

Inhalt

1 Grundlagen	1
1.1 Geschichte der Schematherapie	1
1.2 Schematherapie als Erweiterung der Verhaltenstherapie	4
1.3 Psychologische Grundlagen	12
1.4 Neurobiologische Perspektive	31
1.5 Bedeutung der frühen Erfahrungen	45
1.6 Mentale und interpersonale Perspektive	57
1.7 Möglichkeiten und Grenzen von Veränderungsprozessen	61
2 Modelle	77
2.1 Schemamodell	77
2.2 Schemabewältigung	84
2.3 Modusmodell	93
2.4 Ergänzungen zum Modusmodell	124
3 Therapieprozess, therapeutische Beziehung und Therapierational	145
3.1 Therapieziele und Therapiephasen	145
3.2 Therapeutische Wirkfaktoren	152
3.3 Ressourcenaktivierende Beziehungsgestaltung	155
3.4 Problemaktualisierung durch emotionale Exposition	179
3.5 Mentalisierung und motivationale Klärung	184
3.6 Neubewertung und Handlungsvorbereitung	193
3.7 Trainingsparadigma zur Stabilisierung der Problembewältigung	197
3.8 Gestaltung der Therapiestunden	198

4 Spezielle Techniken 201

4.1 Schematherapeutische Fragebögen 202

4.2 Schematherapeutische Fallkonzeptionen 215

4.3 Emotionale Aktivierung und Imaginationsübungen. 230

4.4 Modusdialoge auf Stühlen 289

4.5 Einleitung der Verhaltensänderung 323

4.6 Verhaltensübungen 333

5 Besondere und schwierige Therapiesituationen 353

5.1 Arbeiten mit der therapeutischen Beziehung 354

5.2 Umgang mit Krisen einschließlich Suizidalität 358

5.3 Selbstschädigendes Verhalten. 362

5.4 Aggressivität und überschießende Emotionen (Überkompensation) 366

5.5 Stockende Therapieprozesse und fehlende Emotionen
(distanzierte Beschützer) 378

5.6 Sehr unterwürfige oder verliebte Patienten 389

5.7 Somatisierung oder komorbide somatische Erkrankungen 393

5.8 Narzisstische Patienten 396

5.9 Ablösungsphase und Therapieende 401

5.10 Interpersonale Perspektive 406

6 Ausblick und empirische Absicherung 413

6.1 Aktuelle Entwicklungen. 413

6.2 Empirische Absicherung und Stand der Forschung 414

6.3 Fortbildungsmöglichkeiten 417

Literatur 420

Sachverzeichnis. 442