



# GRUPPENDYNAMISCHE PROZESSE BEI DER BEHANDLUNG VON ESSSTÖRUNGEN UND STRATEGIEN ZUR VERBESSERUNG



**TCE**

THERAPIE-CENTRUM  
FÜR ESSSTÖRUNGEN

*Für Dein Leben  
ohne Essstörung.*

# VORTRAGENDE

**Dr. Sophie Landmann**

UK Counselling Psychologist

Psychologin M.Sc.



**Mira Groll**

M.A. Klinische Sozialarbeit



# THERAPIE AM TCE

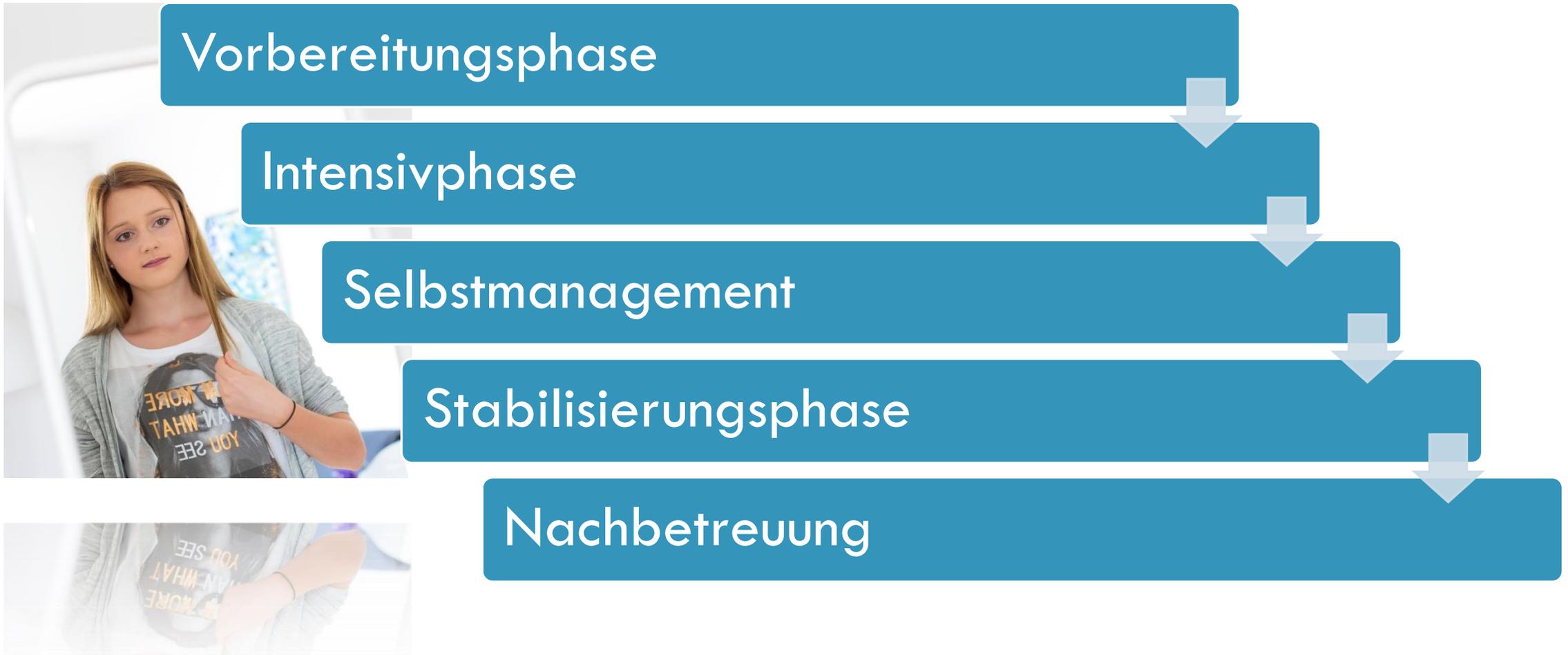
- 24 +8 Plätze
- Transdiagnostisches Gruppenkonzept
- PatientInnen als Expertinnen ihrer Krankheit
- Therapeutisches Wohnen
- Vereinbartes Mindestgewicht (BMI 20)
- Einheitlicher Speiseplan mit individueller Portionierung
- Einbezug der Angehörigen
- Therapie nach Phasen-Modell.



**TCE**  
THERAPIE-CENTRUM  
FÜR ESSSTÖRUNGEN

*Für Dein Leben  
ohne Essstörung.*

# THERAPIE AM TCE: UNSER PHASEN-MODELL



# THERAPIE AM TCE: INTERDISZIPLINÄRES TEAM



Pflege



Soziale Arbeit



Psychologie



Ernährung



**TCE**

THERAPIE-CENTRUM  
FÜR ESSSTÖRUNGEN

*Für Dein Leben  
ohne Essstörung.*

# WOCHENPLAN INTENSIVPHASE

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:00	Morgentreff				
8:15	Wiegen und Blutdruckmessen				
8:30	Frühstück in der Oase				
9:00	Ernährungsbilanz	Kunsttherapie	Offene Gruppe/ Einführungsgruppe	Körpertherapie	Wochenbilanz
10:45	Zwischenmahlzeit				
11:00	Schule (frühestens ab der 5. Therapiewoche), angeleitete Freiarbeit, Ernährungssprechstunde, Einzel DI 11.00 Kleingruppe „Körperbalance“				
12:30	Mittagessen				
13:00	Mittagsruhe (13.00-13.15: Küchendienst)				
14:00		Kunsttherapie	Ernährungs- sprechstunde für Schülerinnen	Bewegungstherapie/ WS Ernährung	Kochbesprechung
14:45	Zwischenmahlzeit				
15:00	Psychoedukation/ Arbeit in Peergruppen		Fertigkeitentraining/ Ressourcengruppe		Ressourcen
16:30	Kaffeemahlzeit				
17:00	Info-Abend (14-tägig)		17:30 h TAK Yoga (derzeit vakant)	WG-Veranstaltung (16.30 – 18.00 h)	
18:30	Therapiefreie Zeit				
19:00	WG-Mix	Abendessen*	Abendessen*	WG-Abend	Abendessen*
19:30	Freizeitgestaltung in Gruppen (z.B. TAK)				
21:00	Spätmahlzeit				
	Zusätzlich 1 Wochenendworkshop pro Monat				

\*mit WG-Kochen (rotierend, laut Plan)

# WOCHENPLAN STABILISIERUNGSPHASE

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	WE
Tagsüber	<p align="center">Zeit für Schule, Studium, Ausbildung, Praktikum, Job ...            Voraussetzung sind geregelte Arbeitszeiten 15-25 Stunden pro Woche</p>					Workshop (1 x pro Monat)
15:30				Ernährungs- sprechstunde (optional)	2x Workshop (9-16 h)	
16:30		Ernährungsbilanz/ Kunsttherapie (16.45 – 17.45 h)	Gesprächsgruppe (16.45-18.15 h)	WG- Veranstaltung (16.30 – 18.00 h)		
17:00						
17:30						
Abends	WG-Mix	WG-Kochen (rotierend, lt. Plan)		WG-Abend	WG-Kochen	Kochen

# ENGELSKREISE IN DER GRUPPENTHERAPIE ENTSTEHEN DURCH:



- Geteilte Erfahrungen und eigene Betroffenheit der PatientInnen
- Verständnis und Mitgefühl füreinander
- Positive und motivierende Einflüsse der MitpatientInnen
- Austausch von Erfahrungen und Handlungsstrategien
- Konkrete Unterstützung bei der Bewältigung von Schwierigkeiten im Alltag.

# TEUFELSKREISE IN DER GRUPPENTHERAPIE ENTSTEHEN DURCH

- Abgrenzungsschwierigkeiten (Emotionen/Symptome)
- Übernahme von Symptomen/Symptomverhalten
  - Störungshomogenes Setting
  - (symptomatische) Neuaufnahmen
  - Ausgeprägtes Thematisieren von Symptomen
- Konkurrenz und Vergleiche
  - Auf Körperebene
  - Auf Symptomebene
  - Auf Krankheitsebene (Wetteifern)
- Entwicklung einer kollektiven Krankheitsidentität
- Austausch von Tipps und Tricks.



Vgl. Groll & Reichhold (2020); Vandereycken (2011)

# EIN BEISPIEL AM TCE

Neuaufnahmen:

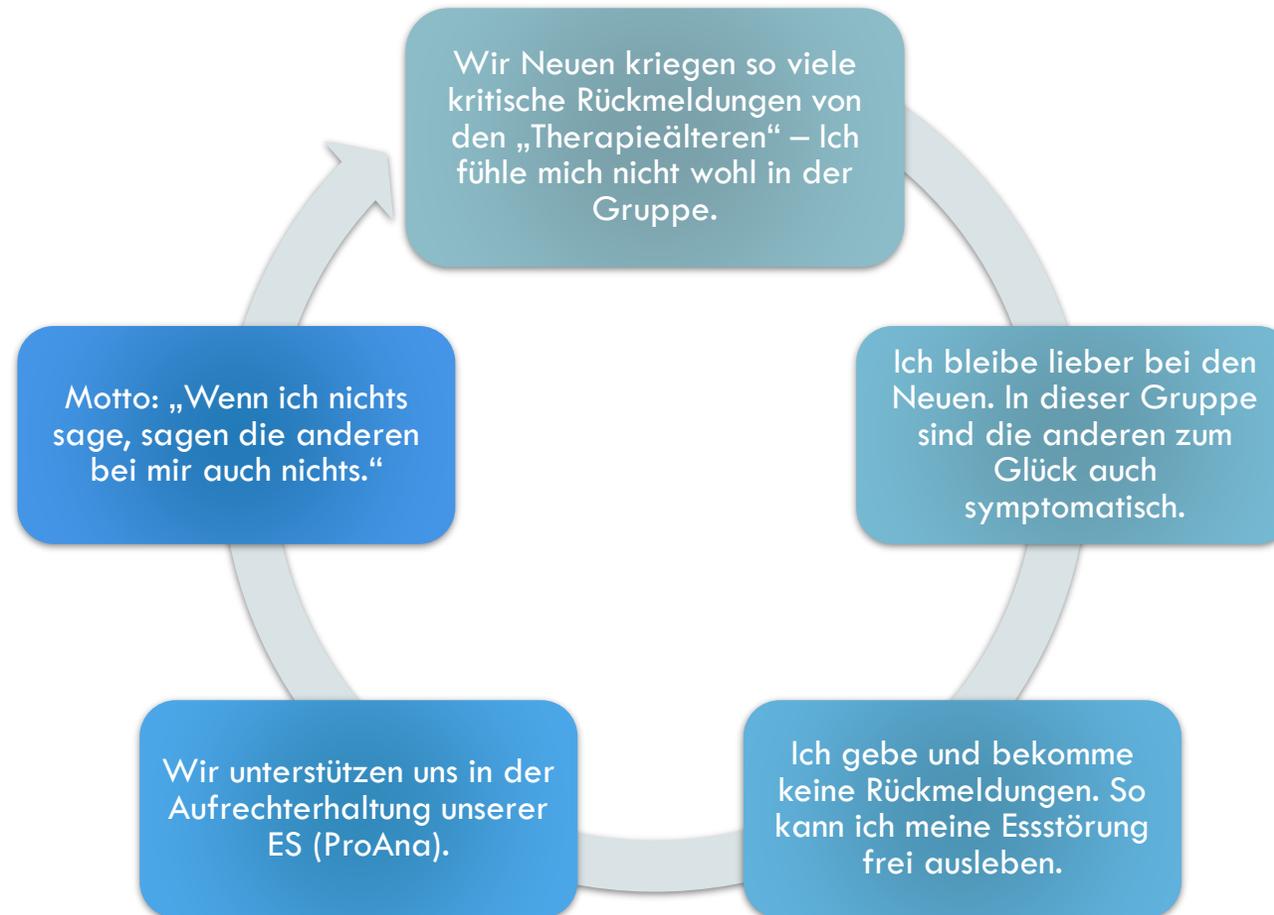
- 6 Frauen mit starker ES-Symptomatik
- Anorexia bzw. Bulimia nervosa
- Innerhalb von 2 Wochen.



# TEUFELSKREIS ABGRENZUNGSSCHWIERIGKEITEN & ÜBERNAHME VON SYMPTOMEN



# TEUFELSKREIS BILDUNG EINER KOLLEKTIVEN KRANKHEITSIDENTITÄT



# TEUFELSKREIS AUSTAUSCH VON TIPPS & TRICKS



# TEUFELSKREIS INNERHALB DES TEAMS



# FOLGEN VON TEUFELSKREISEN

Bei den PatientInnen:

- Starke Belastung der Therapieälteren (Einfangen vs. Wiederholung)
- Rückmeldungen der motivierten PatientInnen
- Angst vor Veränderung / Abbruch der Therapie / Auflösung der Gruppe

**Überforderung des Teams  
→ Essstörung hat freie Fahrt**



Im Team:

- Mehrbelastung
- Ggf. Konflikte und Spaltung und Überforderung.

# GRUPPENARBEIT

Unser gemeinsames Ziel:

Teufelskreise unterbinden und Engelskreise fördern.

→ Feedback

# MAßNAHMEN DES TCE

## 1. Strukturelle Rahmenbedingungen

- Individuelle Lösungen statt Mehrheitsentscheidungen
- Freiwilligkeit der Mitarbeit (Störungen ggf. im Einzel klären)
- Stringente Regeln und Konsequenzen
- Time-Out und Motivationsbericht

## 2. Ansteckungsprozesse thematisieren

- Reflexion in Einführungsgruppe
- Auf Teufelskreise hinweisen, wenn diese beobachtet werden
- Verständnis zeigen, Vorschläge machen (Wochenbilanz, Peer Groups)
- Besondere Bedeutung von Rückmeldungen



# MAßNAHMEN DES TCE

## 3. Genesungsidentität stärken - Ressourcen und Motivation

- Eigenmotivation als Aufnahmekriterium (Neu: Evaluationsphase)
- Externalisierung der Essstörung
- Bei „Negativspirale“: Chaos-Tag
- Individuelle Therapieaufträge
- Sammeln von B+ Gedanken (z. B. „Wofür lohnt es sich, die ES aufzugeben?“)
- Kontakt zu Nicht-Betroffenen fördern

## 4. Phasenmodell

- Setzen von Anreizen für Therapiefortschritt (ab 3. Woche, ab 5. Woche...)
- Vorbild der Stabi-PatientInnen (auch in WGs)
- Kontinuierliche Neuaufnahmen



„Ich find hier so die Gesinnung einfach voll so in die andere Richtung. Also man kommt hier her und ist einfach Anti-Esstörung und man merkt das auch total und da hat man eigentlich gar nicht so die Wahl.“ (4, Z. 593 – 595)

„Allgemein hab ich auch das Gefühl, dass hier den Symptomen gar nicht so viel Raum gegeben wird, weil man halt eben sofort, wenn irgendwas auffällt, wird man darauf angesprochen und man solls ja sofort verbessern sozusagen. Also es gibt hier niemanden, der keine Ahnung, die ganze Zeit nur im Garten joggt oder ums Haus rumläuft oder keine Ahnung.“ (3, Z. 685 – 689)

„Also im Dritten Orden war das eher noch so, dass ich dachte, oh Gott, was ist, wenn alle in die falsche Richtung gehen, aber hier habe ich an manche Dinge gar nicht mehr gedacht, wie einsparen oder sowas, weil ich mir gedachte habe: ‚Das kann ich hier vor der Gruppe nicht machen.‘ ((Gruppe lacht))“ (4, Z. 405 – 409)



**TCE**

THERAPIE-CENTRUM  
FÜR ESSSTÖRUNGEN

Für Dein Leben  
ohne Essstörung.

# REFERENZEN

Groll, M. & Reichhold, T. (2020). *Gruppendynamische Prozesse bei der (teil-)stationären Behandlung von Essstörungen. Engels- oder Teufelskreise?* Masterarbeit. Hochschule Landshut, Fakultät Soziale Arbeit.

Vandereycken, W. (2011). Can eating disorders become 'contagious' in group therapy and specialized inpatient care?. *European Eating Disorders Review*, 19(4), 289-295.

Yalom, I. D. (2007). *Theorie und Praxis in der Gruppenpsychotherapie. Ein Lehrbuch*. Klett-Cotta.