

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 Gehemtheit...	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