

gRUPPenregeln (Stand: Mai 2025)

Als Therapeut, der die Gruppe leitet, gebe ich einige Gruppenregeln vor. Diese lauten:

1. Verschwiegenheit und Schweigepflicht

Nichts von dem, was in der Gruppensitzung besprochen wird, wird von den Teilnehmenden (TN) nach außen getragen und mit Menschen außerhalb der Gruppe geteilt. Innerhalb der Gruppe (TN und leitender Therapeut) gilt eine **gegenseitige Entbindung von der Schweigepflicht**, sodass zwischen TN und leitendem Therapeut in Gegenwart der anderen TN auch Inhalte aus der Einzeltherapie besprochen werden können und der leitende Therapeut z. B. den anderen TN Informationen zum Zustand und Befinden abwesender TN geben darf. Alle TN dürfen dem **jederzeit widersprechen** und werden darum gebeten, deutlich zu machen, wann immer sie eine Weitergabe von Informationen an die anderen TN *nicht* wünschen.

2. Engagement, Terminabsagen, Ausfallhonorar

Die TN bemühen sich, alle zum Geschehen in der Gruppe beizutragen, und räumen dem Termin eine hohe Priorität ein. Grundsätzlich gilt: Ein Gruppentherapietermin ist genauso wichtig wie ein Einzeltherapietermin. Falls TN wirklich absagen müssen (bitte vorher alle Möglichkeiten ausloten, doch teilzunehmen, auch Videoteilnahme ist möglich!), tun sie dies **mindestens zwei Stunden vor Beginn der Gruppe**. Bei einer späteren Absage fällt **unabhängig vom Grund der Absage** ein Ausfallhonorar von 37,76 € an. Wenn TN sich etwas verspäten, ist das derweil kein großes Problem – solange sie mindestens die Hälfte der Gruppensitzung noch mitbekommen. Generell tragen bitte alle TN dafür Sorge, dass sie **maximal zwei Gruppentermine in Folge verpassen** (auch hier: Bitte Video-Option in Erwägung ziehen!), damit die Kontinuität gewährleistet bleibt. Dabei ist bitte auch zu bedenken, dass die Gruppensitzung nur stattfinden kann, wenn **mindestens drei TN anwesend** sind.

3. Respekt

Selbstverständlich gehen die TN respektvoll miteinander um, vermeiden abwertende Äußerungen und lassen grundsätzlich einander ausreden. Sollte ein Unterbrechen/Begrenzen von TN nötig sein, ist dies Aufgabe des leitenden Therapeuten, der generell die Moderation der Redebeiträge in der Gruppe (Handzeichen der TN bei Wortmeldungen) übernimmt.

4. Ansprache

Die TN können alle selbst entscheiden, ob sie untereinander geduzt oder gesiezt werden wollen. Der Therapeut wird bitte gesiezt und siezt auch zurück, wobei seitens des leitenden Therapeuten zur Verwirrungsreduktion ggü. TN die Variante „Sie + Vorname“ zum Einsatz kommen kann, wenn die teilnehmende Person damit einverstanden ist.

5. Umgang mit Gefühlen in der Gruppe

Das Äußern und Zeigen von Gefühlen ist selbstverständlich erlaubt und erwünscht – niemand soll Gefühle unterdrücken. Dies gilt für Weinen und Lachen gleichermaßen 😊. Wenn TN sich einmal durch Gesprächsthemen in **nicht aushaltbarem Maße** emotional belastet fühlen (primär gilt das Prinzip: „Gefühle aushalten“), so dürfen sie, auch wortlos, den Gruppenraum verlassen, bleiben jedoch innerhalb der Praxis. Der leitende Therapeut holt sie wieder herein, sobald das betroffene Thema nicht mehr aktuell ist. Generell wird in der Gruppe das **Thema „suizidale Gedanken“** ausgeklammert und ausschließlich in der Einzeltherapie besprochen.