

# Inhalt

Einleitung.....	9
<b>Teil I: Die theoretischen Grundlagen der Schematherapie .....</b>	<b>13</b>
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.	Eduktion 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