

Inhalt

Vorwort.....	9
Einleitung	11
1. Klinik der Verhaltenssuchte	15
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
2. Ätiologie: bisherige Erklärungsansätze für Verhaltenssucht	41
2.1 Neurobiologie	41
2.2 Lerntheorie.....	43
2.2.1 Operante Konditionierung.....	44
2.2.2 Klassische Konditionierung.....	45
3. Die schematherapeutische Basis	47
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

4. Verhaltenssucht im schematherapeutischen Modus-Modell	67
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
5. Schematherapie bei Verhaltenssucht: das konkrete Vorgehen	103
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

6. Schematherapie bei Verhaltenssucht: Strategien für den Transfer in den Alltag	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
7. Schwierige Therapiesituationen und ihre Auflösung	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