

## Zehn Jahre OPK: Eine Kammer blickt auf ihre Geschichte und entwirft ihre Zukunftsvisionen

Zehn Jahre sind im Leben eines Menschen ein bedeutender Zeitraum, historisch betrachtet ist es ein Wimpernschlag. Gleichwohl, wie man diesen Zeitraum bemisst, haben die Vorstandsmitglieder in diesen zehn Jahren ihr Engagement und ihr Herzblut für die Gründung und das Großwerden der Kammer gegeben. Begleitet und unterstützt haben den Vorstand dabei viele mutige, kluge Kolleginnen und Kollegen in den fünf ostdeutschen Bundesländern, denen die Idee einer länderübergreifenden Kammer nicht zu abwegig, zu unrealistisch, sondern absolut sinnvoll erschien.

Die Kammer – das sind ebenso viele Kolleginnen und Kollegen, die sich ehrenamtlich für den Berufsstand einsetzen, das sind zahlreiche engagierte Mitarbeiterinnen und Kooperationspartner. Und so ist die Ostdeutsche Psychotherapeutenkammer das, was sie heute ist – die erste und einzige länderübergreifende Heilberufekammer Deutschlands.

Allen aktiven Mitstreiterinnen und Mitstreitern möchten wir an dieser Stelle herzlich danken, aber auch all jenen Mitgliedern, die uns in dieser Zeit freundlich begleiteten.

### Öffentlichen Diskurs fördern

Zehn Jahre sind ein geeigneter Zeitraum, um eine erste Bilanz zu ziehen, um Intendiertes mit Erreichtem abzugleichen, aber auch um Zukunftsvisionen zu entwerfen, die eine starke, motivierende Kraft freisetzen. All dies wird die Kammer im März in zwei Festveranstaltungen – zum einen für Weggefährten und Partner aus Politik und Gesundheitsbereichen und zum anderen für die Gründungsmitglieder und berufspolitisch aktiven Mitglieder – tun.

In ihrem Festjahr wird die Kammer den oftmals nur unscharfen Vorstellungen in der Öffentlichkeit darüber, wer Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten

eigentlich sind, welche Ausbildung sie haben und was sie tun, Sichtschärfe und Konturen geben. Das gewachsene Ansehen zweier Berufe, die aus der Patientenversorgung nicht mehr wegzudenken sind, gehen in einen öffentlichen Diskurs darüber, was Psychotherapie heute leisten kann. Dies wird zum Beispiel durch eine außergewöhnliche Ausstellung im Oktober dieses Jahres geschehen. Die OPK holt die Ausstellung „Dämonen und Neuronen. Psychiatrie Gestern – Heute – Morgen. Eine Wanderausstellung der Salus gGmbH“ nach Leipzig ins Neue Rathaus. Die Ausstellung widmet sich der Geschichte, Gegenwart und Zukunft psychischer Erkrankungen. Mit Schrifttafeln und Multimedia-Anwendungen erlebt der Besucher die 5.000-jährige Geschichte dieser Erkrankungen und den jeweiligen gesellschaftlichen Umgang damit beinahe hautnah. Die OPK möchte damit den öffentlichen Diskurs zu psychischen Erkrankungen und deren Stigmatisierung bis heute fördern.

## Das Potenzial von Gruppenpsychotherapien: Workshop zum 3. OPT fokussiert die Rahmenbedingungen, eine gute Vorbereitung der Gruppenteilnehmer sowie gruppendynamische Prozesse

Der Ostdeutsche Psychotherapeutentag lädt am 17. und 18. März dieses Jahres wieder nach Leipzig ein. Mit noch mehr praxisnahen Workshops, Vorträgen und auch Filmvorführungen geht dieses erfolgreiche Veranstaltungsformat in die dritte Runde.

Einer der Referenten des Symposiums ist Professor Dr. Bernhard Strauß, der die Möglichkeiten und das Potenzial von Gruppenpsychotherapie fokussiert. Gruppentherapie ist ein hoch wirksames Verfahren, das für eine

Vielzahl von psychischen Störungen und Zielstellungen geeignet ist. Viele Patienten fürchten, dass eine Gruppentherapie weniger wirksam ist, da man sozusagen den Therapeuten mit vielen Patienten zu teilen hätte. Diese nachvollziehbare Befürchtung trifft nicht zu. Wie Professor Dr. Bernhard Strauß in seinem Workshop darstellen wird, liegt ein Großteil des Erfolges in der Organisation und Vorbereitung der Gruppentherapie.

**Herr Professor Dr. Strauß, was ist**

### das Potenzial von Gruppenpsychotherapien?

**Professor Dr. Bernhard Strauß:** Zunächst wissen wir schon lange, dass Gruppen weitergehende Behandlungsmöglichkeiten bieten als Einzeltherapien, aufgrund der Tatsache, dass sich Patienten einfach mit anderen vergleichen und von anderen lernen können und außerdem ein vielfältigeres Feedback bekommen. Und wir wissen auch aus der Forschung, dass die Wirksamkeit von Gruppenbehandlungen sehr ähnlich, wenn nicht identisch ist mit der



Die Hygieia (griechisch „Gesundheit“) von Gustav Klimt ist das optische Erkennungsbild zum Ostdeutschen Psychotherapeutentag.

Wirksamkeit von Einzeltherapien. Und das zusammengenommen – dass man neue Erfahrungen in Gruppen machen kann und trotzdem gute Wirkungen erzielt – ist ein großes Potenzial.

### Und auch, mehr Patienten gleichzeitig behandeln zu können?

Das ist im aktuellen gesundheitspolitischen Kontext ein wichtiger Punkt, dass man in der Tat in weniger Zeit mehr Patienten helfen kann. Und diese Patienten nicht Gefahr laufen, dass sie schlechter behandelt werden.

### Was sind aus Ihrer Sicht die Gründe, dass relativ wenige Gruppentherapien angeboten werden?

Die Gründe sind vielfältig. Das eine ist, dass viele Therapeuten vor Gruppen noch großen Respekt haben. Es ist noch nicht wirklich Bestandteil der Ausbildung und viele, die in den letzten Jahren nach dem gültigen Psychotherapeutengesetz ihre Ausbildung gemacht haben, sind vor allem in ihrer Zeit als PiA mit Gruppen in Kontakt gekommen, vorrangig in Kliniken. Da weiß ich aus vielen Weiterbildungskontexten, dass

sie oftmals ohne jegliche Anleitung, ohne jede Supervision in Gruppen gesetzt wurden. Und dabei haben sie so negative Erlebnisse gemacht, dass sie die Lust verloren haben, sich später mit Gruppen zu beschäftigen. Das ist sicher ein wichtiger Grund. Das heißt mangelnde Anleitung, mangelnde Ausbildung. Es ist immer noch so, dass Gruppen organisiert werden müssen, es gibt bürokratische Hindernisse. Man muss für viele Patienten auf einen Schlag viele Anträge stellen. Man muss eine Gruppe erstmal zusammenstellen. Das ist auch organisatorisch nicht ganz einfach, auch weil einige Patienten dann warten müssen. Die Politik will das ja nun verbessern und ist auch schon dabei. Wir können seit wenigen Monaten problemloser Einzel- und Gruppentherapien kombinieren und mit der neuen Psychotherapie-Richtlinie sollen Gruppen auch leichter durch fachkompetente Gutachter auf den Weg gebracht werden. Die bürokratischen Hindernisse, die auch sehr mächtig waren, werden sicher mit der Zeit ausgeräumt. Ein dritter Aspekt ist, dass Patienten wenig Wissen über Gruppen haben und auch

nicht aufgeklärt sind, dass Gruppen eine echte Alternative zur Einzeltherapie darstellen.

### Wie ist die Patientensicht, in einer Gruppe die Probleme zu besprechen und sich preiszugeben? Wird es als hilfreich oder befremdend empfunden?

Man muss das zweigleisig sehen: Wenn man naive Patienten fragt, sagen diese erstmal nein, ich will lieber eine Einzeltherapie. Wenn man aber Patienten gründlich aufklärt über das Potenzial von Gruppen und die Tatsache bespricht, dass sie dort Patienten treffen, die ähnliche Probleme haben, was per se schon eine große Erleichterung darstellt, und wenn sie dann gut vorbereitet werden, was in Gruppen wirklich passiert, dann sind sie sehr bereit, sich an Gruppen zu beteiligen, und verlieren schnell die Angst. Es gibt Studien, die zeigen, dass, wenn Patienten erstmal in Gruppen sind, die Akzeptanz genau so gut ist wie in der Einzeltherapie. Nur muss man diese Akzeptanz erst einmal herstellen durch Aufklärung und Information.

### Also ist die Abbrecherquote bei Patienten nicht höher?

Das ist auch ein alter Mythos. Wir haben gerade eine Metaanalyse veröffentlicht zum Vergleich von Einzel- und Gruppentherapie und dabei sind die Abbruchraten und die Akzeptanz identisch.

### Welche Art von Gruppen würden Sie gern in der Praxis sehen?

Das hängt vom Therapieverfahren ab. Es gibt in den Richtlinienverfahren eine Vielzahl guter Ansätze. Gemischte Gruppen hätten in der ambulanten Therapie einen guten Platz. Wichtige Voraussetzungen sind, dass man diese Gruppen gut fokussiert, das heißt, dass man klare Ziele mit den Gruppenmitgliedern ausarbeitet, bevor man beginnt. Die Gruppenmitglieder müssen wissen, was auf sie zukommt. Dann haben Gruppen ein hohes Potenzial. Ich habe in den letzten Jahren festgestellt, dass niedergelassene Psychotherapeuten sich auf Gruppen spezialisiert haben, weil es eine angenehme Arbeit ist und die Vergütung auch gut ist. Eine Praxis



Prof. Dr. Bernhard Strauß

mit Gruppenfokussierung kann mittlerweile gut überleben.

### Wer kann etwas dazu beitragen, damit mehr Gruppentherapien stattfinden?

Das fängt mit der Gesundheitspolitik an. Die Absicht der Bundesregierung, Gruppentherapien zu fördern, ist sogar im Koalitionsvertrag verankert. Man wird sehen, ob die jetzt initiierten Reformen schon helfen. Wichtig ist eine Entbürokratisierung. Als Zweites muss es mehr Informationen für Patienten zur Gruppenpsychotherapie geben. Hilfreich wären gut gemachte Patientenbroschüren. Und ganz wichtig ist die Ausbildung von Psychotherapeuten. Angehende Psychologische und Ärztliche Psychotherapeuten sollten möglichst früh mit Gruppen unter wirklich guter Supervision und Einführung in Kontakt kommen. Dann stellt sich auch die Lust ein, das später weiter zu betreiben. Wenn sie eher abgeschreckt werden, ohne Anleitung mit dem schwierigen Phänomen

Gruppe agieren zu müssen, dann geht das nicht gut aus. Die Ausbildung ist eine zentrale Schnittstelle.

### Was ist Ihr Ansatz im Workshop zur Gruppentherapie zum OPT in Leipzig?

Ich werde darauf fokussieren, was für Rahmenbedingungen wichtig sind und wie man Gruppenmitglieder vorbereitet, aufklärt. Außerdem zeige ich, wie man ihnen die Angst vor Gruppen nimmt. Ein zweiter großer Schwerpunkt wird sein, neben dem komplexen Wissen über psychotherapeutische Prozesse ein gutes, basales Wissen über gruppendynamische Prozesse zu erhalten. Das ist ganz unabhängig von dem Verfahren, in dem man arbeitet, Phänomene von Gruppen zu verstehen. Formatierung, Rahmung und Aufklärung und die Gruppendynamik werden die zentralen Themen in unserer Diskussion werden.

## Gesellschaftsabend führt die Gäste in das Museum der bildenden Künste – Wechselausstellung „Nolde und die Brücke“ ist exklusiv zu sehen

Im Zusammenspiel von Kunst und Architektur bietet das Museum der bildenden Künste Leipzig eine einzigartige Atmosphäre und den perfekten Rahmen für den Gesellschaftsabend des 3. Ostdeutschen Psychotherapeutentages. Als Highlight ist die Wechselausstellung „Nolde und die Brücke“ exklusiv für Gäste geöffnet. Sachkundige Scouts beantworten gerne alle Fragen zur Ausstellung.

### Museum der bildenden Künste

Im gläsernen Kubus des 2004 eingeweihten Museumsneubaus begegnen sich Geschichte und Moderne, Kunst und Bürgersinn. Das hat Tradition: Bereits um 1858 haben Leipziger Kaufleute, Verleger, Händler und Bankiers das Museum der bildenden Künste Leipzig gegründet. Zahlreiche Sammler sind seither ihrem Vorbild gefolgt und haben das Haus mit Schenkungen und Stiftungen bedacht: Maximilian Speck von Sternburg, einer der großen Kunstliebhaber des 19. Jahrhunderts, Marion Bühler-Brockhaus, die mit ihrem Mann eine bedeutende Sammlung französischer Malerei des 19. Jahrhunderts zusammentrug, oder Harald

Falckenberg, der zu den profiliertesten Sammlern der Gegenwart zählt.

Der Museumsneubau entstand nach Plänen der Berliner Architekten Hufnagel, Pütz und Rafaelian. Von außen sichtbare Höfe und Terrassen öffnen das Museum zur Stadt hin. Einmalig ist die Weite im Inneren, vielfältige Sichtachsen erschließen Bezüge zur Stadtlandschaft. Zeitgenössische Werke und raumbezogene Installationen werden auf den Terrassen, in den Höfen und Treppenhäusern präsentiert – hier begegnen sich Kunst und Architektur auf ganz besondere Weise.

### „Nolde und die Brücke“

Emil Nolde gehört zu den herausragenden Künstlern des 20. Jahrhunderts. Die Künstlergruppe „Brücke“, die 1905 in Dresden von Fritz Bleyl, Erich Heckel, Ernst Ludwig Kirchner und Karl Schmidt-Rottluff gegründet wurde, zählt zu den wichtigsten Vertretern des Expressionismus. Diese Anfang-20-Jährigen waren von den „Farbenstürmen“ des fast eine Generation älteren Noldes begeistert und boten ihm im Februar 1906 die

Mitgliedschaft an. Es kam zum künstlerischen Austausch. Die Malerei der „Brücke“ wurde durch Nolde inspiriert und dieser wiederum ließ sich anregen vom Holzschnitt, einer Domäne der „Brücke“-Künstler. Ihre fast zwei Jahre anhaltende Zusammenarbeit leitete den Beginn der modernen Kunst in Deutschland ein. Doch Nolde, der „die Flügel ja so gern frei haben will“, trennte sich von den „Brücke“-Künstlern bereits im November 1907. Das künstlerische Echo der gemeinsamen Zeit hielt allerdings für alle beteiligten Künstler noch Jahre an.

Erstmals zeigen das Museum der bildenden Künste Leipzig und die Kunsthalle zu Kiel in einer gemeinsam konzipierten Ausstellung dieses aufregende Kapitel deutscher Kunstgeschichte.

### Geschäftsstelle

Kickerlingsberg 16  
04105 Leipzig  
Tel.: 0341-462432-0  
Fax: 0341-462432-19  
www.opk-info.de  
info@opk-info.de