

# Inhalt

Vorwort.....	9
Einleitung .....	11
<b>1. Klinik der Verhaltenssuchte .....</b>	<b>15</b>
1.1 Phänomenologie.....	15
1.1.1 Klinische Beschreibung.....	15
1.1.2 Fallbeispiele.....	18
1.2 Diagnostik .....	23
1.2.1 Kategoriale Diagnostik in den Diagnosesystemen .....	23
1.2.2 Erfassung mit Fragebögen und Interviews .....	28
1.2.3 Differentialdiagnostik .....	30
1.2.4 Abschließende Hinweise zur informellen Diagnose Verhaltenssucht .....	35
1.3 Epidemiologie .....	37
1.4 Komorbidität .....	38
<b>2. Ätiologie: bisherige Erklärungsansätze für Verhaltenssucht .....</b>	<b>41</b>
2.1 Neurobiologie .....	41
2.2 Lerntheorie.....	43
2.2.1 Operante Konditionierung .....	44
2.2.2 Klassische Konditionierung.....	45
<b>3. Die schematherapeutische Basis .....</b>	<b>47</b>
3.1 Emotionale Grundbedürfnisse.....	47
3.1.1 Bedürfnis nach sicherer Bindung .....	47
3.1.2 Bedürfnis nach Autonomie, Identität und Kompetenz (oder Selbstwertsteigerung) .....	50
3.1.3 Bedürfnis nach realistischen Grenzen und Selbstkontrolle .....	52
3.1.4 Bedürfnis nach Freiheit im Ausdruck von Bedürfnissen und Emotionen ..	54
3.1.5 Bedürfnis nach Spontaneität und Spiel .....	56
3.2 Gefühle .....	60
3.3 Begrenzte Nachbeelterung .....	65

<b>4.</b>	<b>Verhaltenssucht im schematherapeutischen Modus-Modell .....</b>	<b>67</b>
4.1	Die Grundkomponenten des Modus-Modells .....	67
4.1.1	Die Kind-Modi .....	70
4.1.2	Bezugspersonen-Modi.....	75
4.1.3	Die Bewältigungs-Modi .....	80
4.1.4	Der Modus des Gesunden Erwachsenen .....	87
4.1.5	Einfluss der Modi von Therapeut*innen auf den Behandlungsprozess.....	88
4.1.6	Modi und neuronale Plastizität .....	89
4.2	Verhaltenssucht als Modus des Distanzierten Selbstberuhigers / Selbststimulierers .....	91
4.3	Verhaltenssucht als Modus des Impulsiven oder Undisziplinierten Kindes .....	93
<b>5.</b>	<b>Schematherapie bei Verhaltenssucht: das konkrete Vorgehen .....</b>	<b>103</b>
5.1	Information und Psychoedukation .....	103
5.2	Das Modus-Modell erstellen .....	110
5.3	Imaginationen .....	117
5.3.1	Ressourcenaktivierende und stabilisierende Imaginationen.....	120
5.3.2	Diagnostische Imaginationen .....	125
5.3.3	Überschreibende Imaginationen .....	130
5.3.4	Imaginationen zur Vorbereitung von Verhaltensänderungen .....	165
5.3.5	Kurzimaginationen zur Vertiefung von Emotionen während der therapeutischen Arbeit.....	168
5.4	Stuhldialoge .....	169
5.4.1	Booster für die Psychoedukation .....	170
5.4.2	Klare Trennung und Markierung einzelner Modi .....	176
5.4.3	Entmachtung des Strafenden Modus und Versorgung des Modus des Vulnerablen Kindes .....	179
5.4.4	Begrenzung des Fordernden Modus und Versorgung des Modus des Vulnerablen Kindes .....	184
5.4.5	Regulation von Bewältigungs-Modi unter besonderer Berücksichtigung des Distanzierten Selbstberuhigers .....	190
5.4.6	Förderung funktionaler Anforderungen des Modus des Gesunden Erwachsenen und Versorgung des Modus des Impulsiven Kindes.....	200
5.4.7	Förderung funktionaler Anforderungen des Modus des Gesunden Erwachsenen und Versorgung des Undisziplinierten Kindes.....	206
5.4.8	Versorgung und Regulation des Modus des Ärgerlichen Kindes.....	212
5.4.9	Bearbeitung von Ambivalenz bei Menschen mit Verhaltenssucht .....	216

<b>6.</b>	<b>Schematherapie bei Verhaltenssucht:</b>	
	<b>Strategien für den Transfer in den Alltag</b> .....	223
6.1	Das Modus-Memo .....	223
6.2	Erinnerungsobjekte .....	230
6.3	Ergänzende therapeutische Strategien .....	232
6.3.1	Verhaltenstherapie .....	232
6.3.2	Achtsamkeitsbasierte Ansätze.....	242
6.3.3	Akzeptanz-Commitment-Therapie .....	246
<b>7.</b>	<b>Schwierige Therapiesituationen und ihre Auflösung</b> .....	249
7.1	Wiederkehrende Ambivalenz hinsichtlich Veränderung .....	249
7.2	Unaufrichtigkeit .....	249
7.3	Stillstand .....	254
7.4	Unzuverlässigkeit und mangelnde Adhärenz .....	258
7.5	Verantwortungsabgabe an Therapeut*innen .....	264
7.6	Symptomverschiebung .....	265
7.7	Gefühle von Ärger und Frustration bei Therapeut*innen .....	266
7.8	Rückfälle und Rückfallprophylaxe .....	268
7.9	Einbezug von Angehörigen und Co-Abhängigkeit.....	272
	Literatur.....	275
	Index .....	281
	Überblick Online-Materialien .....	285