

Julia Barbara Hausmanns
Dr. med.

Evaluation einer ambulanten Kurzzeit-Gruppenintervention für Patienten in der zweiten Lebenshälfte

Promotionsfach: Innere Medizin
Doktorvater: Prof. Dr. med. W. Herzog

Der ältere Mensch von heute sieht sich sowohl in seinem privaten Umfeld, wie auch am Arbeitsplatz, zahlreichen Herausforderungen gegenübergestellt, die unter Umständen zu großen Belastungen und infolgedessen auch zu körperlichen oder seelischen Erkrankungen führen können. Im Rahmen verschiedener Untersuchungen ließen sich Prävalenzen für depressive Störungen unter älteren Erwachsenen finden, die sich zwischen 9 und 18% bewegten. Auch somatoforme und Angststörungen sind unter älteren Erwachsenen weit verbreitet und stellen allein aufgrund der wachsenden Zahl der älteren und alten Erwachsenen einen ernst zunehmenden Kostenfaktor im Gesundheitssystem dar. Vor diesem Hintergrund wurde die Gruppe 40plus ins Leben gerufen, die eine niedrigschwellige supportive Kurzzeitgruppentherapie für körperlich und psychisch belastete Patienten in der zweiten Lebenshälfte darstellt. Ziel der Gruppe 40plus ist eine ressourcenorientierte Stabilisierung des Patienten durch die eigenen Kräfte wodurch einer Chronifizierung der zugrunde liegenden Beschwerden entgegen gewirkt werden kann.

Es zeigte sich, dass Patienten mit mittelgradigen psychischen Beschwerden auch bei heterogener Gruppenzusammensetzung von dieser Kurzzeitintervention profitieren können. Viele Patienten, die im psychosomatischen Konsildienst oder in der Ambulanz vorgestellt werden, benötigen ein supportives Therapieangebot zur Stabilisierung in der neuen Lebenssituation. Sie stehen längerfristigen konventionellen Psychotherapieangeboten jedoch eher ablehnend gegenüber. Da die Akzeptanz niedrigschwelliger psychotherapeutischer Angebote bei älteren Patienten höher ist, könnte diese ambulante Kurzzeitgruppenintervention eine Versorgungslücke für Menschen mittleren und höheren Lebensalters schließen. Die Gruppentherapie stellt ferner in Zeiten der Rationalisierungsmaßnahmen eine preisgünstige Alternative zu medikamentöser und Einzeltherapie dar. Bezüglich gruppentherapeutischer Interventionen zeigte sich jedoch in der Literatur, dass die drop out-Rate hier höher ist, als in einzeltherapeutischen Interventionen, im Rahmen derer die Beziehung zwischen Therapeut und Patient enger ist als die Kohäsion zwischen Patient und Gruppenleiter. Kurzzeitgruppen benötigen daher im Vorfeld sorgfältiges Vorbereiten, da hier die Gründe für einen späteren Abbruch der Therapie liegen können.

In der vorliegenden Arbeit sollte zum einen untersucht werden, ob sich Gruppenteilnehmer hinsichtlich ihrer Befindlichkeit durch die Gruppenintervention bezüglich ihrer psychischen und physischen Belastungen gebessert hatten. Weiterhin sollte der Verlauf der bisherigen Gruppentreffen evaluiert werden, das heißt inwiefern und wie lange Patienten, die an diesen Treffen teilgenommen haben, in der Lage waren, die erlernten Strukturen auch nach Beendigung der Gruppe im Alltag noch einzusetzen.

Von 118 ehemaligen Gruppenteilnehmern wurden 75 Personen eingeschlossen, die regelmäßig an den Gruppentreffen und der psychometrischen Testung teilgenommen hatten. Es wurden jeweils die vor und nach der Gruppenteilnahme ausgefüllten Fragebögen (PHQ-D und RES) statistisch ausgewertet und soziodemographische Angaben zu den ehemaligen Gruppenteilnehmern zusammengetragen. Weiterhin wurden alle Gruppenteilnehmer von 2002

bis einschließlich Herbst 2006 gebeten, an einer telefonischen Nachbefragung in Form eines semistrukturierten Interviews, teilzunehmen. Es wurden 35 Interviews durchgeführt, alle 35 Interviewteilnehmer füllten zudem den PHQ-D noch einmal aus. Die geschlossenen Fragen des semistrukturierten Interviews wurden ebenfalls mit Hilfe deskriptiver statistischer Methoden ausgewertet. Die offenen Fragen hingegen mittels qualitativer Inhaltsanalyse nach Mayring.

Insgesamt zeigte sich für die Studienteilnehmer eine signifikante Reduktion der Belastung durch Depressivität, Somatisierung und psychosozialen Stress nach Teilnahme an der Gruppe. Die Auswertung des Katamneseinterview zeigte, dass die befragten Gruppenteilnehmer einen Zugang zu psychotherapeutischen Arbeitsweisen gefunden hatten, und dass sich knapp ein Drittel der Befragten in einer weiterführenden psychotherapeutischen Behandlung befanden. Ein Großteil der im Katamneseinterview befragten Patienten gab an, im Rahmen der Gruppentreffen Möglichkeiten kennen gelernt zu haben, mit deren Hilfe sie ihre Beschwerden positiv beeinflussen könnten. Die vorliegende Untersuchung zur Wirksamkeitsprüfung der Gruppe 40plus weist methodische Schwächen auf, da unter anderem keine Kontrollgruppe zum Vergleich herangezogen werden konnte, und die Latenzzeit zwischen Gruppenteilnahme und Katamneseinterview unterschiedlich lange war.

Vor diesem Hintergrund sind die Ergebnisse nur bedingt aussagekräftig. Sie geben jedoch Hinweise darauf, dass körperlich und psychisch belastete Patienten in der zweiten Lebenshälfte von dieser ambulanten, niedrighwelligen und supportiv ausgerichteten Gruppentherapie „Gruppe 40plus“ profitieren können.