

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>IX</b>
von R. Jahrreiss und K. Limbacher	
<b>Einleitung</b>	<b>XI</b>
<b>I Theoretische Grundlagen</b>	
<b>1 Klassifikation und Diagnostik bei Persönlichkeitsstörungen</b>	<b>1</b>
1.1 Allgemeine diagnostische Kriterien	1
1.2 Spezifische diagnostische Kriterien	2
1.3 Probleme der Diagnostik	3
1.4 Störungsübergreifende Merkmale bei Persönlichkeitsstörungen	3
<b>2 Ausgewählte Forschungsschwerpunkte bei Persönlichkeitsstörungen</b>	<b>3</b>
2.1 Kategoriale versus dimensionale Ansätze in der Diagnostik von Persönlichkeitsstörungen	3
2.2 Entwicklung standardisierter und strukturierter Untersuchungsinstrumente	4
2.3 Epidemiologische Untersuchungen und Komorbiditätsforschung	4
2.4 Persönlichkeitsstörungen und Abhängigkeitserkrankungen	6
2.5 Therapiebezogene Komorbiditätsforschung	7
2.6 Studien zur Wirksamkeit von Verhaltenstherapie bei Persönlichkeitsstörungen	8
<b>3 Verhaltenstherapeutische Erklärungs- und Behandlungsansätze bei Persönlichkeitsstörungen</b>	<b>8</b>
3.1 Entwicklungsbedingungen ausgewählter Persönlichkeitsstörungen nach Millon	10
3.2 Der kognitive Ansatz von Beck und Mitarbeitern	14
3.3 Der schematheoretische Ansatz von Young	18
3.4 Der dreistufige empirische Ansatz von Turkat	20
3.5 Der Ansatz der dialektischen Verhaltenstherapie bei Borderline-Persönlichkeitsstörungen von Linehan	20
3.6 Zusammenfassung	23
<b>4 Psychoedukation und Persönlichkeitsstörungen</b>	<b>23</b>
4.1 Die stigmatisierende Sprache und Defizitorientierung des Persönlichkeitsstörungskonzepts	24
4.2 Das dimensionale Modell der Persönlichkeitsstile als Grundlage eines psychoedukativen Behandlungsansatzes	25
4.3 Psychoedukation und Motivierung	26
<b>5 Persönlichkeitsstile und Persönlichkeitsstörungen</b>	<b>30</b>

<b>6</b>	<b>Das psychoedukativ- und kompetenzorientierte Gruppentherapieprogramm</b>	<b>36</b>
6.1	Institutionelle und organisatorische Rahmenbedingungen	36
6.2	Die psychoedukativen Themen	37
6.3	Die kompetenzorientierten Bausteine	39
6.4	Zielsetzungen und Besonderheiten	40
<b>7</b>	<b>Handhabung und Anwendung des Manuals</b>	<b>41</b>
7.1	Gruppentherapie	42
7.2	Einzeltherapie	43
7.3	Abwandlung des gruppentherapeutischen Programms	43
<b>8</b>	<b>Evaluation des Gruppenprogramms</b>	<b>44</b>

## **II Das Gruppentherapieprogramm „Persönlichkeits- und Kommunikationsstile“**

<b>1</b>	<b>Der gewissenhafte Persönlichkeitsstil - die zwanghafte Persönlichkeitsstörung</b>	<b>53</b>
1.1	Psychoedukativer Teil	53
1.2	Hausaufgaben und vorbereitende Übungen	60
	„Vorbereitende Übung ‘Genuss’“	60
	„Disput irrationaler Einstellungen“	61
	„Anregung zur Schulung der Wahrnehmungsfähigkeit“	61
1.3	Kompetenzorientierter Übungsteil	61
	„Energiekuchen“	61
	„Genussexperiment“	61
	„Blinder Spaziergang“	62
	„Kopfwiegen“	62
	„Vertrauensfall“	63
	„Sich von innerem ‘Gepäck’ distanzieren“	63
<b>2</b>	<b>Der dramatischen Persönlichkeitsstil - die histrionische Persönlichkeitsstörung</b>	<b>64</b>
2.1	Psychoedukativer Teil	64
2.2	Hausaufgaben und vorbereitende Übungen	70
	„Vorbereitung eines individuellen Konfliktgesprächs“	70
	„Bild meiner Selbst aus verschiedenen Perspektiven“	70
	„Persönlichkeitsrad“	70
2.3	Kompetenzorientierter Übungsteil	70
	„Trennung der Wahrnehmungsebenen“	71
	„Kontrollierter Dialog“	71
	„Sprich per ich“	71
	„Wirkung positiver Kommunikationsstrategien“	72
	„Vorwürfe in Wünsche umformulieren“	72
	„Individuelles Rollenspiel“	72
	„Gefühle verstehen“	73

<b>3</b>	<b>Der anhängliche Persönlichkeitsstil - die dependente Persönlichkeitsstörung</b>	<b>74</b>
3.1	Psychoedukativer Teil	74
3.2	Hausaufgaben und vorbereitende Übungen	80
	„Der Ausdruck von Gefühlen“	80
3.3	Kompetenzorientierter Übungsteil	80
	„Gefühlsphantomime“	80
	„Nicht-sprachlicher Ausdruck von Gefühlen“	80
	„Sprachlicher Ausdruck von Gefühlen“	80
	„Auswirkung von direktem und indirektem Gefühlsausdruck“	80
	„Eigene Bedürfnisse offen und ehrlich zum Ausdruck bringen“	81
	„Wünsche abschlagen“	81
	„Reflexion dysfunktionaler Grundüberzeugungen“	82
	„Ich kann nicht - ich will nicht“	82
<b>4</b>	<b>Der selbstbewusste Persönlichkeitsstil - die narzisstische Persönlichkeitsstörung</b>	<b>83</b>
4.1	Psychoedukativer Teil	83
4.2	Hausaufgaben und vorbereitende Übungen	88
	„Umgang mit Kritik“	88
	„Eigene Stärken/Schwächen“	88
4.3	Kompetenzorientierter Übungsteil	88
	„Fragen und Antworten“	88
	„Gefühle spiegeln“	89
	„Pantomime“	89
	„Verbale Einfühlung“	89
	„Quadratübung“	89
	„Feedback“	91
	„Der heiße Stuhl“	91
<b>5</b>	<b>Der sensible Persönlichkeitsstil - die selbstunsichere Persönlichkeitsstörung</b>	<b>92</b>
5.1	Psychoedukativer Teil	92
5.2	Hausaufgaben und vorbereitende Übungen	97
	„Diskriminationstraining“	97
	„Übungsvorschläge“	97
	„Unsicherheit ist eine Kopfgeburt“	97
5.3	Kompetenzorientierter Übungsteil	98
	„Party“	98
	„Nicht um die Ecke sprechen“	98
	„Nein-Kreis“	99
	„Sicher Stehen“	99
	„Die Platte mit dem Sprung“	99
	„Rollenspiele“	99
	„Innere Fallen...“	100
	„Der Kopf ist rund...“	
<b>6</b>	<b>Der sprunghafte Persönlichkeitsstil - die Borderline-Persönlichkeitsstörung</b>	<b>101</b>
6.1	Psychoedukativer Teil	101
6.2	Hausaufgaben und vorbereitende Übungen	106
	„Protokolle: Was denken - was fühlen - was tun?“ <sup>106</sup>	
6.3	Kompetenzorientierter Übungsteil	107
	„Atemfluss und -wirkung“	107
	„Konzentration auf den Atem“	107
	„Bewusstes Gehen“	108
	„Nähe-Distanz-Übung“	109
	„Der innere Balkon“	109
	„Gelenkte Imagination“	110
	„Verhaltensanalyse“	110

### **III Materialien**

#### **Anhang A:**

<b>Materialien zum psychoedukativen Teil</b>	<b>111</b>
Gewissenhafter Stil	111
Dramatischer Stil	119
Anhänglicher Stil	127
Selbstbewusster Stil	135
Sensibler Stil	143
Sprunghafter Stil	151

#### **Anhang B:**

<b>Materialien zum kompetenzorientierten Übungsteil</b>	<b>161</b>
Gewissenhafter Stil	161
Dramatischer Stil	168
Anhänglicher Stil	175
Selbstbewusster Stil	186
Sensibler Stil	191
Sprunghafter Stil	212

#### **Anhang C:**

Patienteninformation zum Therapieprogramm	<b>215</b>
---	------------

#### **Anhang D:**

<b>Gruppenbewertungsbogen</b>	<b>217</b>
Prozessbewertungsbogen	217
Abschlussbewertungsbogen	219
Faktorenstruktur, Skalen, Auswertung	221

<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>223</b>
-----------------------------	------------