologie wird Kairos, der jüngste Sohn des Zeus, als der Gott der günstigen Gelegenheit und des rechten Augenblicks beschrieben. Er bewegt sich schnell und unablässig, von seiner Stirn hängt eine lange Locke, sein Hinterkopf ist jedoch kahl und glatt. Er ist also die personifizierte Gelegenheit, die es am Schopf zu packen gilt, bevor sie vorbeigezogen ist. Wenn es einen personifizierten Mahner des falschen Timings gäbe, dann wäre dies in der heutigen Zeit wohl Gorbatschow, dem der Satz zugeschrieben wird: „Wer zu spät kommt, den bestraft das Leben“.

Es entbehrt nicht einer gewissen Ironie, wenn ein Buch, das „Mut zur Gruppentherapie“ machen will, zu einem Zeitpunkt (März 2020) rezensiert wird, in dem in Indien für 1,3 Mrd. Menschen eine komplette Ausgangssperre erlassen wurde, in dem in Deutschland die Bürger angehalten werden, die Kontakte zu anderen Menschen außerhalb der Angehörigen des eigenen Hausstands auf ein absolut nötiges Minimum zu beschränken und dabei einen Mindestabstand von 1,5 Metern, besser

noch 2 Metern einzuhalten. Ansammlungen von mehr als zwei Personen sind im öffentlichen Raum verboten und werden polizeilich aufgelöst. Schulen und Universitäten sind geschlossen, Seminare und Kulturveranstaltungen fallen aus, sogar die Olympischen Spiele werden um ein Jahr verschoben.

Vielleicht kann es als „Mut zur Hoffnung“ verstanden werden, dass irgendwann, hoffentlich schon beim Erscheinen dieser Rezension, diese aktuelle kollektive Krise überwunden sein wird und gerade dann Gruppentherapie gefordert sein wird. Das Buch will ein Praxisbuch für „gruppenaffine“ Psychotherapeuten sein (Untertitel). Es spricht vor allem psychodynamisch arbeitende PraktikerInnen in ambulanter Niederlassung an und will ihnen Anregungen und Interventionstipps geben, die Chancen der Psychotherapie-Richtlinie vom 1.4.2017 zu nutzen, um selbstbewusst ambulante Gruppentherapien anzubieten und durchzuführen.

Im ersten Kapitel wird ein psychodynamisch-integrativer Konzeptentwurf mit Theorie-Bausteinen für eine Gruppenpsychotherapie mit Kindern und Jugendlichen vorgestellt, und in einem Praxisbeispiel mit sechs Mädchen zwischen acht und elf Jahren wird der Umgang mit unterschiedlichen psychodynamisch begründeten Interventionstechniken – wie z. B. Spiegeln, Klarifizieren, Deuten – veranschaulicht. Es werden Beispiele aus dem Therapieverlauf und verschiedene verhaltenstherapeutische, tiefenpsychologische, aber auch systemische, gestalt-, tanz- und kunst-

therapeutische Übungen beschrieben. In einem Anhang werden detailliert für jedes Mädchen klinische Leitlinien zur interaktionsorientierten psychodynamischen Diagnostik und Interventionsplanung dargestellt.

Im zweiten Kapitel wird Aufbau, Organisation und Verlauf einer drei Jahre dauernden gruppentherapeutischen Behandlung von neun Erwachsenen im Rahmen einer ländlichen ambulanten Praxis detailliert beschrieben und dem Leser reichhaltiges Material für die Nutzung in der eigenen Praxis in Form von Analogiemustern bzw. Kopiervorlagen angeboten. Die Auswertung der Gruppentherapie erfolgt anhand der elf von Irvin Yalom beschriebenen Wirkfaktoren. Im Fazit reflektieren die GruppenteilnehmerInnen selbst die erreichten Ziele.

Das dritte Kapitel beschreibt anhand von drei Gruppentherapien mit jungen Männern bzw. pubertierenden Jugendlichen unterschiedliche Gruppenkonstellationen. Beispiele für Musteranträge an den Gutachter und ausgearbeitete Leitlinien zur Diagnostik sollen dem niedergelassenen Psychotherapeuten Mut machen, sich auch einmal auf eine Gruppe mit männlichen Probanden einzulassen. Es wird dem Leser aber auch nicht verschwiegen, mit welchem hohem logistischen Aufwand die Etablierung gruppentherapeutischer Angebote verbunden ist. Hervorzuheben ist in diesem Kapitel die Reflexion von Genderaspekten und adoleszenzspezifischen Problemen.

Im vierten Kapitel wird realitätsnah eine Gruppenpsychotherapie mit Müttern dargestellt, inklusive einer ausführlichen Materialsammlung mit Arbeitsblättern zum Kennenlernen, zur Kontaktaufnahme, zu Gruppenregeln, zu den Grunddeterminanten des Seins (Raum, Kraft, Zeit), zu Motivationssystemen und States, zu Bindung und Exploration, zu Basisaffekten und Mentalisierung, zu Angst und Trauer, Aggression und Konflikt, Stress und

Stressbewältigung, Selbstwert und Selbstfürsorge sowie Genießen und Genuss. Auch in diesem Beispiel werden die elf von Irvin Yalom genannten Primärfaktoren in der Gruppenpsychotherapie herangezogen.

Abgerundet wird das Buch durch Ergebnisse von Patientenbefragungen über ihre Einschätzung der Wirksamkeit einer Kombination von Einzel- und Gruppenbehandlung im ambulanten Setting. Diese zeigen eine hohe Akzeptanz und Bevorzugung der Kombinationsbehandlung Einzel- und Gruppentherapie.

Das Buch hat nicht den Anspruch, ein neues Lehrbuch der Gruppenpsychotherapie zu sein. Gruppentherapie geschieht überwiegend im stationären Setting und ist dort auch gut erforscht. Die Besonderheit des vorliegenden Buches ist die Beschränkung auf das ambulante Setting. Die Autorin und der Autor kritisieren, dass dieses Thema in der universitären Forschung kaum vorkommt. Zudem ist die moderne Gesellschaft individualistisch geprägt und anders sozial vernetzt als früher. Man denke nur an den Titel des preisgekrönten soziologischen Bestsellers: die Gesellschaft der Singularitäten.

Es entspricht nicht dem Zeitgeist, Gruppentherapien im ambulanten Setting zu konzipieren und anzubieten. Unserer Gesellschaft ist zu wünschen, dem Trend zur Individualisierung und Singularisierung entgegenzusteuern. Dem vorliegenden Buch ist zu wünschen, dass nicht nur „gruppenaffine“ und auch nicht nur psychodynamisch orientierte, sondern alle PsychotherapeutInnen den Mut aufbringen, auch außerhalb des stationären Settings Therapiegruppen anzubieten. Unterstützung und Anregungen dazu sind in diesem Buch reichhaltig zu finden.

Dr. phil. Alfred Köth

DOI 10.2378/ktb2020.art30d