
F. H. Holl

Keine Angst
vor
Gruppentherapie

Erlebnisprotokolle einer Therapiegruppe

Dieses Buch wendet sich nicht an Psychotherapeuten: vielmehr an die Verängstigten v o r einem psychotherapeutischen Gruppenprozeß. Diesen Patienten, die meist mit Vormeinungen und Vorurteilen belastet sind, soll die Angst vor einer Gruppentherapie genommen werden.

Darum liegt die Betonung dieses Buches nicht auf einer wissenschaftlichen Bereicherung für den Fachmann. Einschlägige, umfassende Arbeiten, wie ARGELANDER, SIEGEL, KEMPER, YALOM, HEIGL, RICHTER, RICE und das Handbuch von SAGER und KAPLAN u. a. ermöglichen einen Einblick in die komplizierten Vorgänge der Psychotherapie. Folgeerscheinungen von Familiengruppenzerfall werden von F. H. HOLL beschrieben. Hier soll nicht der Therapeut zu Wort kommen, vielmehr die Mitglieder einer durchgeführten Gruppentherapie, die durch ihre Erlebnisprotokolle den Verlauf einfach und schlicht beschrieben. Indem der langsame Abbau von Angst und Mißtrauen aufgezeichnet wurde, soll dem Leser Mut gemacht werden. Der sich stetig ausbreitende Integrationsprozeß in der Gruppe durch die Instrumentalisierung des einzelnen Gruppenmitgliedes stellt sich erlebnisnahe dar.

Es zeigt sich, daß die therapeutische Gruppe ein Abbild der Gruppen ist, in denen sich der Patient auch "draußen" befindet: Familie, Schule, Arbeitsplatz, Universität, usw., mit all den Schwierigkeiten von Verstehen, Aufeinander-zugehen-können, Mißgunst, Schweigen und Zank. Der Patient erlebt eigentlich keine neue Situation, es wird ihm nur alles überdeutlich.

Wenn durch das Buch schon erreicht wird, daß die Furcht vor einem Gruppenbeginn und während der ersten Sitzungen verringert wird, so daß weniger Patienten überängstigt die Flinte schon bald ins Korn werfen, so ist schon viel Schaden abgewendet sowohl für denjenigen, der sonst die Gruppe vorzeitig verlassen hätte als auch für die übriggebliebene Restgruppe.

Der Beginn einer Gruppe beschäftigt stark die Patienten. Sie fragen sich: Was geschieht, was sagt man oder was passiert,