

„Körper und Psyche im Dialog“

eine psychodynamische Gruppentherapie für Patient:innen mit langandauernden Körperbeschwerden
Gruppenleitung: Dr. Paola Piombo & Mag. Manfred Gugler

Informationsblatt für Patient:innen

Patient:innen mit langandauernden Körperbeschwerden werden gemeinsam mit den zuweisenden Spezialisten der verschiedenen Fachkliniken betreut. Gerade für diese Patient:innen hat sich die Gruppentherapie als besonders hilfreich erwiesen.

1. Für Wen ist die Gruppe geeignet?

Unser gruppenpsychotherapeutisches Angebot richtet sich an Patient:innen, bei denen anhaltende körperliche Beschwerden (z. B. Reizdarm, Herzrasen, Missempfindungen, Fibromyalgie, Erschöpfung, funktionelle Lähmungen, etc...) im Vordergrund stehen und als sehr belastend erlebt werden. Die Beschwerden können sowohl bei bestehenden organischen Erkrankungen als auch ohne erkennbare organische Ursache auftreten. Ziel soll es sein, dass die Teilnehmer:innen der Gruppe mit Unterstützung der Therapeut:innen einen besseren Umgang mit ihren Beschwerden finden und sich damit die Qualität ihres täglichen Lebens verbessert.

2. Wie läuft die Gruppe ab?

Die Gruppe besteht aus 8-10 Teilnehmer:innen und wird von einer Therapeutin und einem Therapeuten geleitet. Die Gruppentreffen dauern jeweils 90 Minuten und finden regelmäßig einmal wöchentlich statt. Die Gruppe beginnt im Herbst und dauert bis zum Frühsommer. Zu Beginn und am Ende der Jahresgruppe findet eine Begleitevaluation mittels Fragebögen statt.

3. Wie kann die Gruppe beim Erreichen von Zielen helfen?

Heute ist bekannt, dass es kaum eine Erkrankung gibt, die "nur" körperliche oder "nur" seelische Ursachen und Auswirkungen hat. Immer sind der ganze Mensch und sein persönliches Umfeld durch eine Krankheit betroffen.

In einer Gruppe kann jedes Gruppenmitglied ihre eigenen Krankheits- und auch an Lebenserfahrungen in die Gruppe einbringen. Diese können im Austausch genutzt werden um voneinander zu lernen.

Jeder Mensch lebt im Alltag in verschiedenen Gruppen und Beziehungen. Anderes als dort trifft man in einer Gruppenpsychotherapie nicht mit Personen des täglichen Lebens zusammen, es entfallen dadurch die oft üblichen Rücksichtnahmen, Interessenunterschiede und Verstrickungen. Aus dem entstehenden Freiraum und in einem geschützten Rahmen ergibt sich die Chance zu lernen, sich freier zu äußern und Neues zu erleben.

4. Wie kann die Gruppenteilnahme gelingen?

Zunächst ist es wichtig, sich und auch den anderen etwas Zeit zu geben, sich an die Gruppe und die Behandlung zu gewöhnen. Es ist eine Situation, die man so aus seinem bisherigen Leben eher nicht kennt.

Als Patient:in ist es wichtig, sich aktiv in der Gruppe zu beteiligen, um von ihr zu profitieren. Das heißt konkret sich mit anderen auszutauschen, zuhören, Kommentare geben, Meinungen haben, Fragen, Gedanken und Stimmungen äußern.

5. Welche Rechte und Pflichten gibt es, die gleichermaßen für alle gelten und an denen man sich orientieren kann?

Eine **regelmäßige und pünktliche Teilnahme** ist zur Gewährleistung eines Therapieerfolges erforderlich, auch mit Rücksicht auf die anderen Gruppenteilnehmer. Berücksichtigen Sie bitte hierbei, dass durch ein Ausscheiden ein Therapieplatz verloren geht und nicht nachbesetzt werden kann.

Unsere Gruppe ist eine **Gesprächsgruppe**, weil in ihr gesprochen wird. Das heißt, der Austausch mit den Anderen in der Gruppe ist ein wesentliches Element der Behandlung.

Schweigepflicht: Alles was in der Gruppe besprochen wird und passiert, bleibt in der Gruppe. Die Schweigepflicht erleichtert es, Gedanken und Gefühle anzusprechen. Was in der Gruppe entsteht, gehört auch wieder in die Gruppe: Probleme, Gefühle und Wahrnehmungen, die in der Gruppe entstehen und sich auf andere aus der Gruppe beziehen, sollen auch innerhalb der Gruppe geklärt werden.

6. Welche Rolle haben die Gruppenleiterin / der Gruppenleiter?

Die Therapeutin und der Therapeut begleiten den Behandlungs- und Entwicklungsprozess in der Gruppe und gestalten ihn zusammen mit den Patient:innen. Sie geben bei Bedarf Auskunft darüber, was mit den Beschwerden in Zusammenhang steht oder stehen könnte. In der Gruppe ist es in besonderem Maße möglich, ganz unterschiedliche Schwierigkeiten in Beziehung zu anderen Menschen zu erkennen, falls notwendig und gewünscht, dann auch zu ändern. Die Therapeutin und der Therapeut achten darauf, dass vereinbarte Regeln auch eingehalten werden.

Information und Anmeldung:

Universitätsklinik für Psychiatrie II
Ambulanz für Psychotherapie und Psychosomatische Medizin
Speckbacherstraße 23/2.Stock
6020 Innsbruck
Tel.: +43 (0)50 504 26117
Montag – Freitag, 08:00 – 12.00 Uhr

Für sozialversicherte Patient:innen ist die Teilnahme kostenlos.