

# Christine Zens, Hamburg: Schwierige Situationen in der Schematherapie mit Erwachsenen



## Zur Person

Dipl.-Psych. Christine Zens, Institut für Schematherapie Hamburg. Niedergelassen in eigener Praxis. Dozentin, Supervisorin und Selbsterfahrungsleiterin für Verhaltenstherapie und Schematherapie (advanced level 2008). Leitung des Hamburger Curriculums Schematherapie (IST-Hamburg).

Deutsche Vertreterin des Zertifizierungskomitees der ISST e.V. Mitglied des Trainer- und Supervisorenkomitees des ISST e.V. Stellvertretende Sprecherin der Fachgruppe Schematherapie im DVT.

## Workshop „Schwierige Situationen in der Schematherapie“

Die Schematherapie wurde speziell für Patienten mit schwerwiegenden Achse-II-Störungen und chronifizierten Achse-I-Symptomen entwickelt. Daher wird jeder Schematherapeut früher oder später mit schwierigeren Situationen in der Therapie konfrontiert werden.

Schwierige Situationen können sich aufgrund des Interaktionsverhaltens von Patienten ergeben (z. B. durch hartnäckige Vermeidung, Abwertung des Therapeuten, Kontrollstrategien in der Therapie, Dependenz) oder auch durch die Brisanz einer Situation (z. B. Suiziddrohungen) entstehen. Auch diese Verhaltensweisen können mit Hilfe des schematherapeutischen Modus-Modells treffend analysiert, konzeptualisiert und therapeutisch bearbeitet werden. Dabei werden oftmals verschiedene schematherapeutische Interventionstechniken zu einer hilfreichen Gesamtstrategie kombiniert.

Exemplarisch werden mögliche herausfordernde Situationen im Hinblick auf die jeweils zugrundeliegenden Modi analysiert sowie der Umgang damit erarbeitet und trainiert. Dabei sollen auch typische Therapeutenmuster wie z.B. eine Reaktion mit Schuldgefühlen, mit Hilflosigkeit oder mit Ärger Berücksichtigung finden.

### Literatur:

- Zens, C. & Jacob, G. (2014). Schwierige Situationen in der Schematherapie. Weinheim: Beltz.
- Zens, C. & Jacob, G. (2015). DVD Schwierige Situationen in der Schematherapie. Weinheim: Beltz Video Learning.
- Jacob, G. & Arntz, A. (2015). Schematherapie in der Praxis. Weinheim: Beltz.