

Inhalt

Vorwort zur ersten deutschsprachigen Auflage	12
Vorwort zur zweiten deutschsprachigen Auflage	14
Hinweise zur Übersetzung	16
Danksagung	19
Einleitung	21
1 Borderline-Persönlichkeitsstörung	23
1.1 Was ist eine Borderline-Persönlichkeitsstörung?	23
1.2 Prävalenz und Komorbidität	24
1.3 Entwicklung der Borderline-Persönlichkeitsstörung	25
2 Grundlagen der Schematherapie zur Behandlung der Borderline-Persönlichkeitsstörung	27
2.1 Entwicklung der Schematherapie zur Behandlung der Borderline-Persönlichkeitsstörung	27
2.2 Forschungsergebnisse	28
2.3 (Kontra-)Indikationen	31
2.4 Theoretische Grundlagen der Schematherapie	32
2.5 Schemamodi	34
2.5.1 Der distanzierte Selbstschutzmodus	36
2.5.2 Der Modus des verlassenen oder missbrauchten Kindes	41
2.5.3 Der Modus des wütenden oder impulsiven Kindes	42
2.5.4 Der bestrafende oder überkritische Modus	45
2.5.5 Der gesunde Erwachsenenmodus	46
2.5.6 Der Modus des glücklichen Kindes	47
3 Behandlung	50
3.1 Behandlungsstruktur	53
3.2 Therapiephasen	54
3.3 Anfangsphase der Therapie und Erstellung eines Fallkonzepts	56
3.4 Krisenmanagement	63
3.5 Therapeutische Interventionen mit Schemamodi	64
3.6 Abschlussphase der Therapie	66
4 Therapeutische Beziehung	69
4.1 Begrenzte Übernahme einer Elternrolle durch die Therapeutin	69
4.1.1 Fürsorgliches Verhalten	71
4.1.2 Anleitung und Beratung	72
4.1.3 Empathische Konfrontation	73

4.1.4	Grenzen-Setzen	75
4.1.5	Rollenspiele und Rollentausch	82
4.1.6	Imaginatives Überschreiben	82
4.2	Schemata der Therapeutin	82
4.3	Selbstoffenbarung	84
4.4	Kognitive Techniken und die therapeutische Beziehung	85
4.5	Verhaltensbezogene Therapietechniken und die therapeutische Beziehung	87
5	Erlebnisorientierte Techniken	89
5.1	Imaginationsübungen	89
5.1.1	Anwendungsbereiche und Ziele der Imaginationsübungen	90
5.1.2	Imagination eines sicheren Ortes	94
5.1.3	Imaginationsübungen bei der Suche nach den Entstehungsbedingungen für Modi	95
5.2	Imaginatives Überschreiben	100
5.2.1	Grundlagenmodell für die imaginative Überschreibung im ersten Teil der Behandlung	100
5.2.2	Imaginative Überschreibung in der Abschlussphase der Behandlung	106
5.2.3	Imaginatives Überschreiben: Veränderung von Verhaltensmustern	110
5.3	Rollenspiele	121
5.3.1	Rollenspiel zu vergangenen Situationen	121
5.3.2	Rollenspiel zu einer gegenwärtigen Situation	131
5.4	Zwei-oder-Mehr-Stühle-Technik	132
5.4.1	Zwei-Stühle-Technik im Umgang mit dem bestrafenden Elternteil	132
5.4.2	Leere-Stuhl-Technik für den fordernden Elternmodus	136
5.4.3	Zwei-Stühle-Technik im Umgang mit dem distanzierten Selbstschutzmodus	139
5.4.4	Einsatz mehrerer Stühle	141
5.4.5	Einsatz von zwei oder mehreren Stühlen in der letzten Phase der Therapie	141
5.5	Emotionen erleben und Ausdruck verleihen	142
5.5.1	Umgang mit Wut	142
5.5.2	Umgang mit Frustration	145
5.5.3	Erleben und Ausdruck von weiteren Emotionen	145
5.5.4	Erlebnisorientierte Verfahren für das glückliche Kind	147
5.5.5	Briefe schreiben	147
6	Kognitive Techniken	149
6.1	Der Sokratische Dialog	152
6.2	Üben von Bewertungen auf einer visuellen Analogskala	154
6.3	Mehrdimensionale Bewertung	155
6.4	Zweidimensionale Abbildungen von vermuteten Zusammenhängen	157
6.5	Kreisdiagramm	158
6.6	Gerichts-Übung (Ankläger, Verteidiger, Richter)	159
6.7	Überprüfen der persönlichen Vergangenheit	159
6.8	Selbstbeobachtungs-Kreis	160

6.9	Selbstinstruktionskarten	161
6.10	Tagebuch positiver Ereignisse	161
7	Verhaltensbezogene Techniken	163
7.1	Verhaltensexperimente	163
7.2	Fertigkeitentraining und Rollenspiele	164
7.3	Problemlöse-Techniken	165
7.4	Gespräche über gefährliche Verhaltensweisen	165
7.5	Gespräche über neue Verhaltensweisen	165
8	Spezifische Methoden und Techniken	168
8.1	Hausaufgaben	168
8.2	Pharmakologische Therapie	170
8.3	Umgang mit Krisen	171
8.4	Suizidversuche und Selbstverletzungen	173
8.4.1	Selbstverletzung und andere selbstschädigende Verhaltensweisen	174
8.4.2	Suizidversuche	175
8.5	Bearbeitung von Traumata	175
9	Behandlungsmethoden und der jeweilige Modus	178
9.1	Behandlungsmethoden im Umgang mit dem distanzierten Selbstschutz- modus	179
9.1.1	Therapeutische Beziehung	179
9.1.2	Fühlen	181
9.1.3	Denken	182
9.1.4	Verhalten	183
9.1.5	Pharmakotherapie	183
9.2	Behandlungsmethoden im Umgang mit dem Modus des verlassen oder missbrauchten Kindes	186
9.2.1	Therapeutische Beziehung	186
9.2.2	Fühlen	186
9.2.3	Denken	187
9.2.4	Verhalten	187
9.3	Behandlungsmethoden im Umgang mit dem Modus des glücklichen Kindes	190
9.3.1	Therapeutische Beziehung	190
9.3.2	Fühlen	190
9.3.3	Denken	191
9.3.4	Verhalten	191
9.4	Behandlungsmethoden im Umgang mit dem Modus des wütenden Kindes	191
9.4.1	Therapeutische Beziehung	191
9.4.2	Fühlen	194
9.4.3	Denken	195

9.4.4 Verhalten	195
9.4.5 Pharmakotherapie	195
9.5 Behandlungsmethoden im Umgang mit dem Modus des undisziplinierten oder impulsiven Kindes	197
9.5.1 Therapeutische Beziehung	197
9.5.2 Fühlen	198
9.5.3 Denken	199
9.5.4 Verhalten	199
9.6 Behandlungsmethoden im Umgang mit dem Modus des strafenden oder überkritischen Elternteils	200
9.6.1 Therapeutische Beziehung	200
9.6.2 Fühlen	200
9.6.3 Denken	202
9.6.4 Verhalten	202
9.7 Behandlungsmethoden im Umgang mit dem gesunden Erwachsenenmodus	204
9.7.1 Therapeutische Beziehung	204
9.7.2 Fühlen	204
9.7.3 Denken	205
9.7.4 Verhalten	206
9.8 Gleichzeitig Schach und Flipper spielen – Umgang mit rasch wechselnden Modi	206

10 Schematherapie in anderen Settings und Modalitäten 211

10.1 Schematherapie in tagesklinischen und stationären Settings	211
10.2 Schematherapie und nonverbale Therapien	212
10.3 Gruppen-Schematherapie	213
10.3.1 Vorteile der Gruppen-Schematherapie	214
10.3.2 Aufgaben und Funktionen der Therapeutin	214
10.3.3 Therapiephasen	215
10.3.4 Unterschiede zwischen der Arbeit in einer Gruppe und der Einzeltherapie	216
10.3.5 Einsatz von Techniken aus der nonverbalen Therapie	217
10.3.6 Identität entwickeln	219
10.3.7 Techniken der Schematherapie im Gruppensetting	220
10.3.8 Schwierigkeiten mit Gruppen-Schematherapie	223
10.4 Schematherapie für Paare	225
10.4.1 Indikation für Schematherapie mit Paaren, bei denen einer der Partner BPS hat	225
10.4.2 Vorteile der Paartherapie	227
10.4.3 Die therapeutische Beziehung	228
10.4.4 Fallkonzeptualisierung	228
10.4.5 Anpassung der Schematherapie für die Paartherapie	231
10.4.6 Schwierigkeiten bei der Schematherapie mit Paaren	232

11	Abschlussphase der Therapie	234
11.1	Durchbrechen alter Verhaltensmuster	234
11.2	Beendigung der Therapie	235
12	Fazit	238
Anhang		
	Literatur	242
	Übersicht und Beschreibung der Arbeitsmaterialien	248
	Sachwortverzeichnis	251