

Inhaltsübersicht

Vorwort	11
Einführung in die Schematherapie	14
Teil I Schwierige Situationen mit dysfunktionalen Bewältigungsmodi: Vermeidung	31
1 Basics für die Bearbeitung von Vermeidungsmodi	32
2 Der Patient vermeidet harnäckig durch Schweigen oder »Ich weiß nicht!«	35
3 Der Patient zeigt suchtartige Verhaltensweisen	49
4 Die Patientin klagt oder schimpft unentwegt	63
5 Suizidalität oder selbstschädigendes Verhalten als vermeintlicher Ausweg	76
Teil II Schwierige Situationen mit dysfunktionalen Bewältigungsmodi: Unterwerfung	89
6 Basics für die Bearbeitung von Erduldungs- bzw. Unterwerfungsmodi	90
7 Die Patientin kümmert sich zu viel um andere	93
Teil III Schwierige Situationen mit dysfunktionalen Bewältigungsmodi: Überkompensation	105
8 Basics für die Bearbeitung von Überkompensationsmodi	106
9 Der Patient verhält sich herablassend, arrogant oder entwertend	109
10 Der Patient verhält sich aggressiv, betrügerisch oder kriminell	121
11 Der Patient zeigt kontrollierendes Verhalten, z. B. in Form von Logorrhoe	130
12 Der Patient bindet die Therapeutin narzisstisch ein (Kollusion)	141
Teil IV Schwierige Situationen mit Kindmodi: Vulnerabilität	151
13 Basics für die Bearbeitung von verletzbaren Kindmodi	152
14 Die Patientin ist extrem verletzlich und/oder bricht plötzlich in Tränen aus	156
15 Die Patientin ist stark dependent und auf den Therapeuten fixiert	167

Teil V	Schwierige Situationen mit Kindmodi: Ärger und Wut	181
16	Basics für die Bearbeitung von ärgerlichen oder wütenden Kindmodi	182
17	Die Patientin ist sehr wütend und/oder schreit den Therapeuten an	186
Teil VI	Schwierige Situationen mit Kindmodi: Impulsivität, Undiszipliniertheit, Trotz	201
18	Basics für die Bearbeitung von impulsiven, undisziplinierten oder trotzigen Kindmodi	202
19	Die Patientin ist trotzig	205
20	Der Patient macht keine Fortschritte, weil ihm vieles zu anstrengend ist	216
Teil VII	Schwierige Situationen mit dysfunktionalen Elternmodi	227
21	Basics für die Bearbeitung von strafenden und fordernden Elternmodi	228
22	Die Patientin fordert sich extrem und kann sich davon nicht distanzieren	233
23	Der Patient reagiert panisch auf emotionsorientierte Übungen oder »Der Elternmodus schlägt zurück«	245
Teil VIII	Schwierige Therapiesituationen und Anteile des Therapeuten	259
24	Basics für den Einsatz der Schematherapie in Selbsterfahrung und Supervision	260
25	Typische Muster von Therapeuten	263
	Literaturverzeichnis	277
	Sachwortverzeichnis	279

Inhalt

Vorwort	11
Einführung in die Schematherapie	14
Zentrale Konzepte der Schematherapie	14
Diagnostik und Indikation	22
Therapeutisches Vorgehen	23
Teil I Schwierige Situationen mit dysfunktionalen Bewältigungsmodi: Vermeidung	31
1 Basics für die Bearbeitung von Vermeidungsmodi	32
2 Der Patient vermeidet hartnäckig durch Schweigen oder »Ich weiß nicht!«	35
2.1 Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	37
2.2 Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	40
2.3 Konkrete Lösungsvorschläge	44
3 Der Patient zeigt suchtartige Verhaltensweisen	49
3.1 Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	51
3.2 Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	55
3.3 Konkrete Lösungsvorschläge	58
4 Die Patientin klagt oder schimpft unentwegt	63
4.1 Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	65
4.2 Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	68
4.3 Konkrete Lösungsvorschläge	71
5 Suizidalität oder selbstschädigendes Verhalten als vermeintlicher Ausweg	76
5.1 Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	77
5.2 Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	79
5.3 Konkrete Lösungsvorschläge	83

Teil II	Schwierige Situationen mit dysfunktionalen Bewältigungsmodi: Unterwerfung	89
6	Basics für die Bearbeitung von Erduldungs- bzw. Unterwerfungsmodi	90
7	Die Patientin kümmert sich zu viel um andere	93
7.1	Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	94
7.2	Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	97
7.3	Konkrete Lösungsvorschläge	100
Teil III	Schwierige Situationen mit dysfunktionalen Bewältigungsmodi: Überkompensation	105
8	Basics für die Bearbeitung von Überkompensationsmodi	106
9	Der Patient verhält sich herablassend, arrogant oder entwertend	109
9.1	Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	110
9.2	Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	114
9.3	Konkrete Lösungsvorschläge	117
10	Der Patient verhält sich aggressiv, betrügerisch oder kriminell	121
10.1	Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	122
10.2	Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	125
10.3	Konkrete Lösungsvorschläge	127
11	Der Patient zeigt kontrollierendes Verhalten, z. B. in Form von Logorrhoe	130
11.1	Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	131
11.2	Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	134
11.3	Konkrete Lösungsvorschläge	138
12	Der Patient bindet die Therapeutin narzisstisch ein (Kollusion)	141
12.1	Welcher Modus ist in dieser Situation zentral?	143
12.2	Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	144
12.3	Konkrete Lösungsvorschläge	146

Teil IV Schwierige Situationen mit Kindmodi: Vulnerabilität	151
13 Basics für die Bearbeitung von verletzbaren Kindmodi	152
14 Die Patientin ist extrem verletzlich und/oder bricht plötzlich in Tränen aus	156
14.1 Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	158
14.2 Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	160
14.3 Konkrete Lösungsvorschläge	163
15 Die Patientin ist stark dependent und auf den Therapeuten fixiert	167
15.1 Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	169
15.2 Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	172
15.3 Konkrete Lösungsvorschläge	176
Teil V Schwierige Situationen mit Kindmodi: Ärger und Wut	181
16 Basics für die Bearbeitung von ärgerlichen oder wütenden Kindmodi	182
17 Die Patientin ist sehr wütend und/oder schreit den Therapeuten an	186
17.1 Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	187
17.2 Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	190
17.3 Konkrete Lösungsvorschläge	196
Teil VI Schwierige Situationen mit Kindmodi: Impulsivität, Undiszipliniertheit, Trotz	201
18 Basics für die Bearbeitung von impulsiven, undisziplinierten oder trotzigen Kindmodi	202
19 Die Patientin ist trotzig	205
19.1 Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	206
19.2 Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	210
19.3 Konkrete Lösungsvorschläge	212

20	Der Patient macht keine Fortschritte, weil ihm vieles zu anstrengend ist	216
20.1	Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	217
20.2	Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	220
20.3	Konkrete Lösungsvorschläge	222
Teil VII Schwierige Situationen mit dysfunktionalen Elternmodi		227
21	Basics für die Bearbeitung von strafenden und fordernden Elternmodi	228
22	Die Patientin fordert sich extrem und kann sich davon nicht distanzieren	233
22.1	Welcher Modus ist in dieser Situation zentral?	234
22.2	Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	237
22.3	Konkrete Lösungsvorschläge	241
23	Der Patient reagiert panisch auf emotionsorientierte Übungen oder »Der Elternmodus schlägt zurück«	245
23.1	Welcher Modus ist in diesen Situationen zentral?	248
23.2	Ziele und Strategien im Umgang mit der Situation	249
23.3	Konkrete Lösungsvorschläge	255
Teil VIII Schwierige Therapiesituationen und Anteile des Therapeuten		259
24	Basics für den Einsatz der Schematherapie in Selbsterfahrung und Supervision	260
25	Typische Muster von Therapeuten	263
25.1	Typische Schwierigkeiten von Therapeuten	263
25.2	Welche Modi des Therapeuten sind beteiligt?	269
25.3	Ziele und Änderungsstrategien	272
25.4	Konkrete Lösungsvorschläge	274
Literaturverzeichnis		277
Sachwortverzeichnis		279