



Foto: mauritius images

## GRUPPENANALYSE UND GRUPPENTHERAPIE

# Grenz-Erkundungen

Bei der Tagung der Internationalen Gruppenanalytischen Vereinigung erlaubte die kollegiale Diskussion gruppentherapeutischen Arbeitens einen umfassenden Blick weit über den eigenen nationalen Tellerrand hinweg.

**A**m Anfang füllt sich der Raum mit pastösen Geigentönen. Celli und Bratschen stimmen ein und stellen eine Art sphärischen Klangteppich her. Lauschen. Vorsichtig tastet die Musik, verbindet Musiker und Zuhörer. Plötzlich aber wird das zarte Klanggewebe zerrissen von verstörend scharfen und schrägen Trompetentönen. Die Musik wirkt aufgebrochen in Widerstreit, in sich gegenseitig zersetzende Klangfragmente. Und doch: Was zunächst verstört, transformiert sich allmählich. Denn je öfter sich die Abfolge aus vorsichtigen Streicher-Harmonien und plötzlich einbrechenden Bläser-Dissonanzen wiederholt, desto mehr wandelt sich das Dissonante zu einem Dialog der Instrumente, der im Scheitern zur Musik wird.

Das Werk „The Unanswered Question“ des Komponisten Charles Ives begeisterte nicht zufällig beim Konzert der deutsch-skandinavischen Orchesterwoche zum Ab-

schluss des fünftägigen Symposiums der Internationalen Gruppenanalytischen Vereinigung. In Zusammenarbeit mit dem Berliner Institut für Gruppenanalyse und der Deutschen Gesellschaft für Gruppenanalyse und Gruppenpsychotherapie wurden Kollegen aus aller Welt Mitte August nach Berlin eingeladen.

### Musikalisches Leitmotiv

Das Tagungsthema „Crossing Borders“ beschäftigte auch die jungen Musiker. Sie ließen die Kongress-Teilnehmer allmorgendlich am Fortschritt der musikalischen Proben teilnehmen und profitierten selbst von gruppendynamischer Arbeit als Orchestergruppe. Neben der Erstaufführung des eigens für die Tagung komponierten Werks „Crossing Borders“ des Dirigenten und Komponisten Andreas Peer Kähler bildete Ives' Komposition ein musikalisches Leitmotiv der Tagung. Im Englischen wird der Therapiegruppenleiter auch Dirigent (Conductor)

genannt und im günstigen Fall gelingt einer gruppenanalytischen Therapiegruppe genau dies: aus der Vielzahl der Stimmen die Bandbreite der Töne hervorzulocken und gegeneinanderzustellen, Verbindungen entstehen und wieder aufbrechen zu lassen, das Gemeinsame und das Trennende gleichermaßen zu halten wie auszuhalten, sodass Individuation in Verbindung erfahrbar wird. Und immer geht es in diesem Zusammenspiel um Grenzen: um das Ausloten der subjektiven Grenzen ebenso wie um die Grenzen der Gruppe selbst.

Wie können wir lernen, mit diesen Grenzen zu arbeiten und umzugehen? Sind sie nötiger Schutz oder störende Begrenzung? Die Tagung ermöglichte, diesen Fragen auf sehr unterschiedlichen Ebenen nachzugehen. Ein wesentlicher theoretischer Fokus lag auf einem brennenden politischen Problem unserer Zeit: die weltweit eklatante Zunahme an Geflüchteten und Vertriebe-

nen. Damit verbundene seelische Grenz-Phänomene fordern uns heraus: Abgrenzungsbedürfnisse, Fragen nach Inklusion und Exklusion, Fragen nach Integration und Spaltung treten ins Zentrum politischer Debatten. Die Konstanz Professorin und Kulturwissenschaftlerin Aleida Assmann stellte anlässlich ihres Vortrags zum Thema „Migration und Erinnern“ ermutigend fest, dass gerade Gruppentherapeuten Experten für die gesellschaftlichen Probleme sein dürften: Denn tatsächlich lassen sich Gesellschaften als sehr große Großgruppen verstehen. Sie verwies auf die Doppelfunktion des Erinnerns, das zeitliche Grenzen oder Begrenzungen

sche Psychoanalytiker Vamik Volkan daran, dass Fremdenangst lebensgeschichtlich schon sehr früh entwickelt wird. Hier markiert sich die Grenze von Vertrautem und ängstlich Unvertrautem. Bald bildet sich im Kind auch die ethnische Großgruppenidentität, die für das Markieren der Zugehörigkeit zwischen Wir und Ihr unterscheidet. Damit verbundene Vorurteile ebenso wie die Betonung nationaler Werte seien normal und ungefährlich, solange sie nicht negativ übertrieben und politisch instrumentalisiert würden. Die Globalisierung weiche aber Gefühle der Zugehörigkeit auf und verstärke die Frage nach dem „Wer sind wir?“. Dies erkläre einerseits

Heims repräsentiert werden) ebenso wie vom dann notwendigen Überschreiten von Landesgrenzen. Elisabeth Rohr, Gruppenanalytikerin und Professorin für Interkulturelle Erziehung in Marburg, machte in ihrem Vortrag deutlich, dass Geflüchtete damit ein ganzes Kaleidoskop an Gefühlen auslösen, die massive Abwehr hervorrufen: ungeschützt und bedroht, erniedrigt und beschämt, instabil und verlustig des Vertrauten und Bekannten. Steht Fremdenhass also für den Wunsch, sich selbst in maximale Distanz zu diesen Gefühlen zu bringen? Oder ist es manchmal einfach nur die Erschöpfung des Mitgefühls durch eine zu umfassende und überwältigende Zeugenschaft von Leid, welche Empathie verhindert, wie die Londoner Gruppenanalytikerin MJ Maher zu bedenken gab? Abermals könnte dann das Gefühl einer sicheren Zugehörigkeit und der sicheren Präsenz anderer die Gefühlsbedrohungen lindern. Elisabeth Rohr verwies darauf, dass Psychotherapeuten für die Herausforderungen der globalisierten Welt dringlich Fähigkeiten entwickeln oder verfeinern müssen, wie etwa Toleranz, Kultursensibilität und das Wissen über Vorurteile, transkulturelle Phänomene und Machtbeziehungen. Alltagspraktisch könne es auch einfach bedeuten, mindestens eine Fremdsprache zu erlernen. Vor allem aber brauchen wir gute professionelle Netzwerke, in denen unsere Fragen und blinden Flecke aufgehoben sind und gespiegelt werden können, so Rohr.

### **Gerade Gruppentherapeuten dürften Experten für gesellschaftlichen Probleme sein: Denn tatsächlich lassen sich Gesellschaften als sehr große Großgruppen verstehen.**

aufhebt und transzendiert. Einerseits indem die innere Beziehung zu den Toten qua Erinnern aufrechterhalten wird, andererseits indem vergangenes traumatisches Erleben auf die Vergangenheit fixiert hält, die Vergangenheit nicht vergangen sein lässt. Beide Aspekte kennzeichnen wesentlich das Erleben der Flucht.

#### **Fremdenangst früh entwickelt**

Auch der Gründervater der Gruppenanalyse, S. H. Foulkes, wurde als nationalsozialistisch Verfolgter von seinen Fluchterfahrungen im Zweiten Weltkrieg geprägt. Der deutsche Psychiater und Psychoanalytiker Sigmund Heinrich Fuchs musste 1933 aufgrund seiner jüdischen Herkunft nach Großbritannien emigrieren und änderte mit Annahme der britischen Staatsbürgerschaft auch seinen Namen. Vielleicht ist es kein Zufall, dass er im Folgenden die heilende Kraft der Arbeit mit dem Unbewussten in einer Gruppe ausarbeiten konnte? Die Gruppenanalyse fokussiert auf die Tiefenschichten der Gruppenbeziehungen, wie sie sich etwa auch in der Beziehung zwischen Geflüchteten und aufnehmender Gesellschaft zeigen. So erinnerte der in der internationalen Diplomatie engagierte US-amerikani-

die Zunahme nationalistischer Politik, wie auch Trump sie verfolgt. In dessen Forderung nach einer Mauer zu Mexiko spiegelte sich ein verschärftes Bedürfnis nach seelischer Abgrenzung, das sich im Räumlichen manifestiert. Umgekehrt hätten aber auch Religionen eine starke Sogwirkung über das Angebot einer alternativen Großgruppenidentität, welche die bestehende auflösen, transzendieren oder ersetzen könne. Und auch hier lasse sich das Bedürfnis nach Abgrenzung auf räumlicher Ebene aufzeigen: Die islamistische Vereinigung ISIS etwa ringt weiterhin um das Etablieren eines auch territorialen Kalifats.

Aber welche Alternativen bestehen zur immer rigideren Fixierung auf innere und äußere Grenzen in einer Welt, in der sich die bestehenden Grenzen gleichsam verflüssigen und Zugehörigkeiten diffuser und virtueller werden? In der Analogie des Orchesters gesprochen: Was ist, wenn die Instrumente durcheinandersitzen, getauscht werden, sich fremde Töne in die gewohnten mengen?

Geflüchtete stehen für Grenzlosigkeit: durch den erlebten Verlust sicherer Grenzen (wie sie etwa durch den Verlust des eigenen

#### **Zahlreiche Anwendungsfelder**

Die Tagung der Internationalen Gruppenanalytischen Vereinigung bot mit 640 Teilnehmern aus 42 Ländern eine optimale Plattform für das Herstellen solcher Netzwerke. Die weit über 200 Beiträge, Workshops und Vorträge diskutierten in enormer thematischer Fülle die zahlreichen Anwendungsfelder gruppenanalytischen Denkens und Handelns. Die kollegiale Diskussion gruppentherapeutischen Arbeitens erlaubte einen umfassenden und fruchtbaren Blick weit über den eigenen nationalen Tellerrand hinweg. So widmete sich etwa ein mehrtägiges Panel der grup-

penanalytischen Arbeit mit Geflüchteten. Erfahrungen der Kollegen aus England, Schweden oder Griechenland bereicherten im Austausch mit deutschen Konzepten und machten die umfassenden und teilweise widersprüchlichen Probleme deutlich, mit denen Geflüchtete ebenso wie deren Helfer kämpfen. Auch hier ist die Erfahrung der Zugehörigkeit zu einer Gruppe als seelische Beheimatung absolut zentral.

### Kulturtransfer der Konzepte

Andere fachliche Schwerpunkte wurden durch mehrtägige Panels zur Diskussion des sozialen Unbewussten oder zur Diskussion der Arbeit mit Kindern beziehungsweise mit Gewaltopfern gesetzt. Faszinierend schilderten verschiedene Beiträge den Kulturtransfer gruppenanalytischer Konzepte: Gruppenanalyse befruchtet die gruppentherapeutische Arbeit in China, sie wird im Sudan mit Traumaopfern angewendet und hilft in Südafrika, die seelischen Folgen der Apartheid zu bearbeiten. Die Gruppenanalyse ist zweifelsfrei deswegen ein so elegant transferierbares Angebot, da die heilsame Wirkung von Gruppen kulturübergreifend überzeugt. Wie auch in der Musik braucht es keine Sprache, um sie zu spüren und unmittelbar zu verstehen. Und doch stoßen manche Konzepte der Gruppenanalyse im Kulturtransfer natürlich an ihre Grenzen. Kolleginnen, die in Ruanda gruppenanalytisch ausbilden, berichteten etwa, wie fremd die Idee der freien Assoziation dort zunächst anmutet. Da zudem in der ruandischen Kultur Diskretion und Höflichkeit großgeschrieben werden, ist der ungefilterte Ausdruck von Gefühlen ein durchaus prekäres therapeutisches Angebot. Aber die praktische Arbeit vor Ort macht die Bereicherung transparent, wenn Grenzen so stabil sind, dass sie tragen, und durchlässig genug, um Neues zu integrieren. Die Grenzen der Gruppenanalyse liegen in der Arbeit mit dem Unbewussten, sie erlauben zugleich die Erweiterung um nonverbale und auch körperfokussierende Zugänge. So integrieren die Kolleginnen in Ruanda auch Tanz und Gesang in ihr Ange-

bot und konnten sich so flexibel dem kulturellen Kontext anpassen.

Ist also die Gruppenanalyse wie ein Orchester, das mühelos mehr und mehr Instrumente und fremde Klänge und Weisen zu integrieren vermag? Eine besondere Kostbarkeit gruppenanalytischer Tagungen besteht im Zusammenspiel fachlichen Austauschs und unmittelbarer Selbsterfahrung in Klein- und Großgruppenarbeit. Hier zeigt sich die Mühsal der Dialektik von Identität und Zugehörigkeit bisweilen mit besonderer Schärfe. Auch hier gilt das Prinzip der freien Assoziation – bei der Vielzahl an Teilnehmern einer Großgruppe eine enorme Herausforderung. Auffallend war, wie intensiv um Verständigung per se gerungen wurde: Können sich die mehrere Hundert Teilnehmer aus zig Nationen im Plenum akustisch, geschweige denn inhaltlich verstehen? Kann sich meine eigene Stimme artikulieren, aufgenommen, verworfen werden? Kann ein Orchester zusammenspielen, wenn sich die Instrumentenstimmen nicht hören können? Oder wird das Wort überbewertet? Immer wieder oszillierte der Gruppenprozess zwischen einem beseligenden Gefühl der Gemeinschaft und der frustrierenden Erfahrung von Differenz, Konflikt, Wut und Nichtverständigung bis hin zum drohenden Zerfall des Gruppengefühls. Spürbar wurde so das basale Bedürfnis danach, die Gruppe als einenden Ort gegenüber Chaos und Vereinzelung zu verteidigen, eine gemeinsame und verbindliche Gruppen-Kultur herzustellen und aufrechtzuerhalten. Zugehörigkeit verheißt dann nicht nur Schutz, sondern auch die Verteidigung des Prinzips Hoffnung. Das dürfte auch für Nationen gelten.

„Crossing Borders“: Die jungen Musiker konnten die Paradoxien der Ein- und Ausgrenzungsphänomene meisterhaft zum Ausdruck bringen. Zusammenspielen bedeutet Mühsal, erfordert Üben, bringt an persönliche Grenzen. Aber vielleicht kann die Liebesfähigkeit nirgendwo so pulsierende Momente des Leuchtens erzeugen wie im Versuch des Zusammenspiels auch in dissonanten Differenzen. ■

Vera Kattermann

## REFERIERT

### ADHS BEI ERWACHSENEN

#### Mittlere Effektstärken bei KVT

ADHS bei Erwachsenen wird mit verschiedenen Verfahren behandelt, beispielsweise medikamentös und psychotherapeutisch. Hinsichtlich der psychotherapeutischen Verfahren kommt unter anderem die kognitive Verhaltenstherapie (KVT) zum Einsatz. Amerikanische Psychologen haben anhand einer Metaanalyse überprüft, wie effektiv die KVT zur Behandlung von ADHS im Erwachsenenalter ist. Anzumerken ist, dass dieses Verfahren bei Erwachsenen noch nicht so etabliert ist wie bei Kindern. In der KVT erlernen erwachsene ADHS-Patienten vor allem Fähigkeiten, die ihnen helfen, ihr Leben zu organisieren und ihre Emotionen zu regulieren. Bestandteile der KVT sind kognitive Restrukturierung, achtsamkeits- und meditationsbasierte Techniken, Zeitmanagement sowie Organisations- und Planungsfähigkeiten. Zudem lernen die Patienten, dysfunktionale Gedanken und Einstellungen, die das Selbstmanagement unterlaufen, durch funktionale zu ersetzen. Die Autoren wählten aus mehr als 10 000 Studien 32 aus, bei denen insgesamt 896 ADHS-Patienten mit KVT behandelt worden waren. Die anderen Studien wurden hingegen aus methodischen Gründen von der Analyse ausgeschlossen. „Kognitive Verhaltenstherapie ist bei erwachsenen ADHS-Patienten im mittleren Ausmaß effektiv“, berichten die Autoren. Die Effektivität der KVT bei Erwachsenen ist vergleichbar mit der bei Kindern. Sie stufen die KVT bei erwachsenen ADHS-Patienten daher als empfehlenswerte nichtmedikamentöse Methode ein und fordern mehr, methodisch saubere und einheitlichere Effizienzstudien, um die bisherigen Ergebnisse besser fundieren zu können. *ms*

Knouse LE, Teller J, Brooks MA: Meta-analysis of cognitive-behavioral treatments for adult ADHD. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 2017; 85 (7): 737–750.