

Vom Schmerzgruppenkonzept zum Glücksgruppenkonzept...

Ein multimodales ambulantes
Gruppenkonzept
der Sektion Psychotherapie
des Schmerz-Zentrum
Bodensee-Oberschwaben

S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Ohne uns geht es nicht...



S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Ampel-Schema

Gruppe	Vorgehen
Rot	Psychoedukation Sozialberatung
Gelb	Stützendes Vorgehen
Grün	Aufdeckendes Vorgehen

S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Gruppen-Indikatoren

Akronym	Beurteilung durch Überweiser für Gruppeneinteilung von
S	Schwingungsfähigkeit
K	Kommunikationsfähigkeit
I	Introspektionsfähigkeit
L	Leidensdruck

S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Draußen vor der Tür



S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Gruppeneinteilung nach SKIL-Schema

SKIL-Schema	Rote Gruppe	Gelbe Gruppe	Grüne Gruppe
Schwingungsfähigkeit	↓	→	↑
Kommunikationsfähigkeit	↓	→	↑
Introspektionsfähigkeit	↓	→	↑
Leidensdruck	↑ ↑	→	↓

S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Gruppenbesonderheiten

Besonderheiten	Rote Gruppe	Gelbe Gruppe	Grüne Gruppe
Arbeitsunfähigkeit	Fast alle Gruppenmitglieder	Viele Gruppenmitglieder	Kaum Gruppenmitglieder
Gruppenzeiten	Vormittags 100 Minuten mit einer Pause nach einer Stunde wöchentlich	Nachmittags 100 Minuten ohne Pause wöchentlich	Abends 100 Minuten erst wöchentlich später 14tägig

S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Rote Gruppe -Ablauf

- Begrüßung, körpertherapeutische Übung zur Einstimmung
- Anfangs-Blitzlicht zum aktuellen Befinden (10 min)
- gemeinsame Bestimmung eines aktuellen Gruppenthemas
- Austausch in der Gruppe unter Flipchart-Dokumentation (40 min)
- 10 min „Pause“ nach ca. 60 min
- vertiefende Körper-Übung zur Sammlung bzgl. des ersten Teils
- Lern-und Lebensgeschichtliche Rückmeldungen der Gruppe (40 min)
- Schluss-Blitzlicht mit „Daumenbewertung“ - -

S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Gelbe Gruppe -Ablauf

- Begrüßung, körpertherapeutische Übung zur Einstimmung
- Anmeldungsrunde: Was liegt mir auf dem Herzen
- Gemeinsames Thema bestimmen
- Lern- und Lebensgeschichtliche Erfahrungen zum Gruppenthema über Resonanzübungen wachrufen
- Rückmeldungsrunde bzgl. der Wahrnehmungen im freien Austausch der Gruppenmitglieder
- Schluss-Blitzlicht

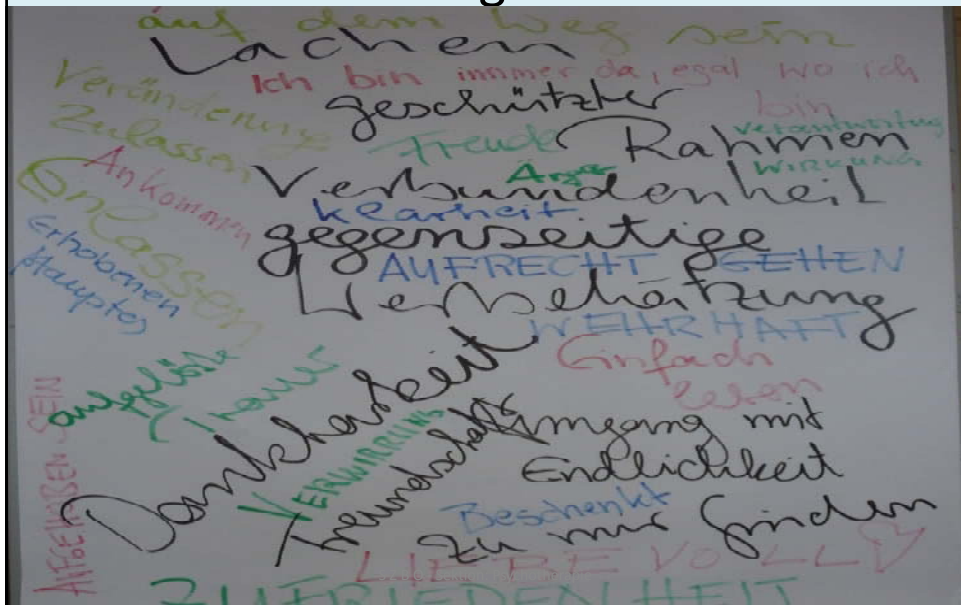
S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Grüne Gruppe -Ablauf

- Fast klassische tiefenpsychologisch fundierte Gruppentherapie im geschlossenen Setting
- Dauer 100 min
- Gruppengröße 6 bis 9 Teilnehmer
- Besonderheiten:
 - EEG-Bahnungen zum Glückserleben
 - Stärkung der Herzensweisheit

S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Rückmeldung nach 1 Jahr



Ausblick

-EEG der Herzensweisheit-

Erkenntnis:-Lust trotz schmerzlicher Ent(de)-
täuschungen zur Klarheit zu kommen

Wenn dir einer auf die rechte Wange schlägt, dann halt
ihm auch die andere hin! Matth 5-7

- Wer traut sich?

Ehre: wertschätzende Achtsamkeit

„Berührt sein schützt vor Kränkung“ Gruppenteilnehmerin

Gemeinschaft: gleichberechtigt (er)leben

Wenn die Zeit noch reicht-
-auf jeden Fall

Vielen Dank
für
Ihre Aufmerksamkeit

S Z B O - Sektion: Psychotherapie

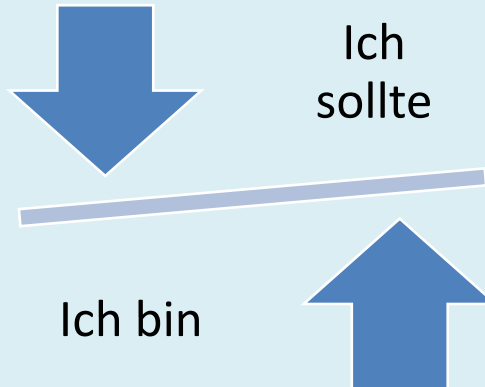
Weg zur Glücks-Gruppe

- Weichenstellung zur perfekten Zufriedenheit



S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Weg zur Glücks-Gruppe



S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Dynamik des Komperativs

Erfolg verführt zu mehr Erfolg
und
bedroht mit Misserfolg

S Z B O - Sektion: Psychotherapie

Glücklich und Zufrieden



Erfolg



Zufriedenheit

