

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Einleitung..... | 9 |
| Teil I: Die theoretischen Grundlagen der Schematherapie | 13 |
| 1. Universelle zentrale emotionale Bedürfnisse | 14 |
| 2. Die Entwicklung früher maladaptiver Schemata als Konsequenz unerfüllter Bedürfnisse | 17 |
| 3. Eine Einteilung früher maladaptiver Schemata | 24 |
| 3.1 Domäne I: Abgetrenntheit und Ablehnung..... | 24 |
| 3.2 Domäne II: Beeinträchtigung von Autonomie und Leistung.. | 26 |
| 3.3 Domäne III: Beeinträchtigung im Umgang mit Begrenzungen..... | 28 |
| 3.4 Domäne IV: Fremdbezogenheit..... | 29 |
| 3.5 Domäne V: Übertriebene Wachsamkeit und Gehemmtheit... | 31 |
| 4. Bewältigungsstile und -reaktionen | 34 |
| 5. Bewältigungsstil: sich fügende Reaktionen | 40 |
| 6. Bewältigungsstil: Schemavermeidung..... | 43 |
| 7. Bewältigungsstil: Schemaüberkompensation..... | 46 |
| 8. Schemamodi als Zustände (Unterscheidung zwischen Zuständen und Persönlichkeitseigenschaften)..... | 50 |
| 9. Verwundungen im Kern der Persönlichkeit: der Modus <i>Verletzbares Kind</i> | 53 |
| 10. Die Modi <i>Verärgertes Kind</i> und <i>Impulsives Kind</i> | 56 |
| 10.1 <i>Verärgertes Kind</i> | 56 |
| 10.2 <i>Impulsives Kind</i> | 58 |
| 11. Maladaptive Bewältigungsmodi..... | 60 |
| 12. Internalisierte Eltern-Modi | 64 |

| | | |
|------|---|----|
| 13. | Gesunde Modi: <i>Gesunder Erwachsener, Glückliches Kind</i> | 67 |
| 13.1 | <i>Gesunder Erwachsener</i> | 67 |
| 13.2 | <i>Glückliches Kind</i> | 69 |
| 14. | Begrenztes Reparenting | 70 |
| 15. | Empathische Konfrontation | 73 |

Teil II: Die praktischen Grundlagen der Schematherapie..... 75

| | | |
|------|--|-----|
| 16. | Der Einschätzungsprozess: fokussiertes Interview zur Lebensgeschichte, Schemainventare und Selbstbeobachtung | 76 |
| 16.1 | Erste Einschätzung und fokussierte Lebensgeschichte | 77 |
| 16.2 | Das Young Schema Questionnaire | 79 |
| 16.3 | Andere Inventare und Selbstberichts-Fragebögen | 81 |
| 16.4 | Selbstbeobachtung als Werkzeug für die Einschätzung | 81 |
| 17. | Der Einschätzungsprozess: geleitete Imagination | 83 |
| 18. | Der Einschätzungsprozess: Verhalten in der Sitzung und die therapeutische Beziehung | 87 |
| 19. | Edukation des Klienten und Verwendung des Fallkonzeptformulars | 90 |
| 20. | Toolbox 1: relationale Techniken | 94 |
| 21. | Toolbox 2: kognitive Techniken | 98 |
| 21.1 | Sammeln von Daten / Beweisen | 98 |
| 21.2 | Reframing / Reattribution | 101 |
| 21.3 | Schema-Erinnerungskarten und -tagebücher | 101 |
| 21.4 | Schemadialoge | 103 |
| 22. | Toolbox 3: emotionsfokussierte Techniken | 105 |
| 23. | Toolbox 4: Aufbrechen von Verhaltensmustern | 108 |
| 23.1 | Erinnerungskarten, die sich auf alternative, gesündere Verhaltensweisen konzentrieren | 109 |
| 23.2 | Verhaltensübungen in Imagination oder Rollenspiel | 109 |
| 23.3 | Verhaltensbezogene Hausaufgaben | 109 |
| 23.4 | Die Assoziation von Verhaltensweisen mit selbst zugeführten Belohnungen und Kontingenzen | 110 |

| | | |
|------|--|-----|
| 24. | Modus-Dialoge und Imaginationen | 111 |
| 24.1 | Dialoge in der Modusarbeit..... | 111 |
| 24.2 | Imagination in der Modusarbeit | 112 |
| 25. | Besonderheiten bei der Arbeit mit Borderline-Klienten..... | 115 |
| 25.1 | Die Anwendung des Schematherapiemodells auf die BPS | 116 |
| 25.2 | Die Behandlung der BPS mit der Schematherapie | 119 |
| 25.3 | Wirksamkeit der Schematherapie bei der BPS..... | 122 |
| 26. | Besonderheiten bei der Arbeit mit narzisstischen Klienten | 124 |
| 26.1 | Die Behandlung der narzisstischen Persönlichkeitsstörung .. | 124 |
| 26.2 | Die Behandlung der antisozialen Persönlichkeitsstörung | 128 |
| 27. | Besonderheiten bei der Arbeit mit Paaren | 130 |
| 27.1 | Die Anwendung des Schematherapiemodells bei Paaren..... | 130 |
| 27.2 | Die Durchführung der Schematherapie bei Paaren | 132 |
| 28. | Das Wechselspiel zwischen der Schematherapie für Achse-II-Störungen und der KVT für Achse-I-Störungen | 137 |
| 29. | Die therapeutische Beziehung: begrenztes Reparenting | 140 |
| 30. | Schemata des Therapeuten | 144 |
| | Literatur..... | 149 |
| | Index | 153 |