

Carmen C. Unterholzer
Herbert Gröger (Hrsg.)

Handbuch der systemischen Gruppentherapie

Ansätze, Methoden, Ziel-
gruppen, Störungsbilder

Mit einem Vorwort von Fritz B. Simon

2022

Inhalt

Vorwort von Fritz B. Simon	15
Vorwort der Herausgeber:innen	18
Zum Aufbau des Buches	19
Unterschiede, die Unterschiede machen?	20
Konkrete Vorgehensweisen	21
Unterschiedliche Zielgruppen	23
Mit Blick auf Störungsbilder	24
Teil 1: Grundlagen systemischer Gruppentherapie	27
Viel Praxis, wenig fachlicher Diskurs – Einleitung	28
<i>Carmen C. Unterholzer, Herbert Gröger</i>	
Späte und spärliche Integration – zur Rolle der Gruppe in der Systemischen Therapie	28
Steigende Tendenz und Differenz	30
Mögliche Gründe für die Außenseiterposition	31
Prädestiniert für die Arbeit mit Gruppen	33
Von theoretischen Prämissen zu den Haltungen der Systemischen Therapie	35
Von theoretischen Voraussetzungen über Haltungen zu Interventionen	37
Konstruktbe­griff, Kofferwort und künstliches System – Annäherung an den Begriff »Gruppe«	39
Zu den Unterschieden zwischen Gruppen einerseits und Organisationen, Teams und Familien andererseits	41
1 Eine diskursive Annäherung: Zur Theorie systemischer Gruppentherapie	45
<i>Haja Molter, Christopher Klüt­mann</i>	
Ein Versuch der Annäherung zum Begriff »Gruppe«	46
Systemische Theorien, auf die wir uns in der Praxis beziehen	47
Systemische Haltung in der Praxis systemischer Gruppentherapie	57

Teil 2: Ansätze systemischer Gruppenpsychotherapie 63

2 Die Gruppe als Kompetenztreibhaus – Zur hypnosystemischen Gruppenpsychotherapie 64

Gunther Schmidt

Prämissen des hypnosystemischen Konzepts 64

Implikationen der Hypnosystemik für die Gestaltung von Gruppen: Metaziele von Gruppentherapie, die Gruppe als »Kompetenztreibhaus« und als co-therapeutisches Unterstützungssystem aller für alle 71

Typische Kontextvorbedingungen gruppentherapeutischer Arbeit. Unterschiede zwischen ambulanten und stationären Settings 74

3 Daraus werden Geschichten – Eine narrative Perspektive auf die systemische Gruppentherapie 80

Axel Gerland

Die Gruppe als dialogisches System 82

Das Therapiesystem einer Gruppe 83

Gesprächspositionen, Haltungen und Aufgaben einer Therapeut:in 84

Haltungen der Gruppenmitglieder im Gesprächsprozess 88

4 Ein inspirierendes Wir – Systemisch-lösungsorientierte Gruppenpsychotherapie als Ressource für persönliche Entwicklung 91

Cornelia Hennecke

Theoretische Aspekte zur Gruppe als sozialem System und zur Lösungsorientierung 92

Nützliche systemisch-lösungsorientierte Haltungen für professionelles Beziehungshandeln in Gruppenprozessen 94

»Spickzettel« für systemisch-lösungsorientiert ausgerichtete Gruppentherapeut:innen 95

5 Gruppendynamik und systemische Gruppentherapie – wie hängen sie zusammen? 104

Corina Ahlers

Historisch: Die Gruppe, ihre Dynamik und die Gruppentherapie .. 104

Die späten 1970er-Jahre 106

Coaching statt Gruppendynamik 108

Nebenwirkungen gruppendynamischer Prozesse 109

Die kreative Energie der Gruppe	III
Gruppendynamik und Gruppentherapie als Kontextbezeichnung	II2
Quintessenzen	II3
Teil 3: Methoden systemischer Gruppentherapie	115
6 Produktinformationen und Fokus auf Muster des Gelingens – Typische Interventionsschritte hypnosystemischer Gruppentherapie	116
<i>Gunther Schmidt</i>	
Vorbereitende Kontextgestaltung für die Gruppenarbeit und »Produktinformationen« als bahrende (Priming)Interventionen	II6
Balance der Relevanz von Einzel- und Gruppentherapie	II6
Regelungsprozesse für die Gruppenarbeit koevolutionär entwickeln	II7
»Blitzlicht-« und »Befindlichkeitsrunden« und deren Utilisation ...	II0
Positives Spekulieren	II1
Empathiestärkende Unterstützungsprozesse anregen (Pacing)	II3
Hilfen für die bewusste Rekonstruktion von Problemtrance	II4
Gezielte Hypothesen für hilfreiche Unterschieds- bildungen, Pseudoorientierung in der Zeit, Symptome als »Botschafter wertvoller Bedürfnisse« und die Gruppe als Quelle für hilfreiche Hypothesenbildung lösungsaktivierender Interventionen	II5
»Problemlösungsgymnastik«, individuell und interaktionell	II8
Problemerleben und Lösungserleben als Beziehungen gestaltende Phänomene	II1
Weitere Interventionsmöglichkeiten	II3
»Schwierige« Gruppenprozesse: Die Gruppe anregen, selbstrückbezüglich aus der Metaperspektive für sich zu intervenieren	II6
Umgang mit Konflikten in der Gruppe	II9
Transferhilfen für nachhaltige Entwicklungen	II4
7 Unerhörtes hörbar machen – Musik als Resonanzraum in der hypno-systemischen Gruppenmusiktherapie	143
<i>Anika Jaffé</i>	
Das Setting	II43
Wofür spielt die Musik?	II44

Auf Alphawellen zu ganzheitlichen Lösungen segeln	145
Die Therapeut:in als Mitspieler:in, Resonanzgeber:in und Dolmetscher:in	146
Vor dem Musikraum: Einladung in einen Spiel- und Erfahrungsraum	147
Im Musikraum: Musik als therapeutisch wirksames Resonanzgeschehen	149
Die Gruppe als lernendes System	150
Arbeit mit inneren und äußeren Systemen	152
Schlussakkord	153
8 Ohne Körper und Berührung geht es nicht! Körperpsychotherapeutische Gruppen im hypnosystemischen Kontext	154
<i>Michael Krämer, Alexander Herr</i>	
Hypnosystemik und Körperpsychotherapie	154
Hypnosystemische Körperpsychotherapie in Gruppen	157
9 Ausdruck erzeugt Eindruck – Kunsttherapie in der systemischen Gruppentherapie	165
<i>Alexandra Mesensky</i>	
Wenn Worte fehlen. Wofür kunsttherapeutische Methoden gut sind	166
An der urteilenden und zensierenden Ratio vorbei	167
Von Rahmenbildern und Proberäumen – Was sich besonders bewährt	169
Deutung der Urheber:in statt Interpretation	171
Mit Anfängergeist und ohne Vorannahmen	173
Bildnerisch Unterschiede gestalten	174
10 Unaussprechlichem Worte verleihen – Systemische Gruppentherapie und Schreiben	176
<i>Petra Rechenberg-Winter</i>	
Sprachlosigkeit überwinden	177
Struktur für chaotisches Erleben	178
Die Gruppe als Resonanzraum	180
Klare Angaben bringen Sicherheit	181
Kann Schreiben auch kontraproduktiv sein?	182
Verblüffung und Erstaunen	183
Mit neuen Geschichten zu neuen Perspektiven	184
Schreibend Systemische Therapie ergänzen	186

11 Wieder erinnern, wieder eingliedern, wieder erzählen – Zum Einsatz narrativer Methoden in der systemischen Gruppentherapie	189
<i>Carmen C. Unterholzer</i>	
Narrative Methoden und Haltungen	191
Re-Membering, um den Klub des Lebens zu ergänzen	193
Tree of Life	196
Die Landkarte meiner Lebensreise	199
Zeugenschaft für Veränderung	201
12 Familie als primäre Gruppenerfahrung – Familien- rekonstruktion als gruppen-therapeutisches Format	203
<i>Ilke Crone</i>	
Ein bisschen zur Geschichte	203
Merkmale der Familienrekonstruktion	204
Familienrekonstruktion als Prozess	207
Eine festgelegte Struktur	208
Ein Fall	210
Qualitätsmerkmale in der therapeutischen Leitung	213
13 Multifamilientherapie – eine Chance zum systemübergreifenden Perspektivwechsel	214
<i>Katja Scholz</i>	
Eine Vielzahl von Perspektiven	214
Die MFT als alltagsnahe Therapieform	215
Rolle der Therapeut:innen	217
Zum Ablauf der MFT	218
Rahmenbedingungen, Voraussetzungen und Grenzen	220
Teil 4: Zielgruppen	223
14 Gruppentherapie in Aktion – Systemisch-lösungsfokussierte Gruppentherapie mit Kindern und Jugendlichen	224
<i>Manfred Vogt</i>	
Systemische Gruppentherapie	224
Setting-Variablen in der Gruppentherapie	224
Perspektiven einer systemisch-lösungsfokussierten Therapietheorie und Praxis	226
Systemisch-lösungsfokussierte Gruppentherapie in Aktion: Auf Entdeckungstour gehen	231

15 »Soll ich oder soll ich nicht?« – Systemische Gruppentherapie mit Jugendlichen	235
<i>Björn Enno Hermans</i>	
Einleitung	235
Was ist eine systemische Gruppentherapie mit Jugendlichen?	235
Typische Vorgehensweisen und Merkmale	240
Einige Praxishinweise	243
Abschließende Gedanken	246
16 Expertise fördern und hilfreichen Informationsaustausch ermöglichen – Systemischen Gruppentherapie mit Angehörigen	247
<i>Bettina Wilms</i>	
Therapie oder Beratung?	248
Besonderheiten in der systemischen Gruppenarbeit mit Angehörigen – strukturelle Aspekte	250
Besonderheiten in der systemischen Gruppenarbeit mit Angehörigen – inhaltliche Aspekte	253
Die selbstgeleitete Gruppe	254
17 »Ohne Anteilnahme kein Gedächtnis« (Christa Wolf) Systemisch-gruppentherapeutisch orientierte Biografiearbeit mit älteren Menschen	256
<i>Herta Schindler</i>	
Das Zeitliche segnen	256
Gruppentherapeutisches biografisches Schreiben als Ausdrucksprozess hilft – Warum eigentlich?	258
Sprachräume öffnen oder: »Mit meiner Stimme sprechen« (Christa Wolf)	260
Die Bedeutung der Gruppe oder: »Das Atelier ist zwischen den Menschen« (Joseph Beuys)	261
»Therapeuein« oder Wege des Begleitens	264
Teil 5: Störungsbilder	267
18 Einheitlich oder gemischt – Zum Für und Wider störungsspezifischer Gruppen	268
<i>Vanja Poncioni-Rusnov, Markus J. Daimel, Hannah Bischof</i>	
Der strukturelle Kontext der Psychotherapeutischen Ambulanz des ÖAGG	271
Rahmenbedingungen in der PTA	272
Überlegungen zu störungsspezifischen Gruppen	275

19 Kluge Synergien – Systemische Psychotherapie und Musiktherapie in der Gruppentherapie mit sozial ängstlichen Kindern und deren Familien	280
<i>Kornelia Kofler, Agnes Burghardt-Distl</i>	
Setting und Rahmenbedingungen	281
Die Rolle der Therapeut:innen	283
Ziele	285
Methoden	288
Elternarbeit	293
Zusammenfassung und Ausblick	295
20 Zuerst Familientherapie, dann Gruppentherapie – Systemische Behandlungen für Jugendliche mit Essstörungen	296
<i>Dagmar Pauli</i>	
Grundlagen: Symptomatik und Verlauf von Essstörungen	296
Evidenzbasierte Behandlung von Jugendlichen mit Essstörungen	298
Transdiagnostische Betrachtungsweise	300
Forschungsstand von Gruppentherapien bei Essstörungen	301
Emotionen und Beziehungen bei Menschen mit Essstörungen	302
Systemische und störungsspezifische Elemente der Gruppentherapie für Jugendliche mit Essstörungen	305
Vor- und Nachteile von Gruppentherapie bei jungen Menschen mit Essstörungen – eine Frage der Gruppendynamik	306
Auswahl der Teilnehmenden und Aufbau der Gruppentherapie für junge Menschen mit Essstörungen	308
Multifamilientherapie und Multifamiliengruppen bei Jugendlichen mit Essstörungen	309
Fazit	310
21 Das Problem als Lösung – Gruppentherapie mit drogenabhängigen Menschen	311
<i>Nina Schöninkle</i>	
Widerstand gegen die Therapie	311
Das Problem als Lösung	312
Therapeutische Haltung	312
Wozu Gruppentherapie?	313
Grenzen und Chancen systemischer Gruppentherapie	315
Offene versus geschlossene Gruppen	315
Vernetzung der Teilnehmer:innen	316

Substanzgemischte oder substanzgetrennte Gruppen	318
Geschlechterspezifische oder geschlechtergemischte Gruppen	319
Wiederkehrende Themen	320
22 Experimentierfeld zu autonomem Denken und Handeln – Systemische Gruppentherapie mit alkoholsüchtigen Menschen	324
<i>Patrick Burkard</i>	
Eine Verortung	324
Strukturelle Aspekte	325
Gruppenprozess und Gruppendynamik	327
Ziele und Zielkonflikte in der stationären Suchttherapie	330
Ambivalenzmanagement	332
Abschluss – Vorbereitung auf die Zeit danach	334
23 Geschlechtsidentitäten erkunden, lebbare Geschlechtsrolle finden – Multifamilientherapie für geschlechts- dysphorische Kinder, Jugendliche und ihre Familien	337
<i>Esther Strittmatter</i>	
Erste Konzeption der MFT-Trans	338
Setting	338
Themen in der MFT-Trans	339
Vorgehensweisen und Rolle der Gruppentherapeut:innen	340
Veränderungen von Kontext, Trans-Identitäten und der MFT-Trans	344
Welche Fähigkeiten werden in der MFT-Trans erworben?	346
Was ist an der Multifamilientherapie für transidente Kinder, Jugendliche und ihre Familien systemisch?	347
Teil 6: Forschung	351
24 Meist signifikante positive Effekte: Forschung zur Wirksamkeit systemischer Gruppentherapie	352
<i>Kirsten von Sydow</i>	
Hintergrund	352
Wirksamkeit von systemischer Gruppentherapie bei Störungen Erwachsener	352
Wirksamkeit von systemischer Gruppentherapie bei Störungen von Kindern und Jugendlichen	356
Exkurs zur Multifamilien(paar)gruppentherapie (MFT)	357
Zusammenfassung und Ausblick	358

25 Wirkfaktoren systemisch »revised« – Welche Wirkfaktoren sind für die systemische Gruppentherapie relevant?	361
<i>Herbert Gröger, Carmen C. Unterholzer</i>	
Therapeutische Wirkfaktoren	361
Wirkfaktoren in Zusammenhang mit Gruppentherapie	363
Versuch einer Ausdifferenzierung: Kommen in verschiedenen Arten von Gruppen unterschiedliche Wirkfaktoren zum Tragen?	371
Wirkfaktoren aus der Sicht systemischer Psychotherapie	377
Zu guter Letzt – Schlussbemerkungen und Anregungen	382
<i>Carmen C. Unterholzer, Herbert Gröger</i>	
Literatur	384
Über die Autor:innen	416
Über die Herausgeber:innen	422

Vorwort

»Systemische Gruppentherapie« – »Ja ...?!« (die drei Punkte und die Kombination aus Frage- und Ausrufezeichen stehen für das überrascht-neugierige Zögern, mit dem man konfrontiert wird, wenn man diesen Begriff gebraucht). Es gibt nur wenig zu lesen zu diesem Thema, und es wird auch wenig diskutiert, obwohl das, wofür der Name steht, in vielfältigen Formen praktiziert wird. Erklären lässt sich dieses Zögern, weil wir es bei der systemischen Gruppentherapie wieder einmal mit einem jener Fälle zu tun haben, wo man feststellen und fragen kann: In der Praxis funktioniert es, aber tut es das auch in der Theorie?

Im vorliegenden Buch werden Antworten auf diese Frage (und viele, die mit ihr verbunden sind) gegeben. Es eröffnet den Blick auf ein bislang wenig kartiertes Territorium und die Autorinnen und Autoren malen die weißen Flecke auf der Landkarte umfassend und in vielfältigen Farben aus.

Unter den verschiedenen Erklärungen, welche die Herausgeberin und der Herausgeber des vorliegenden Bandes für die geringe öffentliche Wahrnehmung der systemischen Gruppentherapie in ihrer Einleitung geben, scheint mir diejenige am plausibelsten, die in den familientherapeutischen Wurzeln der Systemischen Therapie die Ursache der Unkenntnis und oft auch Vorbehalte gegenüber systemischen Formen der Gruppentherapie sehen. Diese Skepsis entspricht der Reaktion, die Gunthard Weber und ich vor gefühlten hundert Jahren (1987) ernteten, als wir einen Artikel mit dem Titel »Systemische Einzeltherapie« publizierten. Denn der revolutionäre Schritt des systemischen Ansatzes war die Arbeit der Therapeuten oder Berater mit einem sozialen System, das von mehreren Individuen gebildet wurde, die im Alltag eine gemeinsame Interaktionsgeschichte durchlaufen (haben). Wenn eine Familie im Therapiezimmer sitzt, geschieht etwas ganz anderes, als wenn ein Klient über Mama und Papa und die mehr oder weniger lieben Geschwister auf der Couch redet. Der Therapeut kann Spielregeln der familiären Kommunikation direkt beobachten, statt sie aus dem »Hörensagen« – d. h. durch die Brille des Klienten gefiltert – zu rekonstruieren.

Das war zwar der revolutionäre Schritt, der zur Entwicklung systemischer Therapie- und Beratungsansätze geführt hat, aber seine

Wirkungen überschritten die reine Settingfrage. Denn durch die Beobachtung der aktuellen Interaktionen eines sozialen Systems – sei es eines Paares, einer Familie oder, später dann, eines Teams – wurden alternative Erklärungsmodelle stimmig, die nicht mehr primär in der Psychodynamik eines Individuums oder auch in den psychischen Strukturen vieler Einzelner die Ursache für entstehende und aufrecht-erhaltene Probleme sahen, sondern in den Spielregeln der Kommunikation. Das heißt, aus der durch das Setting bedingten Beobachtung von Interaktionssystemen entwickelte sich fast zwangsläufig ein für Psychotherapie und Beratung neues – systemtheoretisches – Paradigma, d. h. ein neues Theoriegebäude.

Da Theorien ja, zumindest wenn sie von Praktikerinnen und Praktikern verwendet werden, Handlungskonsequenzen haben, wurden – dritter Schritt der Evolution der Systemischen Therapie – neuartige Interventionsmethoden entwickelt. Theorien liefern Erklärungen (= Hypothesen) für die Entstehung des Ist-Zustands, d. h. der jeweils aktuell zu beobachtenden Phänomene – z. B. eines Verhaltens, das als Symptom bewertet wird –, und sie liefern Hypothesen (= Erklärungen) über den Weg zu einem angestrebten Soll-Zustand, einem Therapieziel, einer Lösung, d. h. der Überwindung einer Ist-Soll-Differenz (wer immer diese wie definieren mag).

Methoden sind zwar »an sich« weder »systemisch« noch »katholisch«, »evangelisch« oder »grün«, doch aus unterschiedlichen Theorien ergibt sich die Logik von Methoden. – Dies ist ein signifikantes Unterscheidungsmerkmal der Systemischen Therapie: *Systemtheoretische (und meist auch konstruktivistische) Prämissen liefern die Grundlage für die Entwicklung eines breiten und meist auch neuartigen Methodenrepertoires* (soll heißen, auch etliche bewährte Therapiemethoden lassen sich in dieses Paradigma integrieren).

Wir haben also – zugegeben etwas vereinfachend – drei Ebenen, in denen sich Systemische Therapie und Beratung von anderen Ansätzen unterscheiden können:

- 1) im Setting (Arbeit mit einem System, das auch im Alltag miteinander kommuniziert und lebt und/oder arbeitet)
- 2) in der Konstruktion von Erklärungen (der Kommunikationstheorie/Theorie sozialer Systeme)
- 3) im konkreten Handwerkszeug, d. h. den Methoden.

Mit Blick auf das Thema systemische Gruppentherapie heißt das im Einzelnen (in umgekehrter Reihenfolge):

Zu Punkt 3: In den folgenden Seiten wird von den jeweiligen Autoren und Autorinnen ein breites Spektrum höchst kreativer Methoden dargestellt, mit denen sich systemtheoretische Konzepte in einem Gruppensetting anwenden lassen. Es ist eine Fundgrube für jede Praktikerin und jeden Praktiker.

Zu Punkt 2: Auch die theoretischen Ansätze zeigen eine große Variationsbreite, was demonstriert, dass Theorien in der Regel – zumindest im systemischen Feld – nicht mit dem Anspruch verbunden sind, eine einzige, unfehlbare Wahrheit abzubilden; in aller Bescheidenheit stellen sie lediglich Landkarten zur Verfügung, die jedem, der als Praktiker unter Handlungsdruck steht, Orientierung geben.

Zu Punkt 1: Die größte Abweichung von der Gründungsphase der Systemischen Therapie zeigt sich in der neugewonnenen Freiheit in der Gestaltung des Settings. Ich erinnere mich noch gut daran, dass in den Anfangsjahren der Entwicklung der Systemischen Therapie das Mailänder Team (Mara Selvini Palazzoli, Gianfranco Cecchin, Luigi Boscolo, Giuliana Prata), das zu den kreativsten Vorreitern der Systemischen Therapie gehörte, Familien, die aus Sizilien nach Mailand zur Therapie gekommen waren, wieder nach Hause schickte, wenn sie die Oma in Palermo vergessen hatten (d. h., sie hatten sie natürlich nicht vergessen, sondern sie wollten ihr die weite Reise nicht zumuten). Aber das war in den Anfangsjahren, als noch viel experimentiert wurde, und in Berufung auf eine, vermeintlich durch die Theorie bestimmte, Orthodoxie Sicherheit gesucht wurde. Inzwischen sind Theorie und Praxis der Systemischen Therapie erwachsen – d. h. pragmatischer – geworden. Sie sind etabliert, selbstbewusst und anerkannt, sodass derartige Anfälle von prinzipienreitender Rigidität offenbar nicht mehr nötig sind.

Die systemische Gruppentherapie mit all ihren, dem jeweiligen institutionellen Kontext angepassten, Variationen ist ein blendendes Beispiel dafür. Wer sie studieren will, für den ist das vorliegende Buch Pflichtlektüre.

Berlin, September 2021
Prof. Dr. med. Fritz B. Simon

Vorwort der Herausgeber:innen¹

Als wir vor etwa zwanzig Jahren begannen, uns verstärkt für systemische Gruppentherapie zu interessieren, waren wir überrascht, wie wenig Literatur wir dazu fanden. Obwohl unsere Ausbildung zu systemischen Psychotherapeut:innen hauptsächlich in Gruppen organisiert war, war die Gruppe kaum Thema, weder in theoretischen Konzepten, noch in praktischen oder methodischen Überlegungen. Wir schienen nicht die einzigen zu sein, die sich darüber wunderten. Auch Deetz und Dithmer stellten fest, »dass zwar die Ausbildung häufig in Gruppen stattfindet, bisher jedoch praktisch keine Veröffentlichung über systemische Gruppentherapie vorlag.« (Deetz u. Dithmer 2000, S. 35).

Nach unserer Ausbildung suchten wir nach Fortbildungen zur systemischen Gruppentherapie, auch hier: ein spärliches Angebot. Die systemische Psychotherapie, eine Therapierichtung, die auf Mehrpersonensettings fokussiert, vergisst die Gruppe? Wie ist das möglich? Die Frage ließ uns nicht mehr los, zumal wir selbst viel mit und in Gruppen arbeiten – einerseits in Ausbildungs- und Fortbildungskontexten, andererseits bei uns am Institut für Systemische Therapie (IST), Wien.

Gruppen sind wesentlich für unsere Entwicklung, wir alle sammeln wichtige Erfahrungen in Kinder- oder Jugendgruppen und Schulklassen. Gruppen sind auch im Erwachsenenleben hochrelevante Systeme. Niemand von uns kommt um sie herum. Sei es im Arbeitsalltag, in der Freizeit oder im Bildungsbereich, sei es in Seminaren zur persönlichen Weiterentwicklung oder im gesellschaftlichen Engagement. Es ist »in unserem Alltag schwierig, nicht Teil einer Gruppe zu sein« (Caby 2002a, S. 362). Für König und Schattenhofer ist die Gruppe eine »Grundform des sozialen Lebens« (König u. Schattenhofer 2016, S. 9).

Wir machten aus der Not eine Tugend und begannen, selbst zu überlegen, zu forschen und zu publizieren (u. a. Unterholzer 2005, 2011, Unterholzer u. Gröger 2017, Gröger u. Unterholzer 2017), und wir begannen, Fortbildungen zu organisieren. Seit 2017 entwickeln wir am Institut für Systemische Therapie (IST), Wien, Curricula zur

¹ Wir bemühen uns, die Texte in diesem Buch gendersensibel zu formulieren. Es geht uns darum, dass sich alle Menschen angesprochen fühlen. Typografisch verwenden wir den Doppelpunkt. Der besseren Lesbarkeit wegen werden Artikel oder Adjektive im Singular in den meisten Fällen in der weiblichen Form dekliniert. An Stellen, an denen die jeweilige Geschlechtszugehörigkeit von Bedeutung ist, differenzieren wir sprachlich.

systemischen Gruppentherapie. Zunächst konzentrierten wir uns auf verschiedene Zielgruppen (Kinder, Jugendliche, Angehörige, ältere Menschen), dann auf unterschiedliche systemische Zugänge (lösungsorientiert, narrativ, hypnosystemisch), auf Familienrekonstruktion und Multifamilientherapie. Das dritte Curriculum setzte zum einen auf bisher wenig berücksichtigte Themen in der systemischen Gruppentherapie wie Körper und Gefühle, zum anderen auf Methodisches. Da es uns gelang, für die Curricula hochkarätige Referent:innen zu gewinnen, und da es bis heute wenig Publikationen über systemische Gruppentherapie gibt, schlugen wir zwei Fliegen mit einer Klappe. Viele der Beiträger:innen dieses Buches entstammen dem Referent:innenpool. Die Autor:innen sind in stationären Kontexten tätig (psychiatrische und psychosomatische Abteilungen), in klinisch-ambulanten Bereichen (entwicklungsfördernde und psychotherapeutische Ambulanzen) und im niedergelassenen Feld. Viele von ihnen lehren an Ausbildungseinrichtungen zur Psychotherapie, einige an Universitäten, alle in Fort- und Weiterbildungsinstitutionen.

Zum Aufbau des Buches

Was erwartet nun die Leser:innen? Worauf haben wir Herausgeber:innen den Fokus gelegt? Die beiden Beiträge zu den Grundlagen systemischer Gruppentherapie – die Einleitung durch uns Herausgeber:innen sowie der Artikel von *Haja Molter* und *Christopher Klütmann* – bemühen sich, das erwähnte theoretische Defizit abzumildern. Wir Herausgeber:innen, *Carmen C. Unterholzer* und *Herbert Gröger*, beide Psychotherapeut:innen (systemische Familientherapie) am Institut für Systemische Therapie (IST), Wien, nähern uns dem Begriff der Gruppe an und zeigen, dass die Gruppe in der Systemischen Therapie im Vergleich zu anderen Therapierichtungen erst spät zum Thema wurde, obwohl Systemiker:innen ausreichend Rüstzeug für die Arbeit mit Gruppen haben. Sowohl ihre theoretischen Ansätze als auch ihre Haltungen und Methoden sind für die Arbeit mit Gruppen prädestiniert.

Haja Molter, systemischer Psychotherapeut in Düsseldorf und Pionier in Sachen systemische Gruppentherapie, und *Christopher Klütmann*, systemischer Berater, Supervisor und Dozent am IF Weinheim, suchen Antworten auf die Fragen: »Woher wissen wir, was wir tun, und auf welchen Theorien bauen sich unsere Interventionen in Gruppen auf?« Dabei bemühen sie sich um die Darstellung einer »vermittelbare[n] Praxistheorie«. Ein Vorhaben, das gelingt. Theoretische

Positionen werden immer wieder heruntergebrochen auf ihre praktische Umsetzungsmöglichkeit in der konkreten Arbeit mit Gruppen. Ihre Einschätzung von der Position der Gruppe in der Systemischen Therapie unterscheidet sich von der unseren. Sie verweisen auf frühe Arbeiten z. B. von Helen E. Durkin aus dem Jahre 1975.

Unterschiede, die Unterschiede machen?

Den »Grundlagen« folgen vier Beiträge, die sich um verschiedene systemische Ansätze drehen. *Gunther Schmidt*, hypnosystemischer Psychotherapeut und ärztlicher Direktor der Privatklinik *sysTelios* in Siedelsbrunn, holt in seiner Abhandlung über hypnosystemische Gruppentherapie weit aus. Zunächst legt er die Prämissen dieses Ansatzes dar, er umreißt kompakt u. a. systemtheoretische, konstruktivistische Perspektiven und die Primingforschung, er definiert Interventionsprinzipien. Daraus folgen Implikationen für die therapeutische Arbeit mit Gruppen. Zweck der Gruppen ist es, »Kompetenztreibhaus« und »co-therapeutisches System« für die anderen Gruppenmitglieder zu sein. Schmidt legt die Aufgaben der Gruppenleitung dar – u. a. Aktivitäten zu setzen, die den Zielen der Teilnehmer:innen dienen, ihre Selbstakzeptanz stärken und sie immer wieder einladen, eine Metaposition einzunehmen.

Der zweite Text thematisiert den narrativen Zugang zur systemischen Gruppentherapie. Sich auf Foucault, Lyotard und K. Gergen beziehend, definiert *Axel Gerland* – Sozialpsychologe, Psychotherapeut und psychologisch-psychotherapeutischer Fachleiter einer Lebensberatungsstelle in Hannover – die Gruppe als dialogisches System, gruppentherapeutische Prozesse als Co-Kreationen von Geschichten. Er beschreibt Haltungen, die sowohl Teilnehmer:innen als auch Gruppentherapeut:innen in Gesprächen einnehmen können. Dabei geht es um die Wahrung von Kohärenz und Vielstimmigkeit, um die Anwaltschaft für Ambivalenz und für reflexive Positionen. *Cornelia Hennecke*, Systemische Therapeutin und Dozentin am Institut für Systemische Ausbildung und Entwicklung (IF) in Weinheim, präsentiert den lösungsorientierten Ansatz. Sie teilt das Thema in drei Bereiche: theoretische Aspekte, Implikationen für die Praxis und methodische Vorschläge (der »Spickzettel«).

Das Kapitel »Ansätze« schließt *Corina Ahlers*, Psychologin, Gruppendynamikerin und systemische Psychotherapeutin in Wien, mit ihrem Aufsatz »Wie hängen sie zusammen? Gruppendynamik und

systemische Gruppentherapie«. Anschaulich beschreibt sie als »Zeitzeugin« in anekdotischen Einschüben die Entwicklung der Gruppendynamik und deren Wirkprinzipien. Sie nennt die konstruktivistische Wende als Moment der Neuorientierung für systemische Gruppen, in deren Folge die Dynamik von Gruppen als etwas objektiv Beobachtbares in Zweifel gerät und zur subjektiven Hypothese »degradiert« wird. Sie arbeitet Unterschiede der beiden Richtungen heraus und benennt Verdienste der Gruppendynamik für die Systemische Therapie.

Konkrete Vorgehensweisen

Den Fokus des dritten Kapitels bildet Methodisches. Wie Vorgespräche gestaltet, Einzeltherapie für die Gruppentherapie genutzt und wie ein gemeinsames Regelwerk vereinbart werden kann, zeigt *Gunther Schmidt* in seinem zweiten Beitrag. Er schöpft aus dem Vollen. Ideomotorische Übungen wie die Problem-Lösungs-Gymnastik oder andere Interventionen wie der Wechselsprechgesang oder der Einsatz von Geschichten und Anekdoten sind nur ein paar seiner zahlreichen Vorschläge, stets verbunden mit theoretischer Rahmung. Ausführlich erörtert Schmidt den konstruktiven Umgang mit destruktiven Dynamiken und mit Konflikten – etwas, das viele Kolleg:innen abhält, Gruppen anzubieten. Seine Ideen dazu sind – scheinbar – einfach, aber nicht simpel. Wie in der Gruppe Erfahrenes in den Alltag transferiert werden kann, damit schließt er ab.

Anika Jaffé, Musiktherapeutin in der Privatklinik sysTelios in Siedelsbrunn, zeigt, wie Musik und die Gruppe als therapeutischer Resonanz- und Erfahrungsraum genutzt werden kann. Sie weist auf die besonderen Potenziale der Musiktherapie hin. Auf diese Weise können Klient:innen Schwieriges und Schamhaftes metaphorisch, ohne darüber sprechen zu müssen, ausdrücken. Überdies versetzt Musik unser Gehirn in eine höhere Aufnahmebereitschaft, ist also optimal für das In-Gang-Setzen von Veränderungsprozessen. So wird die Gruppe zum lernenden System, das gemeinsam schwingen kann, in dem aber auch jede ihr Tempo beibehalten darf und trotzdem Teil der Gruppe bleibt. Das Repertoire reicht von mehrstimmigem Singen über Improvisationen bis hin zur musiktherapeutischen Teilarbeit.

Michael Krämer, Körpertherapeut, und *Alexander Herr*, Psychotherapeut und Psychologe, beide in der Privatklinik sysTelios in Siedelsbrunn tätig, setzen den hypnotherapeutischen Reigen fort. Sie wenden sich der Körperarbeit zu. Der Körper wird nicht – wie in manchen

Richtungen der klassischen Körpertherapie – vorrangig zum Diagnoseinstrument, sondern zum Kooperationspartner, dessen Reaktionen wichtige Rückmeldungen in Richtung Veränderungsbedarf sind. Hypnosystemische Körpertherapeut:innen fördern das Wahrnehmen, Wertschätzen und Nutzen somatischer Marker. Wie eine kooperative Beziehungsgestaltung zum Körper aufgebaut werden kann, zeigen sie anhand konkreter Übungen.

An die Körpertherapie schließt die Kunsttherapie an. Wir sind beim Beitrag von *Alexandra Mesensky*, systemische Psychotherapeutin und Kunsttherapeutin in Wien, und bei ihrer Frage, wie sich Kunsttherapie mit systemischer Psychotherapie vereinen lässt. So, wie die Musiktherapie mithilfe von Tönen und Klängen und die Körpertherapie durch somatische Marker den Zugang zu den oft verborgenen Ressourcen von Klient:innen finden, begreift die Kunsttherapie Bilder, die angeboten oder gestaltet werden, als innere Kompetenzen der Klient:innen. Das gemeinsame Arbeiten an einem Tisch, jede für sich an ihrem Bild, löst Impulse aus, die von den anderen am Tisch aufgegriffen werden und das Eigene verändern. Durch die Beschreibung einiger kunsttherapeutischer Methoden gelingt es Mesensky, den Prozess in der Gruppe zu veranschaulichen und gleichzeitig zu verdeutlichen, wie systemische Prinzipien wie Unterschiedsbildung, Zirkularität und Ressourcenorientierung diesen Prozess und den anschließenden Austausch in der Gruppe maßgeblich unterstützen.

Wie sich schreibend Denk-, Wahrnehmungs- und Erlebensräume eröffnen und wie Schreiben in Gruppenkontexten eingesetzt wird, führt *Petra Rechenberg-Winter*, Psychologin und Systemische Therapeutin in Hamburg, vor. Sei es in Form von Resonanztexten oder durch mündliches Feedback auf vorgelesene Texte, die Gruppe verstärkt den therapeutischen Prozess. Viele systemische Interventionen lassen sich schreibend umsetzen, die Schriftlichkeit erzeugt zudem noch nachhaltige Wirkung.

Inhaltlich stimmig schließt sich der Text von Herausgeberin *Carmen C. Unterholzer* über narrative Methoden in der Gruppentherapie an. Damit wirft sie einen Blick auf ein Feld, das bisher noch wenig dokumentiert ist. Wie arbeiten narrative Therapeut:innen wie Cheryl White oder David Denborough mit Gruppen? Welche Methoden nutzen sie und welche Ideen begleiten sie dabei? Wie deren Arbeit mit großen Gruppen und Gemeindeversammlungen in die ambulante Praxis übertragen werden kann, zeigt die Autorin anhand konkreter Beispiele.

Die nächsten beiden Beiträge sind Prototypen systemischer Gruppentherapie gewidmet: der Familienrekonstruktion und der Multi-

familientherapie. *Ilke Crone*, Lehrende für systemische Beratung, Therapie und Supervision in Bremen und Osnabrück, zeichnet die Entwicklung der Familienrekonstruktion nach, benennt ihre Merkmale und ihre Struktur. Sie veranschaulicht die Vorgehensweise der Familienrekonstruktion anhand eines Beispiels aus der Praxis.

In dem Text von *Katja Scholz*, systemische Paar- und Familientherapeutin und langjährige Multifamilientherapeutin in der Familientagesklinik für Essgestörte des Uniklinikums Dresden, über die Multifamilientherapie wird deutlich, wie die Gruppe in ihrer Potenz genutzt werden kann. Die Teilnehmer:innen erleben sich im Verhalten der anderen, die Reflexion über deren Tun wird automatisch zur Selbstreflexion – nach Scholz der wichtigste Wirkfaktor von Multifamilientherapie. Die dynamischen Gruppenbildungsprozesse – von der Eltern- und Kindergruppe über die »Leihfamilie« bis zu der zeitweiligen »Adoption« – brechen alte Muster und eingefahrene Verhaltensweisen auf. Den Ablauf von Multifamilientherapie illustriert die Autorin mit Beispielen aus ihrer Arbeit.

Unterschiedliche Zielgruppen

Was gilt es zu berücksichtigen, wenn wir in Gruppen mit Kindern, Jugendlichen, Angehörigen oder älteren Menschen arbeiten? Die nächsten vier Beiträge befassen sich mit diesem Aspekt. Es gibt nichts Praktischeres als ein Modell. – Mit dieser Abwandlung des Zitats von Kurt Lewin sind wir bei *Manfred Vogt*, Psychotherapeut am Norddeutschen Institut für Kurzzeittherapie (NIK) in Bremen. Er stellt das mehrdimensionale Modell »Konzeptioneller Arbeitsraum« vor, das sich als nützliches Navigationsinstrument für den therapeutischen Prozess bewährt. Wie er damit der Komplexität des Geschehens gerecht wird, führt er am Beispiel eines Gruppenkonzepts für Adoptiv- und Pflegekinder vor – nicht ohne vorher Kontextbedingungen für die Arbeit mit Kindern zu erörtern. Die vier Dimensionen seines Modells (zeitliche Perspektive, emotionale Perspektive, Wahrnehmungsperspektive und logische Ebene mit Kategorien wie Verhalten, Fähigkeiten oder Werte) verknüpft er jeweils mit konkreten Übungen, wir dürfen an seinem vielfältigen Methodenrepertoire für Kinder teilhaben.

Björn Enno Hermans, Kinder- und Jugendpsychotherapeut in Essen, weist in seinem Beitrag über Gruppentherapie mit Jugendlichen auf ein Paradoxon hin: In diesem Alter sind Gruppen zwar von großer Bedeutung, aber speziell im ambulanten Bereich sind Gruppenthera-

pien für Jugendliche eine Rarität. Warum das so ist und wie wir diesem Mangel abhelfen können – indem wir z. B. in Schulen gehen –, darauf und auf typische Vorgehensweisen in der Arbeit mit dieser Altersgruppe geht der Autor in seinem Beitrag schwerpunktmäßig ein.

Bewältigungsmechanismen zu stärken und Belastungen zu reduzieren – dazu dienen Gruppen für Angehörige. *Bettina Wilms*, Psychiaterin und Chefarztin am Klinikum Saalekreis, Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik, weist auf strukturelle und inhaltliche Besonderheiten in der Arbeit mit dieser Klientel hin. Belasteten Angehörigen steht ein relativ kleines Zeitfenster offen, wenn es darum geht, sich Hilfe von außen zu holen: Entweder schätzen sie die Belastung nicht so vehement ein oder sie sind bereits so belastet, dass sie nicht mehr in der Lage sind, sich Unterstützung zu organisieren. Das Zeitfenster zwischen den beiden Polen gilt es zu nutzen und das berechtigte Bedürfnis nach rascher Hilfe, nach Tipps und Tricks mit anderen Ideen wie jener von der »Weisheit der Gruppe« zu ergänzen. Gelingt dieser Balanceakt, können selbstgeleitete Angehörigengruppen – ohne professionelle Helfer:innen – eine gute Weiterentwicklung sein.

Herta Schindler, als systemische Psychotherapeutin u. a. spezialisiert auf Biografiearbeit, befasst sich in ihrem Text mit gruppentherapeutisch orientierter Biografiearbeit mit älteren und alten Menschen. Damit im »alten Leben« Neues geschehen kann, müssen Erinnerungen aktiviert und vielleicht erstmals zum Ausdruck gebracht werden. Der Autorin dient dafür Schreiben und Erzählen, die Gruppe wird zum Resonanzraum für das Erleben der Gruppenmitglieder und die Therapeut:in zur Begleiter:in auf dem Weg zu neuen Geschichten im alten Leben.

Mit Blick auf Störungsbilder

Gegenstand des fünften Kapitels sind störungsspezifische Gruppen. Den Reigen eröffnen *Vanja Poncioni-Rusnov*, *Markus J. Daimel* und *Hannah Bischof* von einer Wiener Psychotherapie-Ambulanz mit der grundsätzlichen Frage nach Sinn oder Unsinn von »Depressionsgruppen« oder »Gruppen für Anorektiker:innen«. Schließlich liegt es doch im Interesse von Systemiker:innen, Symptome und Diagnosen zu verflüssigen und nicht – wie es in störungsspezifischen Gruppen passieren kann – Menschen mit Diagnosen zu klassifizieren. Sie fassen den Stand der Diskussion über Störungswissen unter Systemiker:innen zusammen und skizzieren ihren Umgang mit Diagnosen in der

ambulanten Tätigkeit. Deutlich wird dabei, wie entscheidend es ist, welche Bedeutung Diagnosen in störungsspezifischen Gruppen erhalten und inwieweit auch andere Kategorien wie existenzielle und soziale Faktoren eine Rolle spielen.

Sozial ängstliche Kinder drohen oft neben lauten, verhaltensorientierten unterzugehen. Um diese Gruppe zu stärken, entwickelten *Kornelia Kofler*, Kindergartenpädagogin und systemische Familientherapeutin, und *Agnes Burghardt-Distel*, Psychologin und Musiktherapeutin, beide in einem Wiener Ambulatorium für Entwicklungsförderung tätig, ein sehr komplexes Modell, das sowohl Gruppentherapie mit Kindern als auch Elternarbeit vorsieht und das gleichzeitig Synergien aus Systemischer Therapie und Musiktherapie nutzt. Was in der Arbeit mit diesen Kindern beachtet werden soll und welche Übungen sich anbieten, illustrieren die beiden Autorinnen mit vielen Beispielen.

Wie wichtig es ist, bei störungsspezifischen Gruppen auf die Zusammensetzung zu achten, unterstreicht *Dagmar Pauli*, Chefärztin der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich, in ihrem Beitrag über systemische Gruppentherapie mit essgestörten Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Wie groß ist die Störungseinsicht? Wie hoch die Motivation? Wie stark die Chronifizierung? Eine gute Durchmischung mindert die Gefahr von nicht hilfreichen Dynamiken (z. B.: Wer ist die/der Dünkste?). Diesen kann auch mit sinnvollerer Fragen (z. B.: Wer erkennt zuerst das destruktive Muster?) begegnet werden. Als sinnvoll erwies sich folgende Vorgehensweise: Bevor Gruppentherapie für diese Klientel infrage kommt, ist Familientherapie angeraten, um weitere Eskalation und eine Zunahme der Symptomatik zu verhindern.

Welch besondere Herausforderung Gruppentherapie mit Drogenabhängigen darstellt, thematisiert *Nina Schöninkle*, psychotherapeutische Leiterin eines ambulanten Beratungs- und Betreuungszentrums in Wien, in ihrem Beitrag. Abwertung, Abbrüche, vergessene Termine, Hoffnungslosigkeit sind selbst in der Einzeltherapie keine guten Ingredienzien für einen gelingenden therapeutischen Prozess. In der Gruppentherapie drohen sie sich zu potenzieren. Anliegen und Ziele der Klient:innen sind oft konträr zu denen der Überweiser:innen oder Kostenträger:innen. Menschen, die Drogen konsumieren, wollen sich berauschen, um möglichst wenig zu spüren, Therapeut:innen wollen hingegen, dass sie ihre Emotionen wahrnehmen. Gruppentherapie kann trotzdem gelingen. Wie dieses Vorhaben zu einer emotional berührenden Reise werden kann, das ist in dem Text überzeugend beschrieben.

Patrick Burkard, langjähriger leitender Psychologe an einer Suchtklinik nahe Trier, beschreibt die Eckpfeiler der Arbeit mit alkoholkranken Menschen: kontinuierliche Förderung der Motivation und der Kooperation. Oft stehen Erfahrungen und Grundannahmen der Klient:innen im Wege, wenn es in der Gruppentherapie darum geht, sich vertrauensvoll zu öffnen. Ambivalenzkonflikte kennzeichnen die Gruppentherapie mit dieser Klientel, die Methoden, die er für mögliche Lösungen zeigt, sind vielfältig.

Umreißt Katja Scholz in ihrem Beitrag über Multifamilientherapie Arbeits- und Wirkweisen, schildert *Esther Strittmatter* die multifamilientherapeutische Arbeit mit geschlechtsdysphorischen Jugendlichen und ihren Eltern. Strittmatter ist leitende Ärztin der Tagesklinik für Familien in einem Gesundheitszentrum im Münsterland und ebendort Leiterin der Trans-Spezialsprechstunde. Neben dem genauen Ablauf einzelner Treffen zeigt die Autorin auf, welche vielfältigen Fähigkeiten Teilnehmer:innen in der Multifamilientherapie entfalten können.

Kirsten von Sydow, Psychologin, Psychotherapeutin und Lehrende an der Universität Hamburg, wirft einen Blick auf die Forschungslage in Sachen systemische Gruppentherapie. Sie analysiert in ihrem Aufsatz randomisierte, kontrollierte Studien, die belegen, dass systemische Gruppentherapie bei einigen Störungsbildern wirksamer ist als bei anderen.

Welche Wirkfaktoren sind in der Gruppentherapie relevant? Was wirkt bei systemisch orientierten Gruppen und wie können traditionelle Items systemisch ergänzt werden? Diesen Fragen stellen wir, die Herausgeber:innen *Herbert Gröger* und *Carmen C. Unterholzer*, uns und beenden den Reigen mit abschließenden Überlegungen.

Bei der Auswahl der Beiträge war es uns Herausgeber:innen ein Anliegen, die theoretischen Überlegungen ins Praktische zu transferieren. Wir wollen Kolleg:innen, die daran denken in Zukunft mit Gruppen zu arbeiten, eine praxisrelevante Orientierung bieten. Kolleg:innen, die bereits gruppentherapeutisch arbeiten, soll unser Buch Anregungen und Ideen zum Weiterdenken bieten. Forscher:innen, die an Gruppen interessiert sind, präsentieren die Autor:innen des Buches das vielfältige Feld »Gruppe«. Und wir hoffen, dass alle Interessantes für die Weiterentwicklung der systemischen Gruppentherapie finden.

Wien, im Juni 2022

Carmen C. Unterholzer, Herbert Gröger