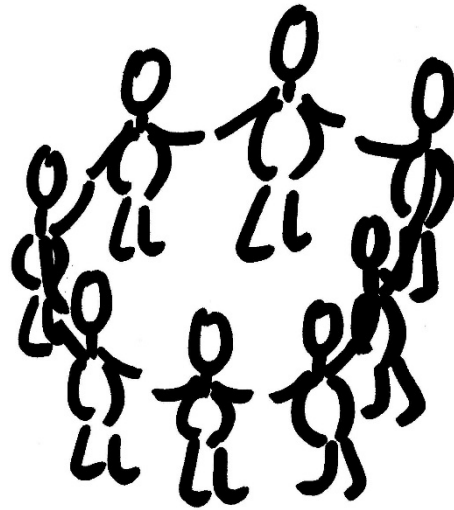


# Multifamily-Ansatz:

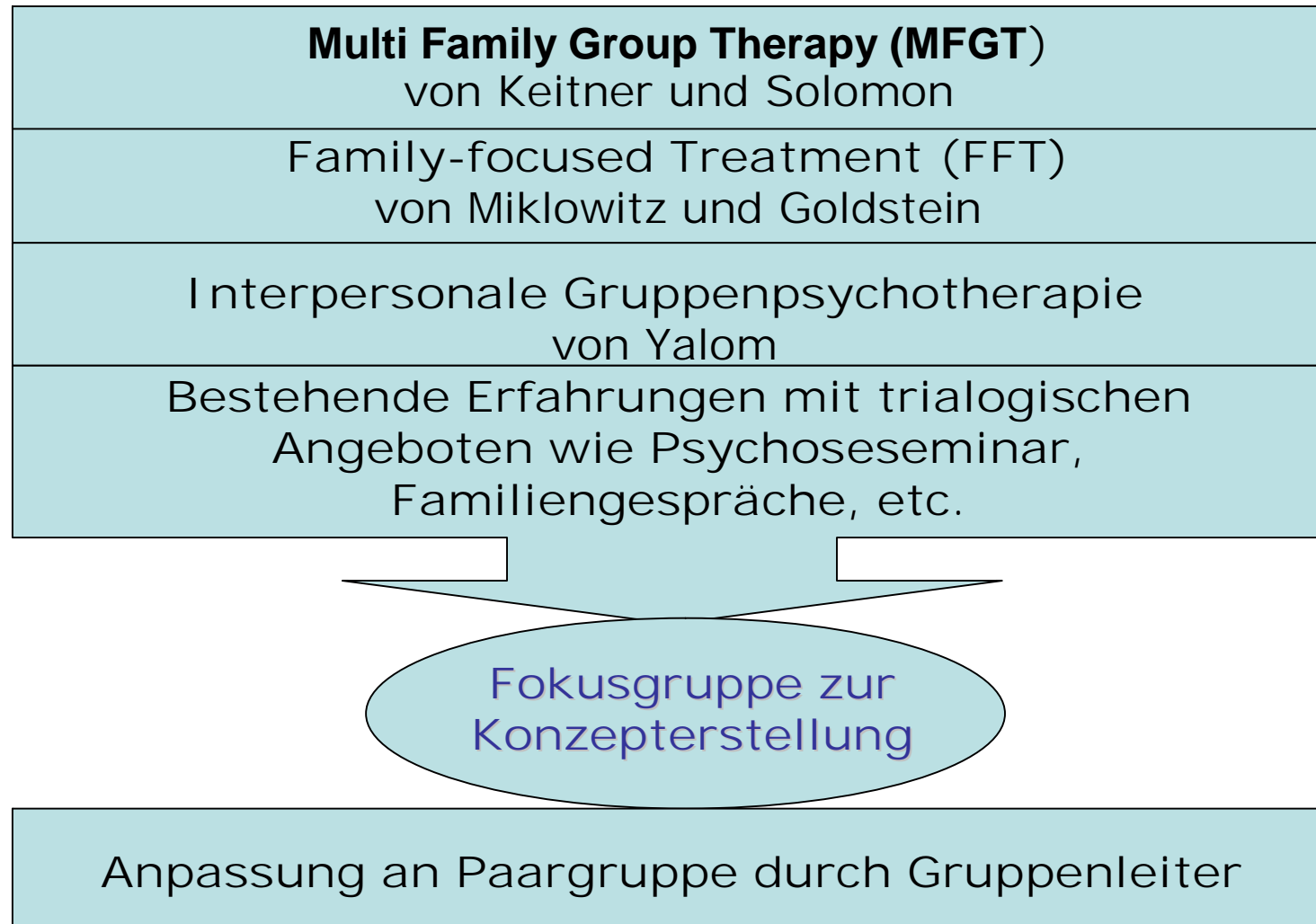
Bipolar Erfahrene und Angehörige in einer  
gemeinsamen Therapie-Gruppe  
- Konzept und erste Erfahrungen-





# Das Konzept

# Das Konzept. Grundlagen und Einflüsse



(Uhlig, 2014)

# Interpersonale Gruppenpsychotherapie von Yalom

- Prozesse, Psychodynamik und Beziehungserfahrungen in der Primärfamilie wahrnehmen und reflektieren



- In Beziehung setzen zum aktuellen Konflikt- und Störungsgeschehen. Einsicht in Wechselwirkungen und Konfliktdynamik.



- Korrigierende interpersonale Erfahrungen in einem geeigneten, vertrauensvollen Gruppenumfeld. Entstehung von Gruppenkohäsion.



- Anregung von effektiven sozialen Lernprozessen, die zur Bewältigung von gestörten Beziehungserfahrungen und den entsprechenden Symptomen führen



# Family-focused Treatment (FFT) von Miklowitz

- Einzelfamilientherapie für bipolare Störungen.
- 21 Sitzungen: 12 wöchentliche, 6 zweiwöchige und 3 monatl. Sitzungen
- Familie = Personen, die räumlich nahe mit dem Betroffenen zusammenleben, z.B. Partner, Eltern, Geschwister, Kinder ....
- 3 Blöcke, je nach klinischem Status und Bedarf können in Dauer und Intensität variiert werden können:
  1. Psychoedukation: 7 Sitzungen, Wissensvermittlung und Aufbau eines entlastenden Verstehensmodells.
  2. Kommunikationsfähigkeiten-Training: 7-10 Sitzungen, Übungen zur Konfliktlösung und Verhaltensänderung in Form von Rollenspielen. Gegenseitiges aktives Zuhören, Feedback von Emotionen und Wünschen
  3. Problemlösetraining: Erarbeitung an konkreten Themen zur Renormalisierung des Familienalltags, z.B. Suche nach Beschäftigung, Auszug von erwachsenen Kindern usw.



# Multi Family Group Therapy (MFGT) von Solomon

- Für uni- und bipolare Störungen
- Weitgefasster Familienbegriff: ``wichtige andere``
- Kurzzeittherapie für 5-6 Familien mit 12-14 Personen
- 6 wöchentliche Sitzungen, 90 Min., co-therapeutisch geleitet.
- 2 Blöcke, je 3 Sitzungen:
  1. Psychoedukation und Reflexion darüber, Hausaufgaben.
  2. Interaktion: Gruppenprozesse werden durch offene Gruppendiskussion, Group-within-the-group und eingebettete Rollenspiele gefördert. Dabei Thematisierung der Probleme in den Familien wie die Rollenverteilung und Wege zur Konfliktbewältigung



# Unser Konzept. Setting

- Kurzzeittherapie in Form einer geschlossenen Multifamiliengruppe bzw. Paargruppe
- 2 Gruppenleiter, 5 Paare
- Vorgespräch mit den einzelnen Betroffenen und ihren Angehörigen vor der Gruppenphase
- Gruppenphase: 12 Sitzungen á 90 min über 6 Monate
- 4x wöchentlich 6x zweiwöchentlich 2x vierwöchentlich



# Unser Konzept. Inhalte

- **Block 1: Kennenlernen**
  - Sitzung 1: Kennenlernen, Basisinformationen, gegenseitiges Vorstellen. Überwindung der Isolation. Schaffung einer vertrauensvollen Atmosphäre. Gemeinsamkeiten, Unterschiede.
  - Sitzung 2: Beziehungs- und Störungsdynamik in der Depression: Innen- und Außenkreis, abwechselnd, jeweils mit einem Therapeuten,
  - Sitzung 3: Beziehungs- und Störungsdynamik in der (Hypo-)Manie: Innen- und Außenkreis .....
- Block 2: Familie/Partnerschaft und Kommunikation
- Block 3: Konflikte & Problemlösen
- Block 4: Früherkennung & Krisenintervention
- Abschlussitzung: Resümee, Abschiednehmen, Feedback





# Unser Konzept. Inhalte

- Block 1: Kennenlernen

- **Block 2: Familie/Partnerschaft und Kommunikation**

- Sitzung 4: Entwicklung der Paarbeziehung  
Beziehungsgeschichte, dabei Bedeutung depress./manischer Episoden
- Sitzung 5: Kennenlernen der individuellen Biografie.  
Was bringe ich mit, z.B. aus meiner Primärfamilie ?
- Sitzung 6: Beziehungsmuster (mit Bezug zur Biografie)  
im Zusammenspiel mit der Störungsdynamik.  
Veränderung der Kommunikation in Manie und Depression

- Block 3: Konflikte & Problemlösen
- Block 4: Früherkennung & Krisenintervention
- Abschlussitzung: Resümee, Abschiednehmen, Feedback

# Unser Konzept. Inhalte

- Block 1: Kennenlernen
- Block 2: Familie/Partnerschaft und Kommunikation
- **Block 3: Konflikte & Problemlösen**
  - Sitzung 7: Typische Konflikte in der Beziehung,- mit und ohne Depression und Manie. Gefahr der Pathologisierung, Ängste (Verlust) Verantwortungsübernahme bzw. –abgabe, Beschämung, Sexualität, Suizidalität
  - Sitzung 8: Vertiefte Bearbeitung der Konflikte, wichtigster Konflikt
  - Sitzung 9: Umgang mit den Konflikten, normale vs. bipolar beeinflusste. Eigene Erfahrungen mit Scheitern und Lösungen Anregungen für neue/andere Kommunikation z.B. Bedürfnisse und Wünsche äußern als Bitte,
- Block 4: Früherkennung & Krisenintervention
- Abschlussitzung: Resümee, Abschiednehmen, Feedback



# Unser Konzept. Inhalte

- Block 1: Kennenlernen
- Block 2: Familie/Partnerschaft und Kommunikation
- Block 3: Konflikte & Problemlösen
- **Block 4: Früherkennung & Krisenintervention**
  - Sitzung 10: Früherkennung von Anzeichen und Dynamik einer beginnenden affektiven Episode  
Wann und wie zeigen sie sich in der Beziehung?  
Wie spreche ich den anderen darauf an?  
Innen- und Außenkreis
  - Sitzung 11: Maßnahmen der Krisenintervention  
Erfahrungen vor und in den Krisen  
Was war hilfreich, was nicht?  
Vorstellung paarweise
- Abschlusssitzung: Resümee, Abschiednehmen, Feedback



# Unser Konzept. Inhalte

- Block 1: Kennenlernen
- Block 2: Familie/Partnerschaft und Kommunikation
- Block 3: Konflikte & Problemlösen
- Block 4: Früherkennung & Krisenintervention

- **Abschlusssitzung:**

Resümee, Abschiednehmen, Feedback

Was war förderlich, was fehlte, was war hinderlich?

Vorschläge und Wünsche für die Zukunft

Zukünftiger Umgang mit Partnerschaftsproblemen

Weiterarbeit als Selbsthilfegruppe?



Universitätsklinikum  
Hamburg-Eppendorf

# Erste Erfahrungen



# Erste Erfahrungen. Die Pilotstudie

Vorgespräch mit den Paaren & Prä-Testung  
Aufklärung über Gruppentherapie & Studie, Besprechen von  
Erwartungen und Befürchtungen,  
Prä-Fragebögen)

Gruppenphase: 12 Sitzungen  
Beobachtung der Sitzungen, Feedbackbögen, Befragung der  
Gruppenleiter)

Auswertungsinterviews & Post-Testung  
Interviews mit den Gruppenteilnehmern, Post-Fragebögen

„[...] ich hatte die Befürchtung, nachdem ich so viele Therapien gemacht habe, es ist alles gesagt, ich mach zwar mit. Hat sich aber herausgestellt, dass das sehr hilfreich war. Also jede Therapie ist anders und jeder Ansatz ist anders und das war schon ne besondere Form. Insofern bin ich davon sehr positiv überrascht worden eigentlich.“

*Was meinen sie woran das lag, dass das so anders war?*

Naja das lag natürlich an der Gruppendynamik, lag aber auch an vielleicht meiner eigenen Offenheit, damit noch mal in Klausur zu gehen. Und lag daran auch, dass meine Partnerin dabei war, weil es immer auch eine andere Diskussion dann ist mit Partnerin als ohne, ne.“



„[...]ich finde, die Gruppe hat mir ganz viel mehr ganz viel Sicherheit gegeben, gerade dieses auch von anderen Bipolaren noch mal zu hören. Den Kontakt hab ich ja so gar nicht, ne, anders als der Partner, der selber bipolar ist . Aber das ist ein Kontakt, an den komme ich so gar nicht ran. Ich kann in ne Angehörigengruppe gehen, da hab ich andere Angehörige, aber diese Mischung, wie wir sie jetzt hatten, die war jetzt einmalig und die hat mir ganz viel Sicherheit gegeben noch mal mehr in der Erkrankung“



# Erste Erfahrungen.

Beteiligung trotz  
depressiver Phasen

Kontakte zu anderen  
Betroffenen

## **Besonderheit der Therapie**

Hohe Motivation

Gruppendynamik

Chancen & Herausforderungen  
der Offenheit in der Gruppe



„Ich glaube, durch diese starke zeitliche Begrenzung war man als Teilnehmer immer so sehr so wirklich so sehr diszipliniert so in den Aussagen und auch in den emotionalen, gut ich hab ein paar Mal geheult, aber...aber schon so ein bisschen in so in den emotionalen Themen, und dass man das halt schon eher ein bisschen zurückgehalten hat und so und ich glaube, wenn wirklich längere Sitzungen sind, könnte es sozusagen vielleicht äußerlich ein bisschen ausfransen aber sehr emotionale etwas größere Tiefe schon bekommen.“



# Erste Erfahrungen.

Zu wenig Zeit für  
die Themen

z.T. mehr  
Struktur und  
Moderation  
gewünscht

## **Kritik & Vorschläge**

Zusätzliche  
Themen

Abstände zwischen den  
Sitzungen verändern



„[...]mir fallen sofort Dinge ein, die meine Partnerschaft zu [meinem Partner] und meine Einstellung zu dieser Erkrankung sehr deutlich verändert haben. Zum Einen ist mein Respekt [meinem Partner] gegenüber enorm gewachsen, denn dass diese Erkrankung so speziell und so zuschlagend und so riskant ist, das hätte ich nicht gedacht [...]“

# Erste Erfahrungen.

Veränderungen in  
der Partnerschaft

Veränderte Einstellung  
zur bipolaren Erkrankung




## Effekte der Therapie

Entlastung

Selbstreflexion  
angestoßen




Veränderungen  
dauern lange,  
Auswirkungen noch  
nicht stark spürbar

# Erste Erfahrungen. Allgemeine Effekte

	* 		* 
<b>Beziehungsqualität</b>		10/10	
<b>Lebensqualität</b>	5/10	5/10	
<b>Subjektive Genesung der Betroffenen</b>	2/5	3/5	
<b>Belastung der Angehörigen</b>	1/5	4/5	
<b>Globales Funktionsniveau</b>	4/10	4/10	2/10
<b>Depressive Symptome</b>	3/5	2/5	
<b>Manische Symptome</b>		10/10	

\*Reliable Change Index  $\geq |0.84|$ , Veränderung des Scores  $\geq |0.5 \text{ SD}|$

# Erste Erfahrungen. Spezifische Effekte

	* 		* 
<b>Beziehungsqualität:</b> <i>Kommunikation</i>	3/10	7/10	
<b>Lebensqualität (LQ):</b> <i>Vitalität</i>	5/9	3/9	1/9
<i>Psychosoziale LQ</i>	4/10	6/10	
<i>Materielle Versorgung</i>	6/10	4/10	
<i>Freizeit-LQ</i>	6/9	2/9	1/9
<i>Affektive LQ</i>	5/10	4/10	1/10
<i>Leben insgesamt</i>	6/10	4/10	
<b>Belastung der Angehörigen:</b> <i>Kontrolle</i>	2/5	3/5	

\*Reliable Change Index  $\geq |0.84|$ , Veränderung des Scores  $\geq |0.5 \text{ SD}|$



# Erste Erfahrungen.

Zufrieden mit Aufbau  
der Sitzungen

Zufrieden mit  
den Themen

**Insgesamt  
Zufriedenheit mit der  
Therapie**

Zufrieden mit den  
Techniken

Zufrieden mit  
Gruppenleitung





„Also ich hab so ne Gruppe noch nie besucht und ich glaub [mein Partner] auch nicht und also ich fand das total hilfreich vor fremden Menschen irgendwie über unsere Beziehung zu sprechen, auch wenn das vielleicht total absurd klingt, aber es hat unsere Beziehung sehr gestärkt und man reflektiert auch viel mehr, wenn man vor anderen spricht, ne, was man da überhaupt sagt, als wenn man jetzt nur irgendwie auf 180 ist und den Partner anfährt oder so und ja, also ich bin richtig richtig zufrieden damit und es hat mir sehr geholfen“



# Fragen...

