

# Gruppentherapie

Rolle bei der Suggestion von Zuversicht  
und Anwendung in der ambulanten Praxis

Judith Helfen

Dr.Dr. Reinhard Arndt



# Inhalt

A group of diverse people, including men and women of various ethnicities, are sitting in a circle in a bright, modern room. They appear to be engaged in a group therapy session or a discussion. The room has large windows in the background, and the overall atmosphere is calm and professional.

Therapeutische Faktoren von Gruppentherapien

Praxisbeispiel: Schematherapie in Gruppen

Herausforderungen und Lösungsansätze in der ambulanten Praxis

# Was kann die Therapie in Gruppen?

## Triple E Treatment

**Effective**

**Equivalent to individual therapy**

**Efficient**

**329**  
Kontrolliere  
Studien

**27000**  
Patienten

**10**  
Metaanalysen

# Wie wirkt Gruppentherapie?

---



# Therapeutische Faktoren von Gruppentherapien

---



# Therapeutische Faktoren von Gruppentherapien

---



# Therapeutische Faktoren von Gruppentherapien

---



# Therapeutische Faktoren von Gruppentherapien

---





# Therapeutische Faktoren von Therapiegruppen

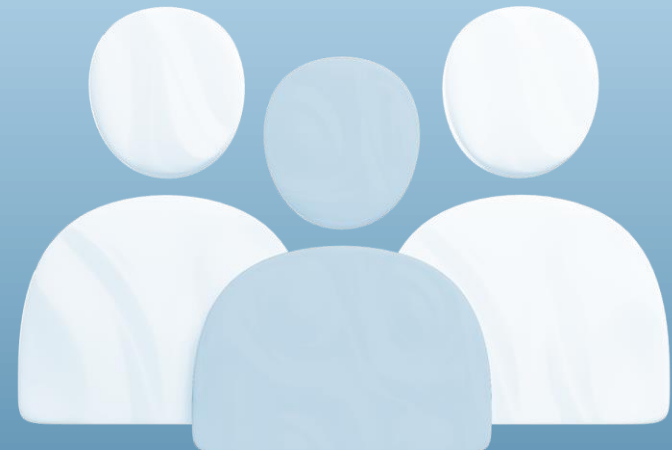
---



# Wie verstärken Gruppentherapien die Zuversicht beim Patienten?



**Heilungsprozesse von Gruppenmitgliedern suggerieren Zuversicht in eigene Verbesserungen**



# Suggestion von Zuversicht in der Gruppentherapie



Aufgabe des Therapeuten:  
**Gelegenheiten nutzen, um  
Fortschritte von  
Gruppenteilnehmern  
herauszuarbeiten**

# Suggestion von Zuversicht in der Gruppentherapie

---



**Gruppenformate erweitern die  
Umsetzungsmöglichkeiten  
therapeutischer Techniken**

# Suggestion von Zuversicht in der Gruppentherapie



## Rollenspiel

### „Der Busfahrer“



# Suggestion von Zuversicht in der Gruppentherapie

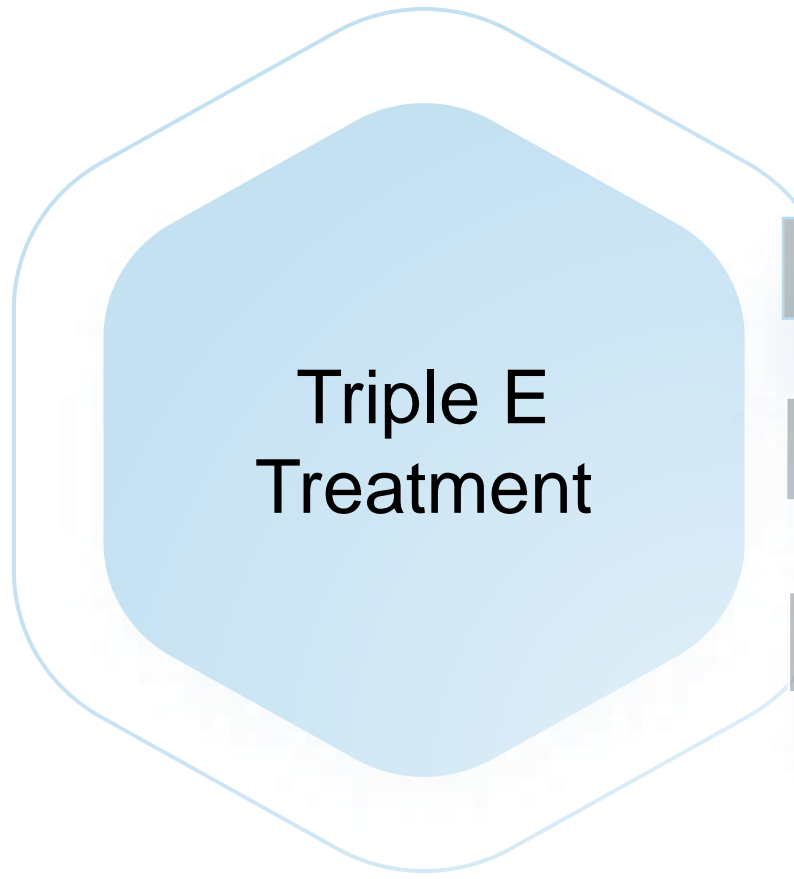


## Rollenspiel

### „Der Busfahrer“



# Was ist nun bekannt?



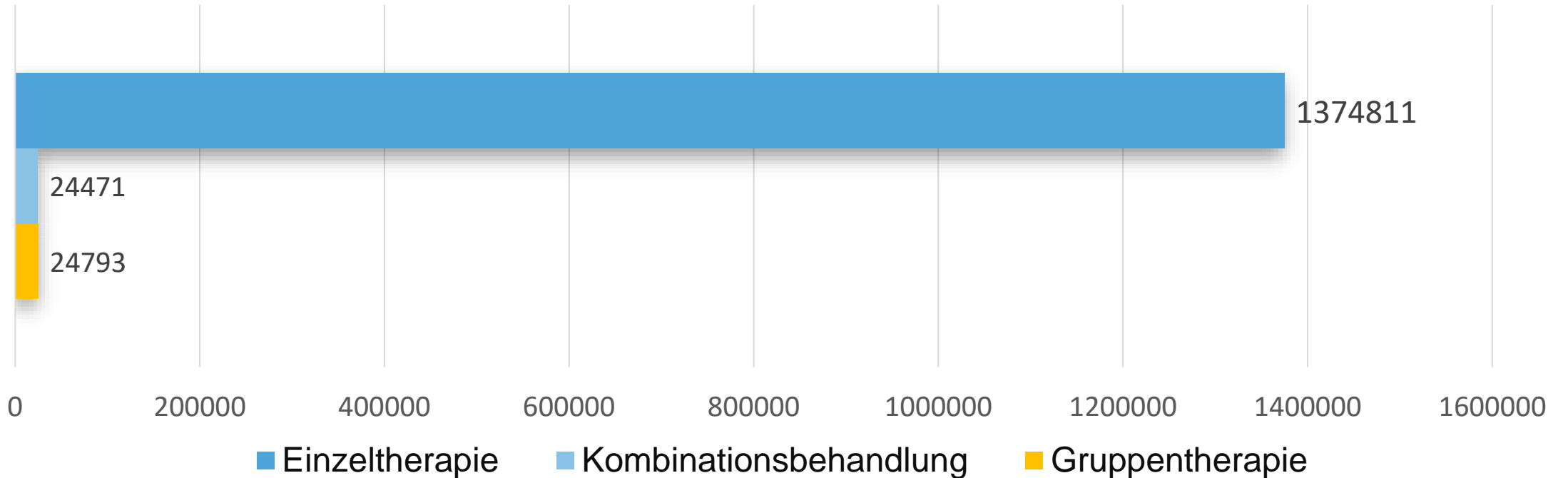
- E**ffective
- E**quivalent to individual therapy
- E**fficient

Suggestion von Zuversicht durch das Erleben anderer Therapieprozesse

Zuversicht stärken durch spezifische Techniken im Gruppensetting

# Wie häufig wird Gruppentherapie eingesetzt?

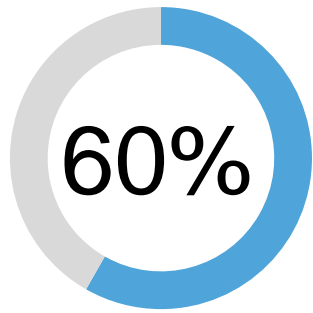
Anzahl Patienten in den verschiedenen Therapieformaten  
(KBV Versorgungsdaten 2018)



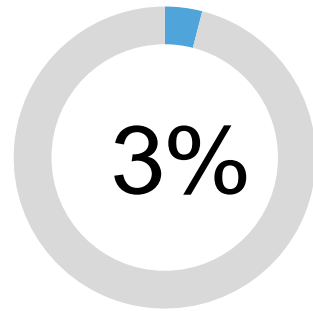


# Wie häufig werden Gruppentherapien abgerechnet?

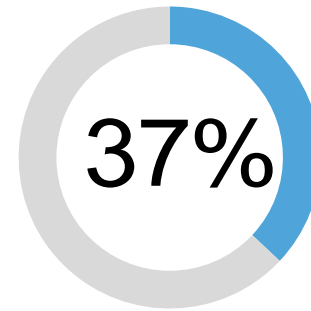
**Therapie im Gruppenformat ist in der ambulanten Versorgung stark unterrepräsentiert**



Einzelbehandlung

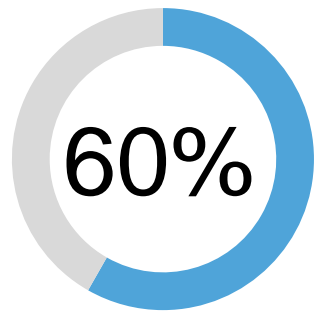


Gruppen- und  
Kombinations-  
behandlung

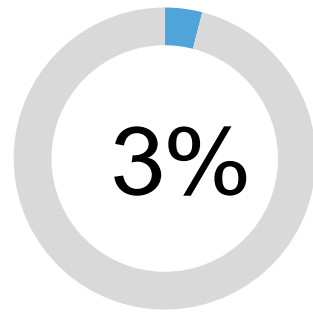


Sprechstunde,  
Probatorik und  
Akutbehandlung

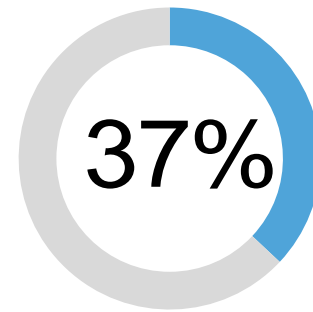
# Wartezeiten in der ambulanten Patientenversorgung



Einzelbehandlung



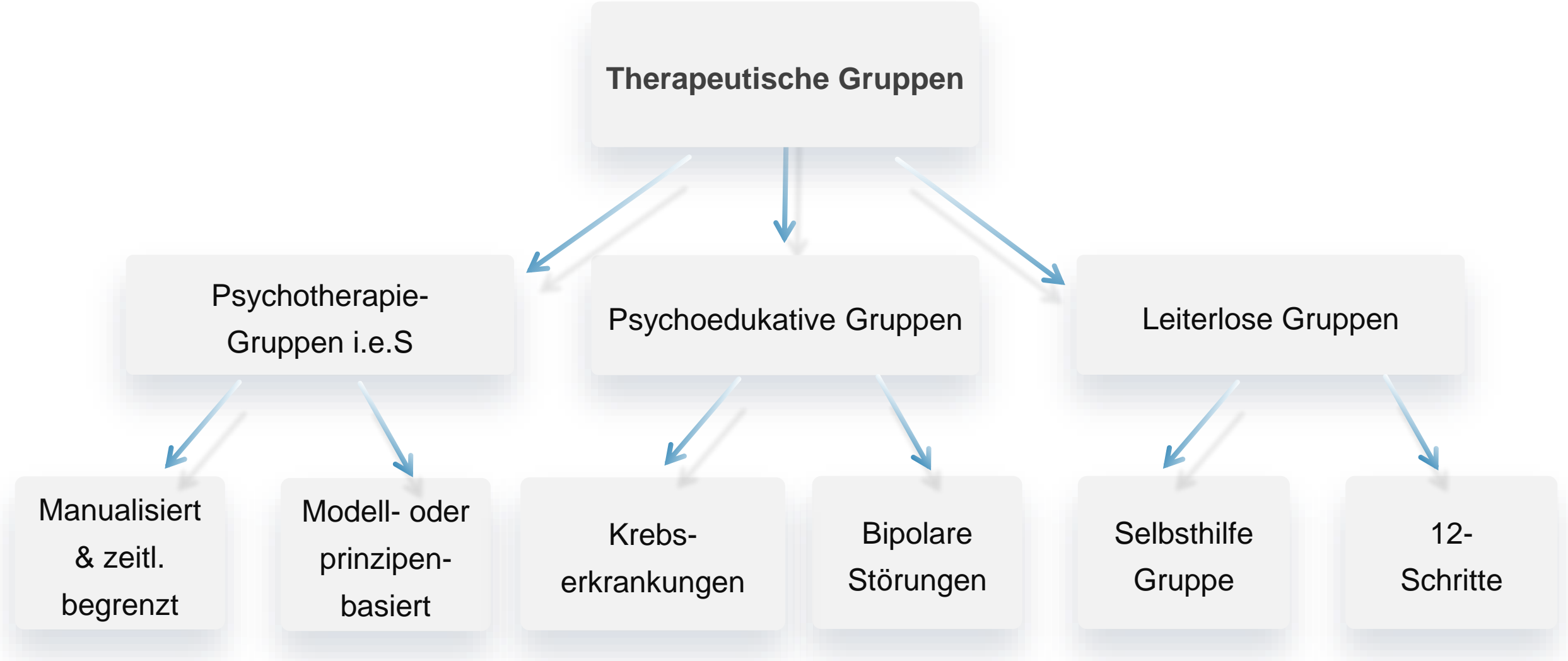
Gruppen- und  
Kombinations-  
behandlung



Sprechstunde,  
Probatorik und  
Akutbehandlung

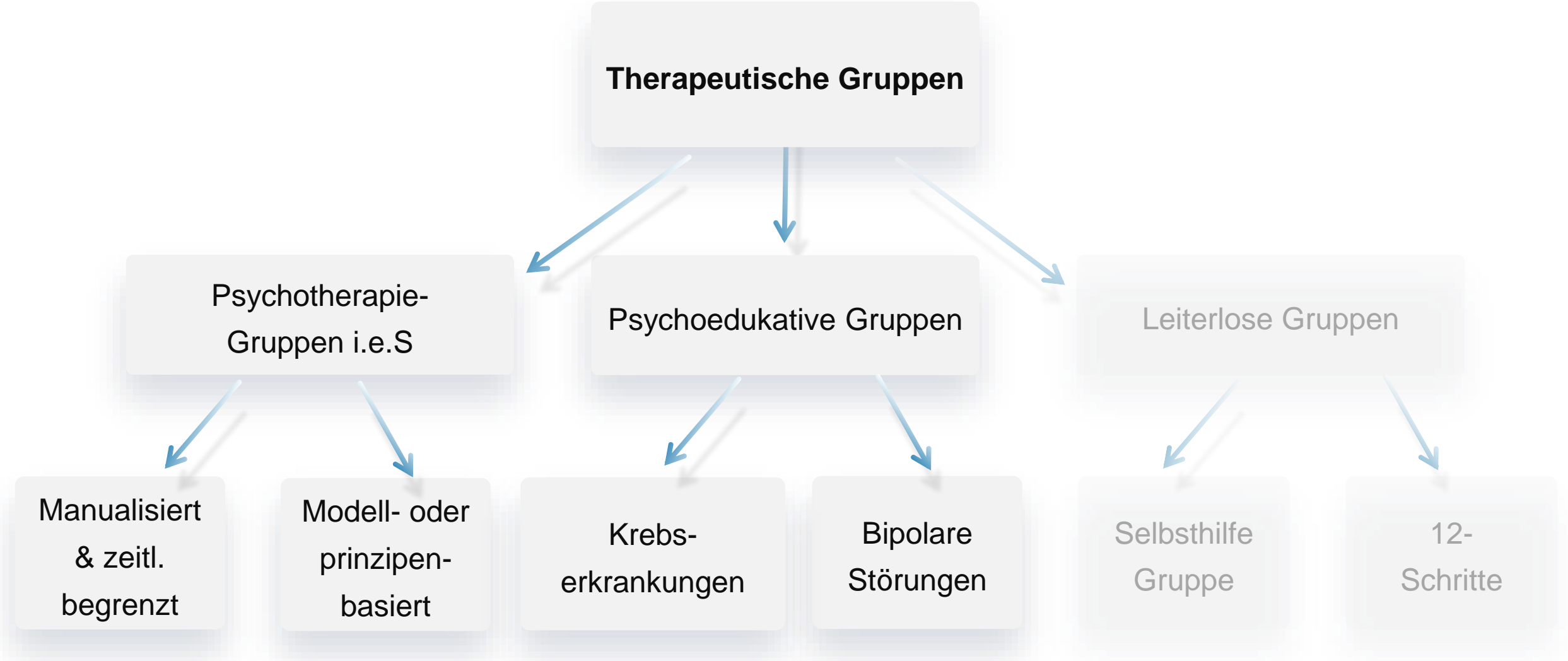
**47%** müssen mehr als  
**6 Monate** auf einen  
Behandlungsplatz  
warten  
(DptV, 2023)

# Verschiedene Formate therapeutischer Gruppen



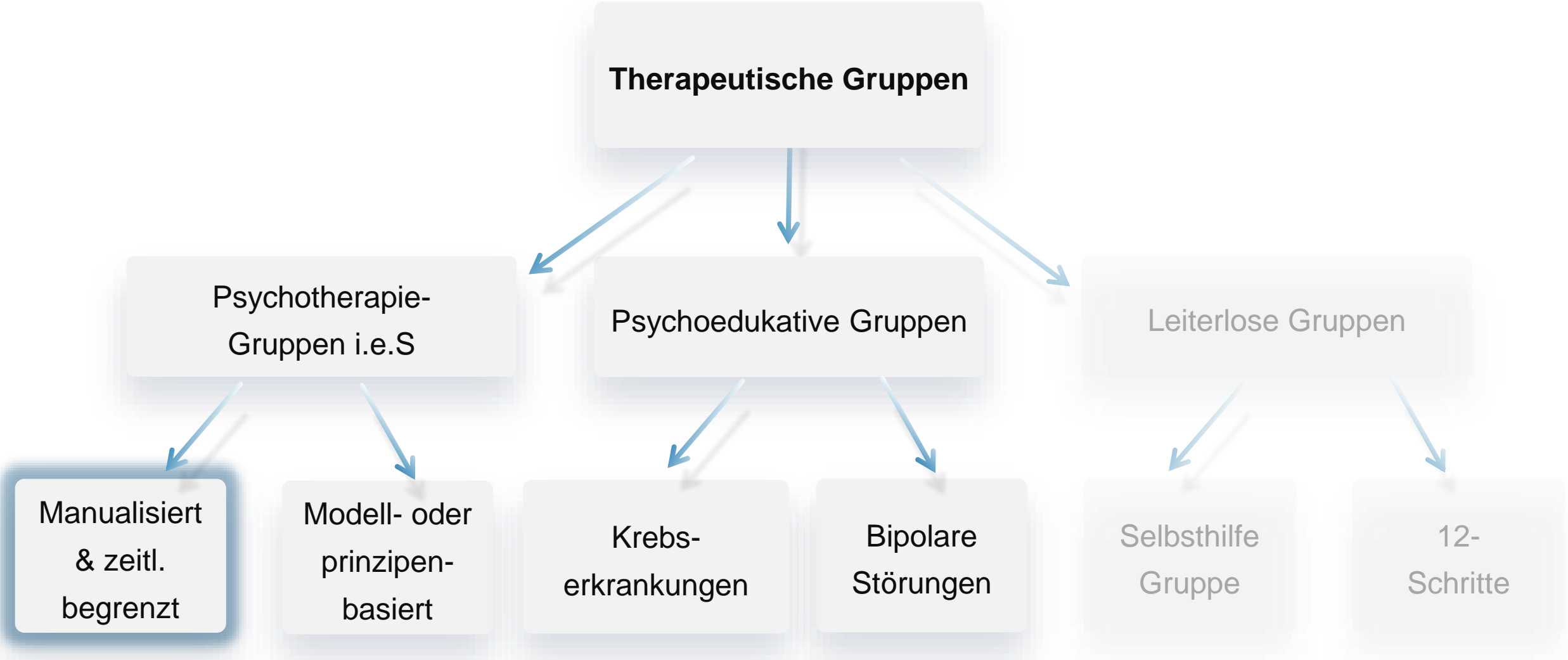
Burlingame und Strauss (2021)

# Verschiedene Formate therapeutischer Gruppen



Burlingame und Strauss (2021)

# Verschiedene Formate therapeutischer Gruppen



Burlingame und Strauss (2021)

# Praxisbeispiel: Durchführung von Gruppentherapien

---

## Gruppenmodalitäten

 12 Sitzungen á 100 Minuten

 Co-Therapeuten System

 6-9 Teilnehmer

## Behandlungsansatz

- Kombinationsbehandlung
- Störungsübergreifend
- Schematherapie



# Praxisbeispiel: Durchführung von Gruppentherapien

---

## Gruppenmodalitäten

 12 Sitzungen á 100 Minuten

 Co-Therapeuten System

 6-9 Teilnehmer

## Behandlungsansatz

- Kombinationsbehandlung
- Störungsübergreifend
- Schematherapie



# Praxisbeispiel: Durchführung von Gruppentherapien

---

## Gruppenmodalitäten

 12 Sitzungen á 100 Minuten

 Co-Therapeuten System

 6-9 Teilnehmer

## Behandlungsansatz

- Kombinationsbehandlung
- Störungsübergreifend
- Schematherapie





# Praxisbeispiel: Durchführung von Gruppentherapien

---

## Gruppenmodalitäten

 12 Sitzungen á 100 Minuten

 Co-Therapeuten System

 6-9 Teilnehmer

## Behandlungsansatz

- Kombinationsbehandlung
- Störungsübergreifend
- Schematherapie



# Grundannahme der Schematherapie

## Schema

tief verwurzelte Glaubssätze  
über sich selbst, andere  
oder die Welt

## Modus

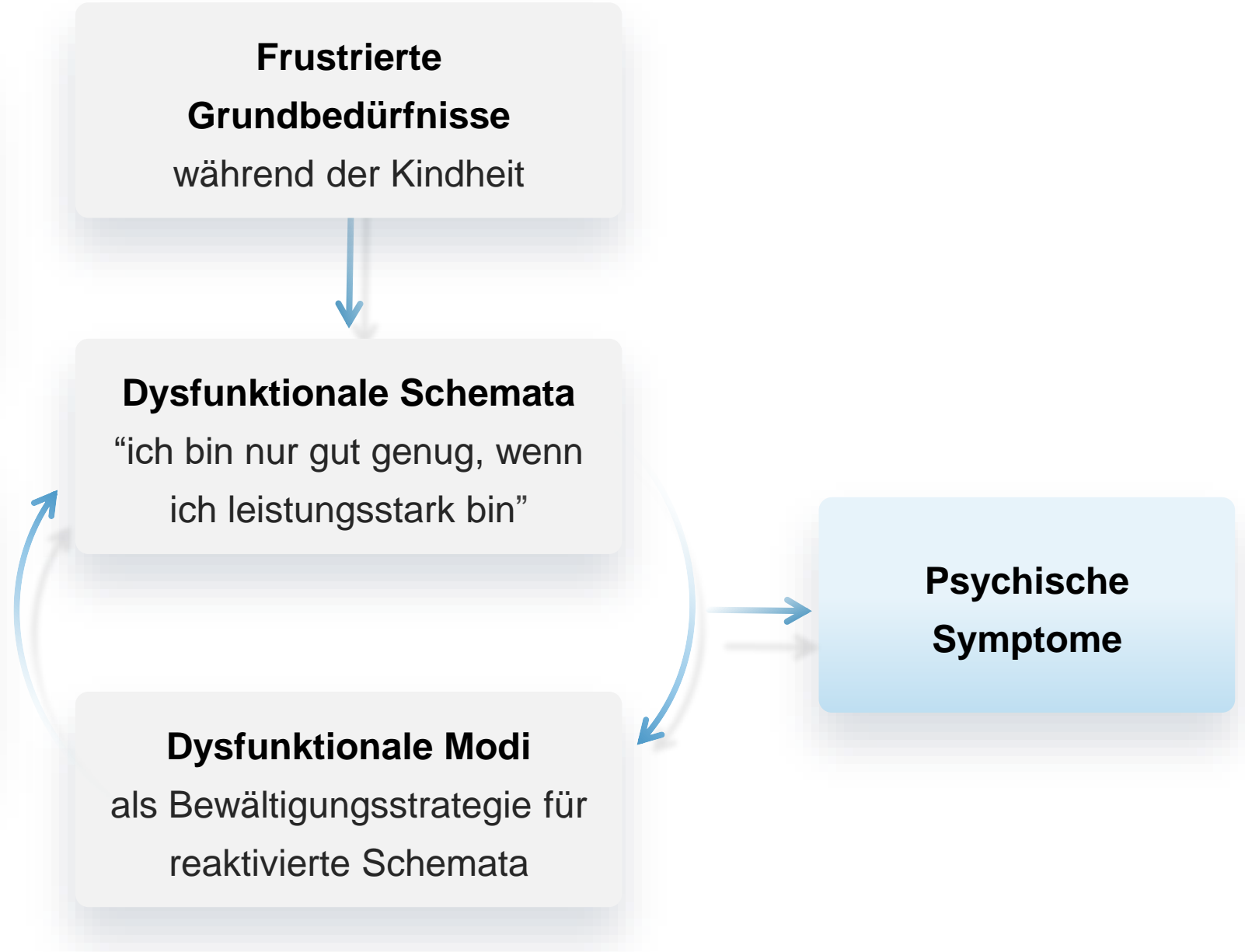
emotional-basierte Zustände  
oder Verhaltensweisen, die  
in spezifischen Situationen  
aktiviert werden

**Frustrierte  
Grundbedürfnisse**  
während der Kindheit

**Dysfunktionale Schemata**  
"ich bin nur gut genug, wenn  
ich leistungsstark bin"

**Dysfunktionale Modi**  
als Bewältigungsstrategie für  
reaktivierte Schemata

**Psychische  
Symptome**

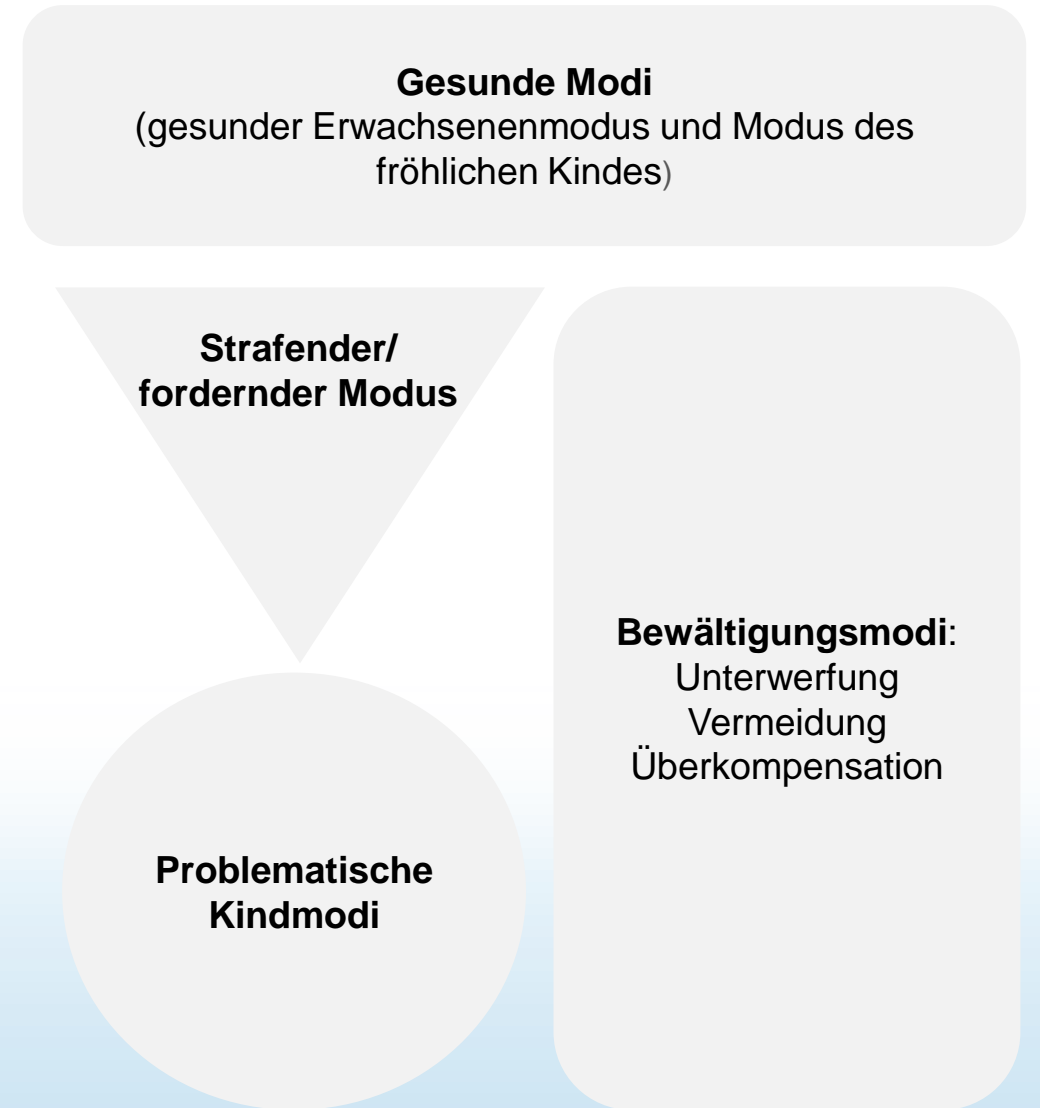


# Modusmodell der Schematherapie

## Ziele

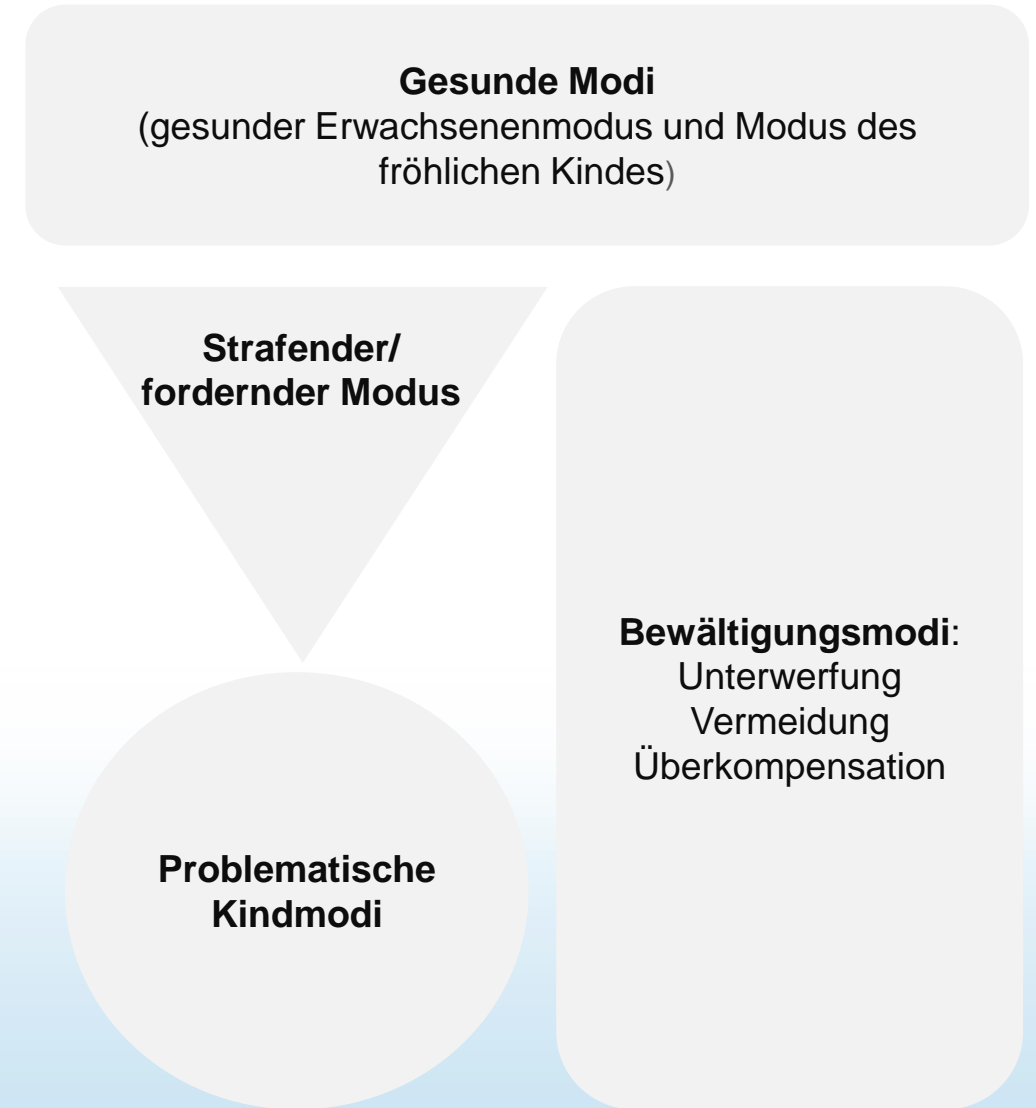
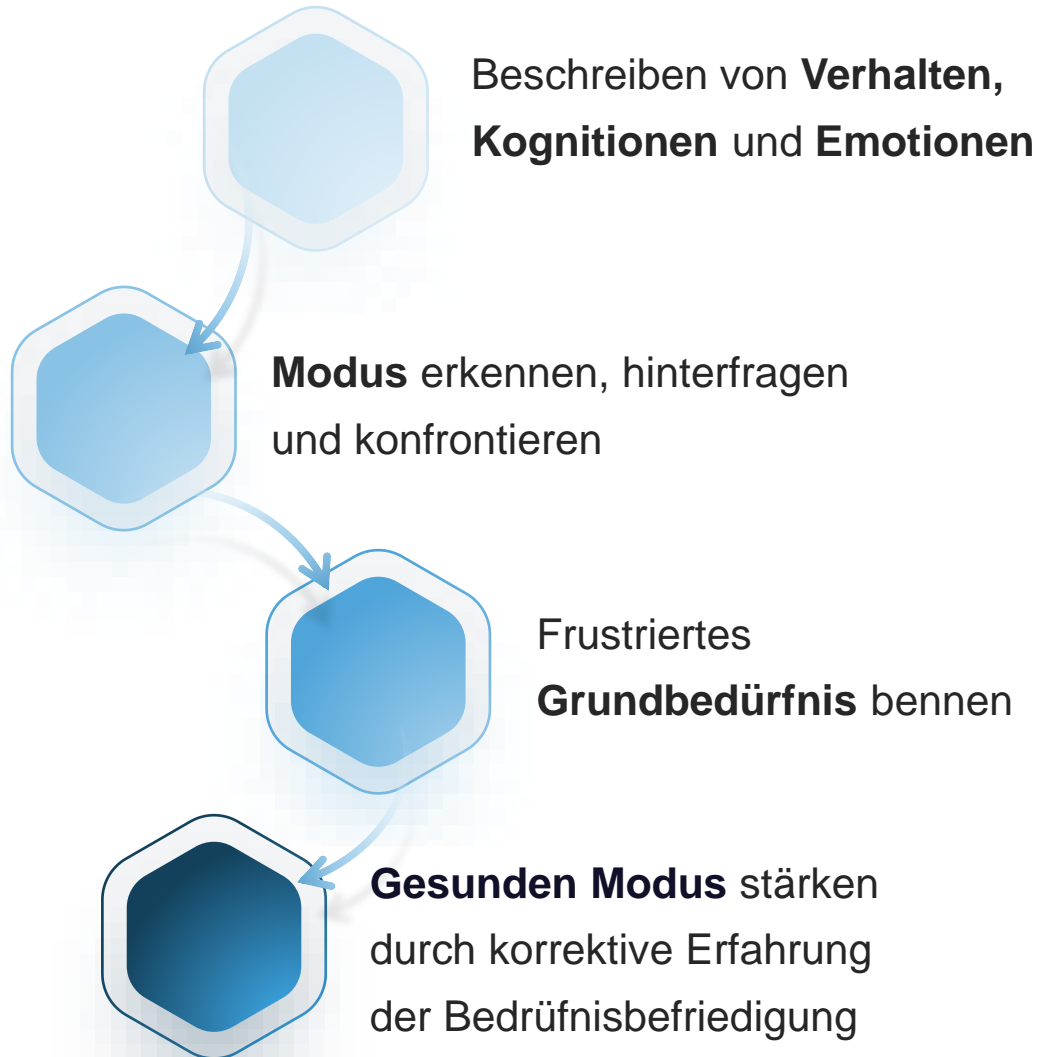
Dysfunktionale Modi  
reduzieren

Gesunde Modi  
stärken



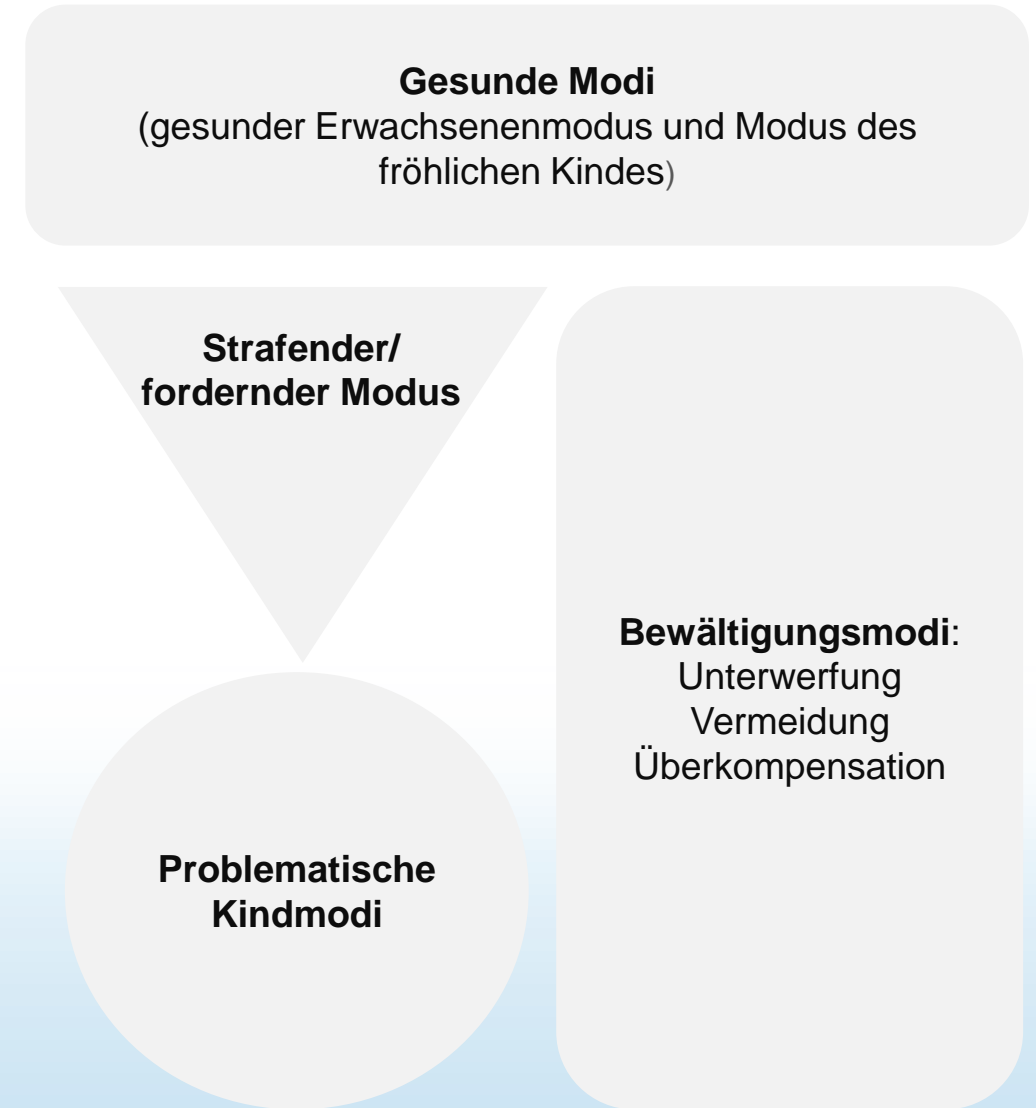
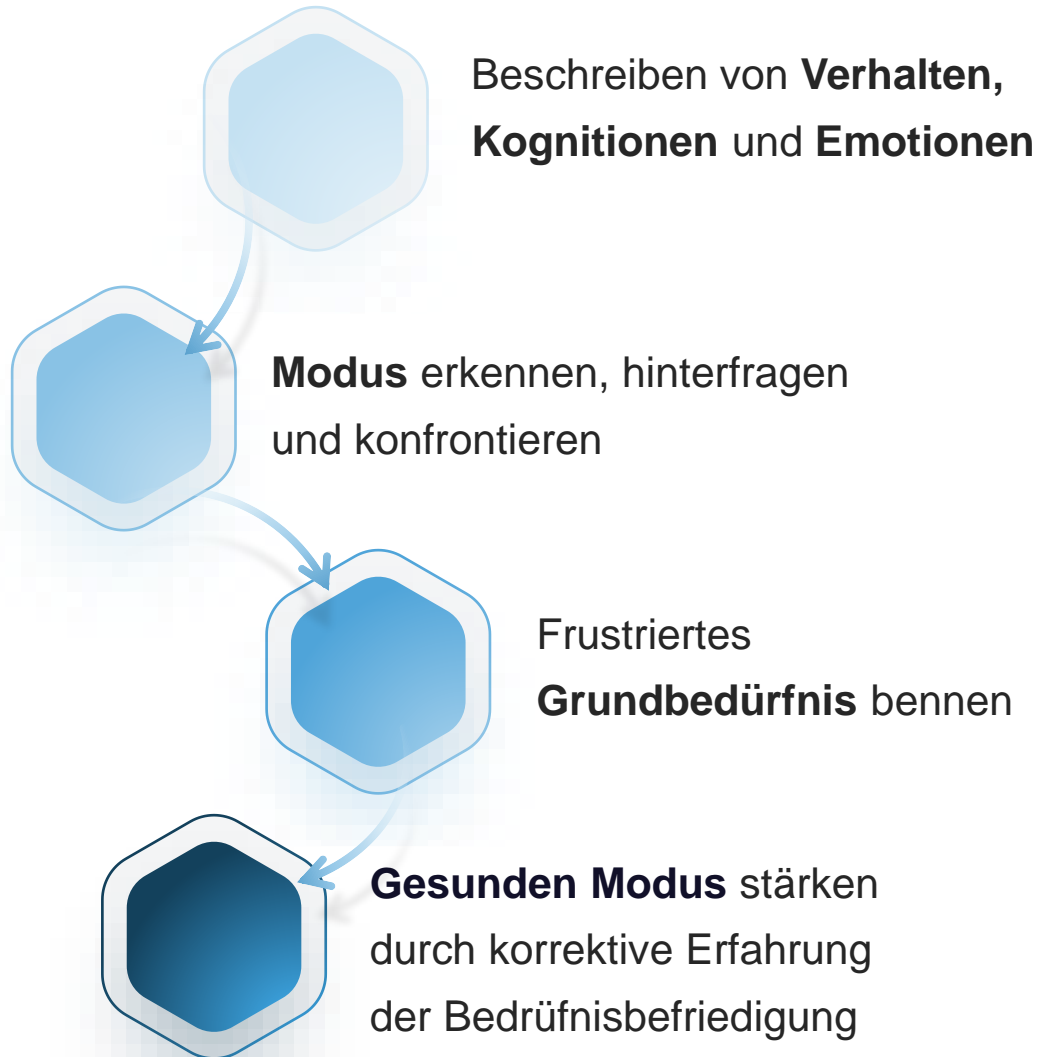
Demmert und Faßbinder (2021)

# Schematherapie in der praktischen Anwendung



Demmert und Faßbinder (2021)

# Schematherapie in der praktischen Anwendung



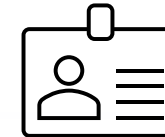
Demmert und Faßbinder (2021)

# Wie bewährt sich die Schematherapie in der ambulanten Praxis?

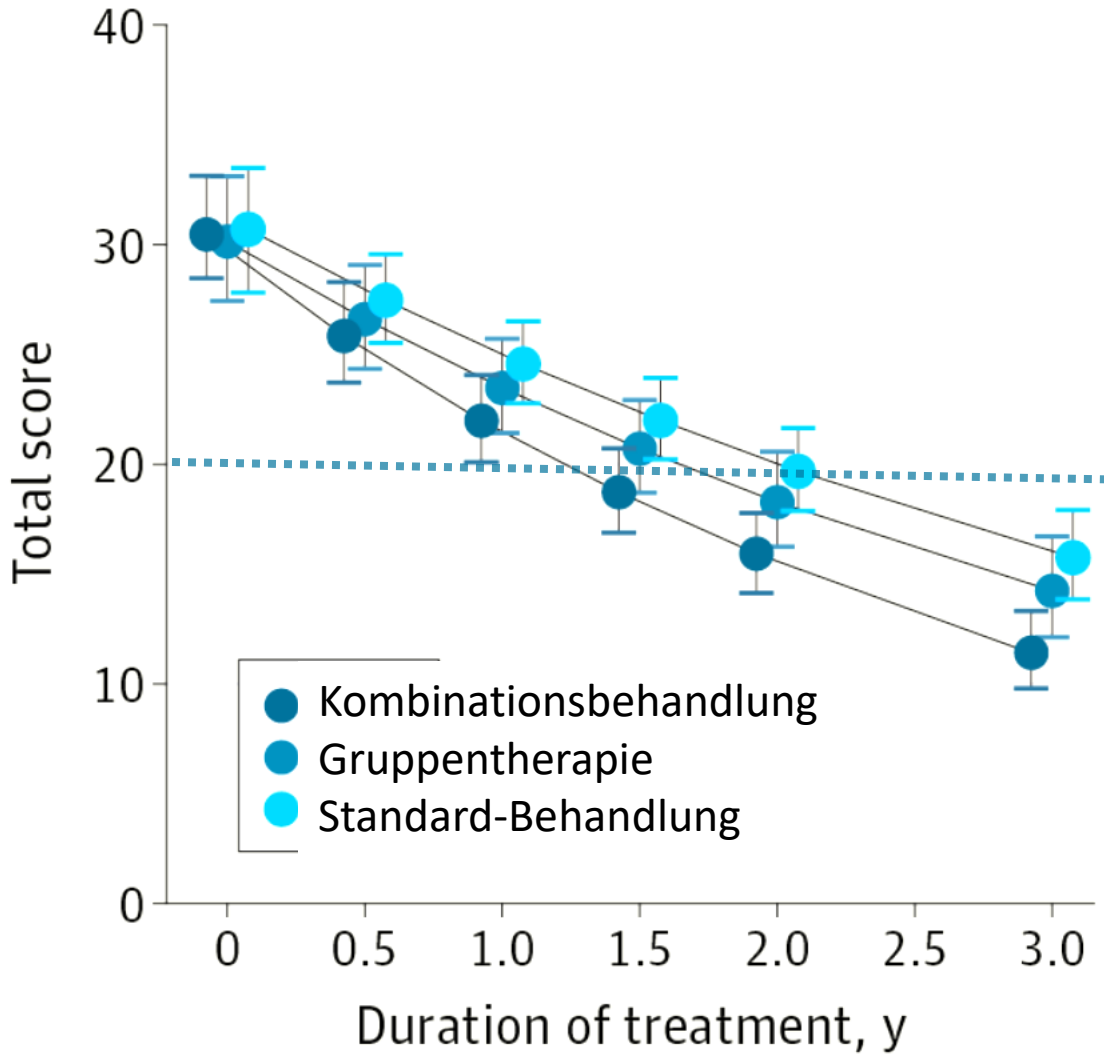
**Schematherapeutische Kombinations-  
behandlungen beschleunigen den  
Therapieprozess**



15 Zentren für psychische  
Gesundheit in 5 Ländern

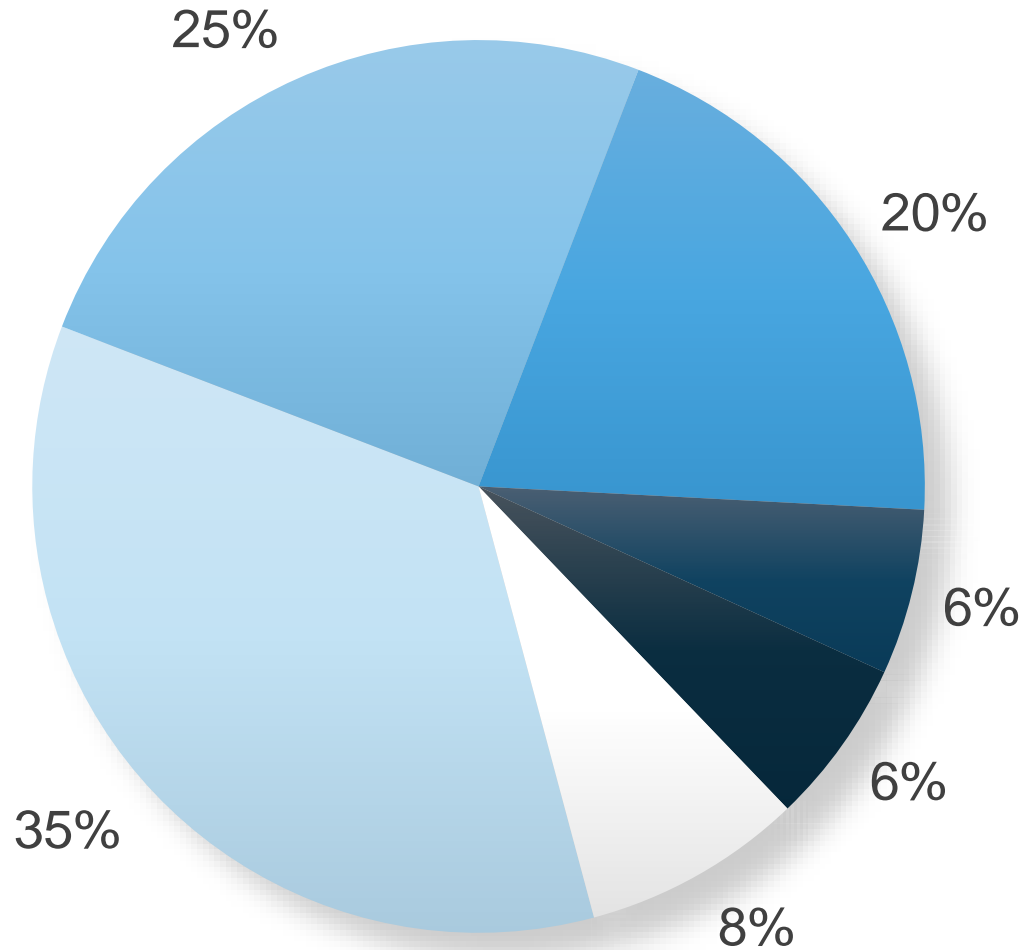


495 Patienten mit  
Borderline Persönlichkeits-  
störung



Arntz et al. (2022), JAMA psychiatry

# Wie bewährt sich die Schematherapie in der ambulanten Praxis?



■ F33 Depressive Episode

■ F32 Rezidivierende depressive Störung

■ F43 Belastungs- und Anpassungsstörungen

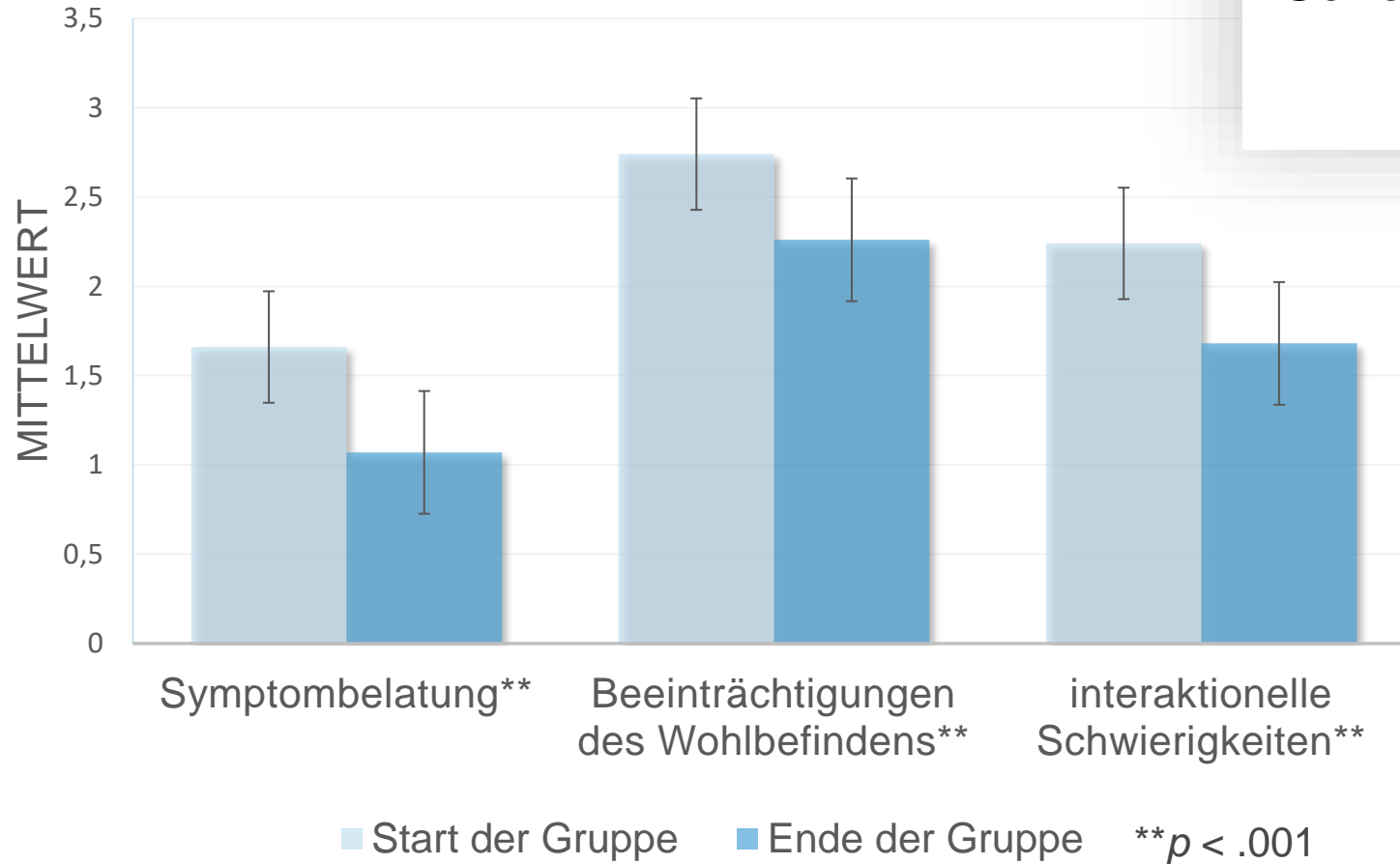
■ F90 Hyperkinetische Störung

■ F50 Essstörung

■ sonstige F-Diagnosen

# Praxis-Evaluation: Schematherapie in Gruppen

**Signifikanter Behandlungseffekt  
nach 12 Sitzungen  
Schematherapie in Gruppen**



## Effektstärken

d = 1.08

Symptombelastung

d = .59

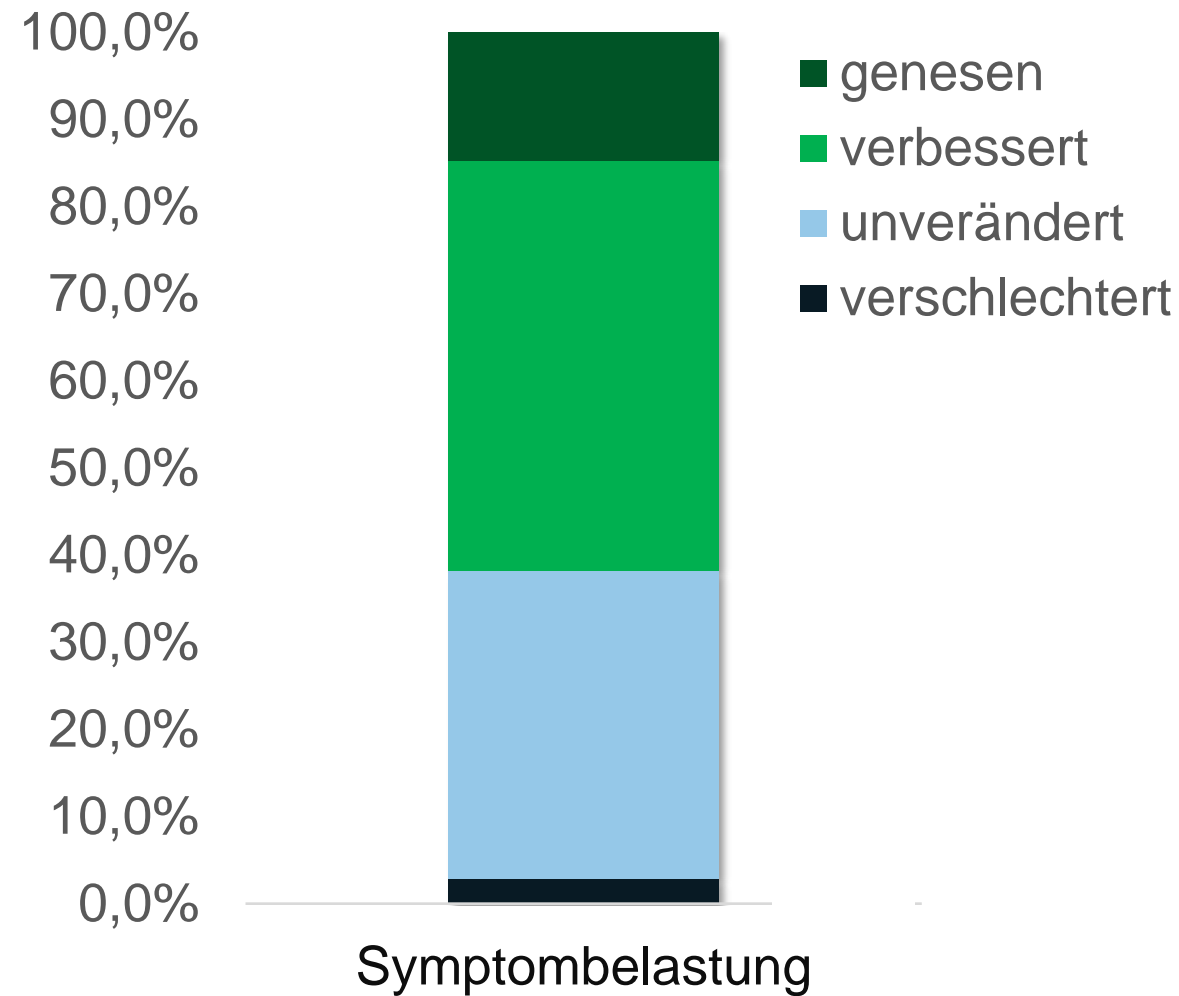
Beeinträchtigungen  
des Wohlbefindens

d = .79

Interaktionelle  
Schwierigkeiten



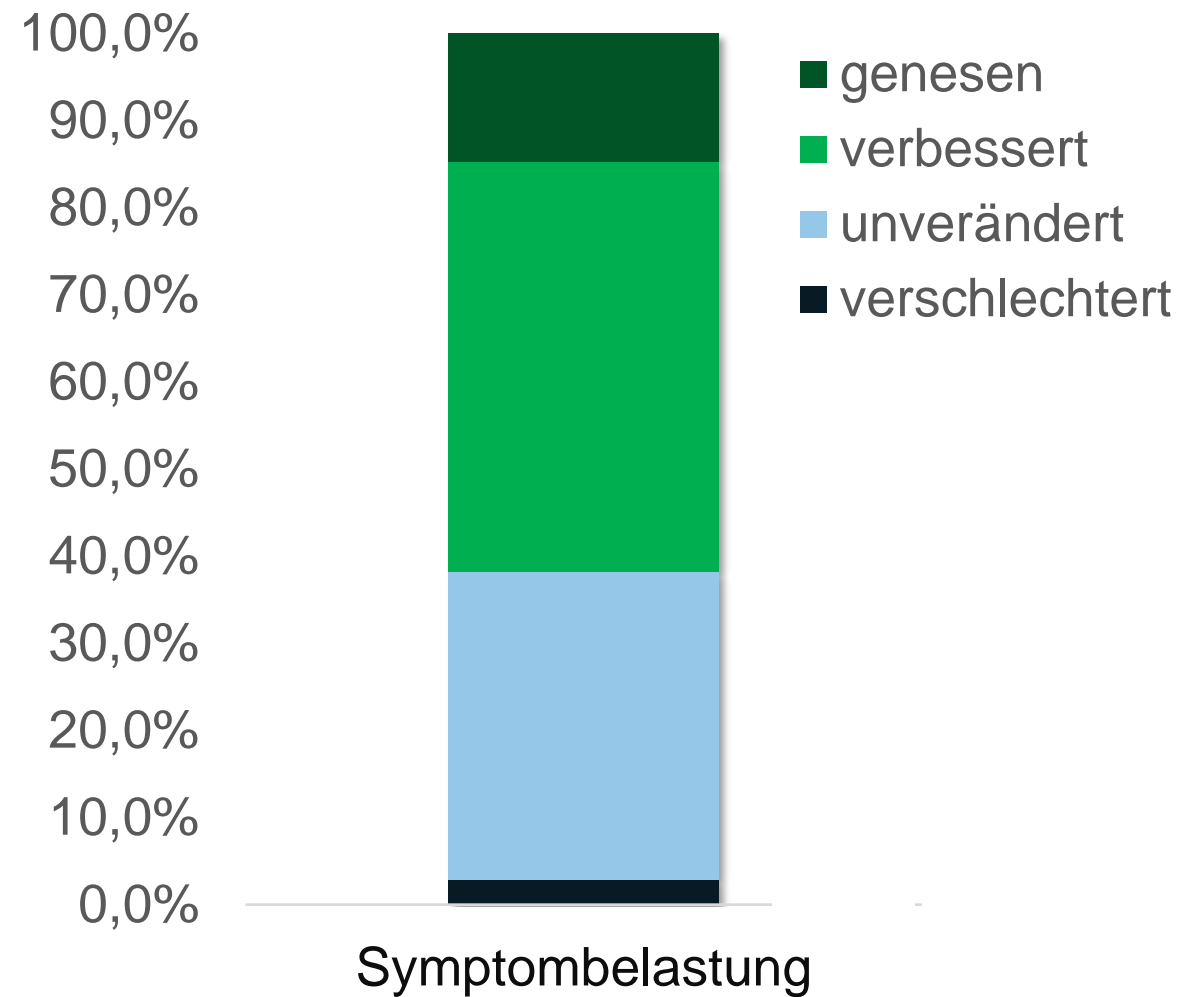
# Praxis-Evaluation: Schematherapie in Gruppen



**Verbesserungen bei 61,8% der  
untersuchten Patienten**

**Genesungsrate von 15% nach  
12 Sitzungen Gruppen-  
Schematherapie**

# Praxis-Evaluation: Schematherapie in Gruppen



**Verbesserungen bei 61,8% der  
untersuchten Patienten**

**Genesungsrate von 15% nach  
12 Sitzungen Gruppen-  
Schematherapie**

# Herausforderungen und Lösungsansätze in der ambulanten Praxis

---

## Patientenakquise

---

Vertrauen in die  
**Wirksamkeit** der  
Gruppenmethode stärken

Empathisch auf **Vorurteile  
und Ängste** eingehen

**Chancen und Grenzen**  
des Formats erklären

## Beantragung

---

Besonderheiten  
beachten

Kontingent ?

## Commitment

---

Zeit für **Gruppenregeln**  
und **Teambonding**  
nehmen

Einzelgespräche nutzen

E-Mail Verteiler einführen

Offene Gruppen

## Gruppendynamiken

---

Manual und Toolbox

Co-Therapeuten System

# Herausforderungen und Lösungsansätze in der ambulanten Praxis

## Patientenakquise

---

Vertrauen in die **Wirksamkeit** der Gruppenmethode stärken

Empathisch auf **Vorurteile und Ängste** eingehen

**Chancen und Grenzen** des Formats erklären

## Beantragung

---

Kontingent beachten

Besonderheiten:

- Probatorik
- Akutbehandlung
- Kombinationsbehandlung durch 2 Therapeuten

## Commitment

---

Zeit für **Gruppenregeln** und **Teambonding** nehmen

Einzelgespräche nutzen

E-Mail Verteiler einführen

Offene Gruppen

## Gruppendynamiken

---

Manual und Toolbox

Co-Therapeuten System

## Patientenakquise

Vertrauen in die  
**Wirksamkeit** der  
Gruppenmethode stärken

Empathisch auf **Vorurteile**  
und **Ängste** eingehen

**Chancen und Grenzen**  
des Formats erklären

## Typische Barrieren für Patienten:

“Eine Gruppe ist **weniger effektiv**, da die Aufmerksamkeit für meine individuellen Probleme verloren geht.”

“**Selbstöffnung** in der Gruppe birgt ein hohes Risiko für Gefühle von Scham und Ablehnung.”

“Meine Beiträge werden die **anderen belasten.**”

## Patientenakquise

Vertrauen in die  
**Wirksamkeit** der  
Gruppenmethode stärken

Empathisch auf **Vorurteile**  
und **Ängste** eingehen

**Chancen und Grenzen**  
des Formats erklären

## Typische Barrieren für Patienten:

“Eine Gruppe ist **weniger effektiv**, da die Aufmerksamkeit für meine individuellen Probleme verloren geht.”

“**Selbstöffnung** in der Gruppe birgt ein hohes Risiko für Gefühle von Scham und Ablehnung.”

“Meine Beiträge werden die **anderen belasten.**”

## Patientenakquise

Vertrauen in die  
**Wirksamkeit** der  
Gruppenmethode stärken

Empathisch auf **Vorurteile**  
und **Ängste** eingehen

**Chancen und Grenzen**  
des Formats erklären

## Typische Barrieren für Patienten:

“Eine Gruppe ist **weniger effektiv**, da die Aufmerksamkeit für meine individuellen Probleme verloren geht.”

“**Selbstöffnung** in der Gruppe birgt ein hohes Risiko für Gefühle von Scham und Ablehnung.”

“Meine Beiträge werden die **anderen belasten.**”

# Herausforderungen und Lösungsansätze in der ambulanten Praxis

## Patientenakquise

---

Vertrauen in die **Wirksamkeit** der Gruppenmethode stärken

Empathisch auf **Vorurteile und Ängste** eingehen

**Chancen und Grenzen** des Formats erklären

## Beantragung

---

Kontingent beachten

Besonderheiten:

- Probatorik
- Akutbehandlung
- Kombinationsbehandlung durch 2 Therapeuten

## Commitment

---

Zeit für **Gruppenregeln** und **Teambonding** nehmen

Einzelgespräche nutzen

E-Mail Verteiler einführen

## Gruppendynamiken

---

Co-Therapeuten System

Manual und Toolbox



## Beantragung

Kontingent beachten

Besonderheiten:

- Probatorik
- Akutbehandlung
- Kombinationsbehandlung durch 2 Therapeuten

## Besondere Fälle:

**Probatorische Sitzungen** können in der Gruppe erfolgen

Kombination aus **Akut- und Gruppebehandlung** ist nicht möglich

Keine Kombinationsbehandlung über **Richtlinienverfahren** hinweg

Kombinationsbehandlung durch **zwei Therapeuten** ist möglich unter Aufteilung des Kontingents

Abrechnung als **Videosprechstunde** ist möglich

## Beantragung

Kontingent beachten

Besonderheiten:

- Probatorik
- Akutbehandlung
- Kombinations-Behandlung durch 2 Therapeuten

## Besondere Fälle:

**Probatorische Sitzungen** können in der Gruppe erfolgen

Kombination aus **Akut- und Gruppebehandlung** ist nicht möglich

Keine Kombinationsbehandlung über **Richtlinienverfahren** hinweg

Kombinationsbehandlung durch **zwei Therapeuten** ist möglich unter Aufteilung des Kontingents

Abrechnung als **Videosprechstunde** ist möglich

# Herausforderungen und Lösungsansätze in der ambulanten Praxis

## Patientenakquise

---

Vertrauen in die **Wirksamkeit** der Gruppenmethode stärken

Empathisch auf **Vorurteile und Ängste** eingehen

**Chancen und Grenzen** des Formats erklären

## Beantragung

---

Besonderheiten beachten

Kontingent ?

## Commitment

---

Zeit für **Gruppenregeln** und **Teambonding** nehmen

Einzelgespräche nutzen

E-Mail Verteiler einführen

Offene Gruppen

## Gruppendynamiken

---

Co-Therapeuten System

Manual und Toolbox

# Herausforderungen und Lösungsansätze in der ambulanten Praxis

## Patientenakquise

---

Vertrauen in die **Wirksamkeit** der Gruppenmethode stärken

Empathisch auf **Vorurteile und Ängste** eingehen

**Chancen und Grenzen** des Formats erklären

## Beantragung

---

Kontingent beachten

Besonderheiten:

- Probatorik
- Akutbehandlung
- Kombinations-Behandlung durch 2 Therapeuten

## Commitment

---

Zeit für **Gruppenregeln** und **Teambonding** nehmen

Einzelgespräche nutzen

E-Mail Verteiler einführen

Offene Gruppen

## Gruppendynamiken

---

Co-Therapeuten System

Manual und Toolbox

# Herausforderungen und Lösungsansätze in der ambulanten Praxis



## Commitment

Zeit für **Gruppenregeln**  
und **Teambonding**  
aufnehmen

Einzelgespräche nutzen

E-Mail Verteiler einführen

Offene Gruppen

## Gruppendynamiken

Manual und Toolbox

Co-Therapeuten System

# Fazit

Das Gruppenformat wirkt durch eigene therapeutische Faktoren

Gruppenformate haben das Potenzial die Zuversicht beim Patienten zu verstärken

Hoher Bedarf für den Einsatz von Gruppentherapien

Schematherapie in Gruppen ist in der ambulanten Routineversorgung anwendbar

**Danke**  
Für Ihre Aufmerksamkeit.

