

Gruppenanalyse nach S.H. Foulkes (Therapiebeschreibung)

Erwin Lemche, Dresden

Die gruppenanalytische Psychotherapie wurde von dem in Karlsruhe geborenen und 1933 nach England emigrierten Neurologen und Psychoanalytiker Sigmund Heinrich Foulkes zwischen 1940 und 1942 in seiner Privatpraxis in Exter erstmals erprobt und anschließend in einem britischen Militärhospital an Kriegsneurotikern weiterentwickelt.

Die Gruppenanalyse ist heute eine der am meisten geachteten Ansätze zur Anwendung der Psychoanalyse in Gruppen und belegt in Deutschland einen der beiden führenden Plätze in der theoretischen Orientierung von psychoanalytischen Gruppentherapeuten (vgl. Ehlers & Tschuschke, 1993).

Grundlage der Gruppenanalyse ist eine Verbindung zwischen der psychoanalytischen Behandlungstechnik mit der psychologischen Gestalttheorie (Wertheimer, Koffka, Goldstein) und der pragmatischen Kommunikationstheorie (Bateson, Ruesch). Kernpunkt der Theorie der Gruppenanalyse ist dabei die Annahme, daß im Verlaufe des gruppenanalytischen Prozesses ein Kommunikationsgewebe in der Gruppe entsteht, die sogenannte "transpersonale Gruppenmatrix" (Lemche, 1993).

Diese entsteht schrittweise aus der freifließenden Konversation der Gruppenmitglieder. Im Zuge des Gruppenprozesses richtet sich die Kommunikation der Mitglieder zunehmend auf einander aus, und mit der gegenseitigen Unterstützung wächst der Austausch intimer Gehalte. Diese supportive Funktion ist eine der Hauptwirkfaktoren der Gruppenanalyse (Finger-Trescher, 1992).

Klassischerweise wird Gruppenanalyse so praktiziert: Für zweimal wöchentlich 100 Minuten treffen sich 8 - 10 Teilnehmer mit dem Gruppenanalytiker zu gemeinsamen Sitzungen. Man sitzt dabei in Kreisform, häufig auch um einen Tisch herum. Die Teilnehmer verpflichten sich, die Sitzungstermine regelmäßig einzuhalten und über das Geschehen in der Gruppe nach außen Diskretion zu wahren, sowie sich außerhalb der Sitzungen nicht zu treffen. Außerdem sollen sie alles das erzählen, was ihnen in der Stunde durch den Kopf geht.

Durch diese Grundregel wird gewährleistet, daß unbewußte Phantasien, die von verschiedenen Teilnehmern der Gruppe meist stillschweigend miteinander geteilt werden, aufgespürt, aufgedeckt und aufgelöst werden können. Diese Phantasien, die sich häufig auf den Gruppenanalytiker beziehen, verhindern in der Regel, daß der Kommunikationsprozeß in der Gruppe fortschreitet und die Mitglieder bei sich jenes Verständnis, jene Akzeptanz und Unterstützung finden können, die sie in die Lage versetzen, die Veränderung ihrer Lebensprobleme anzupacken und ihren Alltag erfolgreicher zu meistern.

Aufgabe des Gruppenanalytikers ist es daher in erster Linie, zu gewährleisten, daß die Gruppe weiterarbeiten kann. Er versucht, den Gruppenprozeß in diesem Sinne zu lenken und den Widerstand, mit dem sich die Gruppenmitglieder unbewußt in ihrer Fähigkeit zur Kommunikation und Selbstreflexion behindern, durch aufzeigende Ansprache aufzulösen.

Wenn der Widerstand aufgespürt, und die ihm innewohnenden Ängste aufgelöst werden können, ermöglicht dies den einzelnen Gruppenmitgliedern, über ihre

Lebensgeschichte zu berichten und durch Innenschau und Selbstreflexion zu einer schrittweisen Klärung ihrer emotionalen Verstrickungen zu gelangen. Durch die Überwindung von Angst, Gefühlen von Scham und Peinlichkeit, die Offenbarung eigener Schuld und der Offenlegung der Verstrickungen der eigenen Lebensgeschichte werden auch andere Gruppenmitglieder ermutigt, solche Hemmnisse bei sich zu überwinden und gleiches zu wagen.

Ein besonderer Nutzen der Gruppenanalyse besteht darin, daß sich durch die Äußerung eines Mitgliedes die anderen angeregt werden, ähnliche Probleme in ihrem Leben zu erkennen und zu äußern. Durch diese "Veröffentlichung des Privaten" können alle von den sonst verschwiegenen Problemen der anderen lernen. Ein weiterer Vorteil der gruppenanalytischen Situation liegt darin, daß durch die Anwesenheit mehrerer Personen sowohl die Kindheitssituation der Primärgruppe - der Herkunftsfamilie -, als auch die der aktuellen Bezugsgruppe im Leben der Teilnehmer, gleichsam in die Gruppensituation hineingetragen werden kann (Lemche 1994).

Durch die Rollenzuweisungen, die das einzelne Mitglied an die anderen Teilnehmer vergibt, wird unbewußt die Kindheitssituation gleichsam nachgestellt. Durch die Beachtung dieses Phänomens können die lebensgeschichtlichen Verstrickungen des einzelnen im Hier-und-Jetzt der Gruppe genauer studiert und analysiert werden. Aufgrund der schrittweisen Entschlüsselung der Wirkmechanismen solcher psychischer Konstellationen werden die Teilnehmer zunehmend in die Lage versetzt, ähnliche "Re-Inszenierungen" in ihrem "wirklichen Leben" aufzuspüren und eine Veränderung herbeizuführen.

Wie alle psychoanalytisch orientierten und tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapieverfahren legt die gruppenanalytische Herangehensweise großen Wert auf die Analyse und Deutung von Träumen, die auch auf ihre versteckten Wünsche und ihre Relevanz auf die aktuelle Gruppensituation hin untersucht werden. Potentielle Teilnehmer sollten bedenken, daß eine Teilnahme eine Festlegung für etwa drei Jahre erforderlich macht, und daß die Krankenkassen gegebenenfalls höchstens eine "Anschubfinanzierung" leisten.

Literaturhinweise

Finger-Trescher U 1992 Wirkfaktoren der Einzel- und Gruppenanalyse. Stuttgart 1992 Frommann-Holzboog

Lemche E 1993 Der gestalttheoretische Aspekt und sein Einfluß und die Interventionsweise bei S.H. Foulkes. Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik 29: 70-102 (Vandenhoeck & Rupprecht, Göttingen)

Lemche E 1994 Theoriebildung in der Gruppenanalyse: Eine einführende Übersicht. In: Haubl R & Lamott F (Hg.) Handbuch Gruppenanalyse. München 1994 Quintessenz Verlag