

# Alle Abstracts zu den Workshops 1 - 4

2016-2017

## Basis-Curriculum Workshop 1:

### **„Einführung in die Schematherapie - Störungsmodell, Theorie, Diagnostik, therapeutische Haltung, Strategien“**

Die Schematherapie nach Jeffrey Young wird als Weiterentwicklung der kognitiven Verhaltenstherapie zu der sogenannten dritten Welle in der Verhaltenstherapie gerechnet.

Dieser integrative Ansatz verbindet dabei erlebnisaktivierende, übende und kognitive Techniken zu einem konsistenten therapeutischen Vorgehen. Davon profitieren gerade Patientinnen und Patienten mit tief greifenden und komplexen Störungsbildern, bei denen sich Standardinterventionen oft als unzureichend erwiesen haben, wie solche mit Persönlichkeitsstörungen und chronifizierten Achse-I-Störungen.

Wesentliche Elemente der Therapie sind die Identifizierung und Bearbeitung der frühen maladaptiven Schemata sowie der jeweiligen dysfunktionalen Bewältigungsstrategien. Mit Hilfe des Modus-Konzeptes können die aktuell vorherrschenden inneren Gesamtzustände beschrieben und behandelt werden.

Die Basis der schematherapeutischen Behandlung ist eine differenzierte Gestaltung der therapeutischen Beziehung in der Form der begrenzten elterlichen Fürsorge („Limited Reparenting“). Dabei ist es wichtig für den Therapeuten, seine eigenen Schemata zu kennenzulernen, um deren Folgen für den Therapieprozess einschätzen zu können.

In diesem Workshop wird eine Basiseinführung in die Schematherapie gegeben mit einem Überblick über die Bereiche: Störungsmodell, Theorie, Diagnostik, therapeutische Haltung und Strategien, Forschung. Im Einzelnen sind folgende Inhalte und Methoden geplant:

- Modell der Entstehung und Aufrechterhaltung maladaptiver Schemata,
- Vorstellung der Theorie des Schema-Modells (negative emotionale Schemata, dysfunktionale Bewältigungsstile, Schema-Modes) mit Ausfüllen ausgewählter Fragebögen in Kurzform,
- Darstellung der 18 von Young beschriebenen Schemata sowie typischer Bewältigungsstrategien im Umgang mit Schemata (Erdulden, Vermeiden, Überkompensation),
- Erläuterung der Schemamodi,
- multimodale Diagnostik (Einsatz von Exploration, Fragebogen, Imaginationstechniken, Weg zur schematherapeutischen Fallkonzeptualisierung), auch im Rollenspiel

- Darstellung therapeutischer Strategien: kognitive, Erlebnis aktivierende sowie spezifische Techniken und Methoden der Schematherapie, auch mit Video-Beispielen,
- Überblick über bisherige Forschungsergebnisse zu Wirksamkeitsnachweisen.

Anhand von Videobeispielen (zum Teil auch in englischer Sprache) und Übungen werden exemplarisch wesentliche schematherapeutische Therapieschritte und Werkzeuge vorgestellt.

### **Literaturempfehlungen:**

- Berbalk, H. & Young, J.E. (2009). Schematherapie in: H. Margraf, J., Schneider, S. (Hrsg.) Lehrbuch der Verhaltenstherapie. Band 1: Grundlagen, Diagnostik, Verfahren, Rahmenbedingungen (3. Aufl.) S. 645-668. Heidelberg: Springer Medizin.
- Jacob, Gitta & Arntz, Arnould (2011). Schematherapie in der Praxis. Weinheim: Beltz.
- Roediger, Eckhard (2009, 2. Auflage 2011). Praxis der Schematherapie. Stuttgart: Schattauer.
- Roediger, Eckhard & Jacob, Gitta (2011). Fortschritte der Schematherapie. Göttingen: Hogrefe.
- Young, J., Klosko, J. & Weishaar, M. E. (2005). Schematherapie. Paderborn: Junfermann.
- Young, J. & Klosko, J. (2006). Sein Leben neu erfinden. Paderborn: Junfermann.

Siehe auch unter <http://www.schematherapie-koeln.de/literatur.html>

## **„Kurs 2 Schematherapie: Imagination und Arbeit mit der therapeutischen Beziehung“**

Der Workshop baut auf dem Einführungsworkshop (1) auf. Das Ziel dieses Workshops ist es, die "handwerklichen Fähigkeiten" der Schematherapie, vor allem jene zum Schema-Modell, zu erlernen. Nach einer kurzen schematheoretischen Einführung sollen die Besonderheiten der Beziehungsgestaltung mit der Balance von wertschätzendem „Reparenting“ und empathischer Konfrontation sowie die praktische Arbeit mit speziellen schematherapeutischen Techniken (Imagination, Schema-Memos, Innere Dialoge und Schema-Tagebuch) im Mittelpunkt stehen. Video-Beispiele des Dozenten sowie Fallbeispiele der Teilnehmer und Rollenspiele im Paar- oder Kleingruppen-Setting sorgen für die Vertiefung des Gelernten.

Literatur unter <http://www.schematherapie-koeln.de/literatur.html>

## „Kurs 3 Schematherapie: Modus-Modell und Stühlearbeit“.

Das Modus-Modell der Schematherapie findet seine Anwendung insbesondere in der Behandlung von schweren Persönlichkeitsstörungen wie der Borderline- oder auch der Narzisstischen Persönlichkeitsstörung, jedoch zunehmend auch in anderen Bereichen. Ein Modus ist nach Young eine Gruppe von Schemata und Schemaoperationen, die in einem Menschen in einem bestimmten Moment aktiv sind. Modi kennzeichnen demnach momentane Erlebnis- oder Gesamtzustände zwischen denen ein Patient sehr rasch wechseln kann. Die Kenntnis dieser schnellen Umschwünge macht bestimmte Prozesse in der Therapie besser verstehbar.

In der Behandlung lernen die Patienten, ihre Modi zu erkennen und ihre Konflikte durch innere Dialoge aus der Perspektive des „gesunden Erwachsenen“ zu lösen. Zentrale therapeutische Techniken sind dabei die Arbeit mit verschiedenen Stühlen, die Imaginationsarbeit sowie kognitive und übende Verfahren. Dabei übernimmt der Therapeut eine aktiv-fördernde Rolle im Sinne einer „begrenzten elterlichen Fürsorge“.

Der Workshop gibt zunächst einen theoretischen Überblick über die verschiedenen Modi und den Verlauf der Modus-Arbeit innerhalb einer Schematherapie. Die therapeutische Arbeit mit den Modi soll anhand von Demonstrationen, Videobeispielen und Übungen trainiert werden. Dieser Workshop (ST 3) baut auf den Kenntnissen des Einführungsworkshops (ST 1) auf. Er kann jedoch unabhängig von dem Workshop „Praxis der Schematherapie“ (ST 2) belegt werden, da sich die Grundlagenworkshops ST 2 und ST 3 ergänzen.

### Literaturempfehlungen:

- Berbalk, H. & Young, J.E. (2009). Schematherapie in: H. Margraf, J., Schneider, S. (Hrsg.) Lehrbuch der Verhaltenstherapie. Band 1: Grundlagen, Diagnostik, Verfahren, Rahmenbedingungen (3. Aufl.) S. 645-668. Heidelberg: Springer Medizin.
- Jacob, Gitta & Arntz, Arnould (2011). Schematherapie in der Praxis. Weinheim: Beltz.
- Roediger, Eckhard (2009, 2. Auflage 2011). Praxis der Schematherapie. Stuttgart: Schattauer.
- Roediger, Eckhard & Jacob, Gitta (2011). Fortschritte der Schematherapie. Göttingen: Hogrefe.
- Young, J., Klosko, J. & Weishaar, M. E. (2005). Schematherapie. Paderborn: Junfermann.
- Young, J. & Klosko, J. (2006). Sein Leben neu erfinden. Paderborn: Junfermann.
- Zens, C & Jacob, G. (2012). Schematherapie bei Persönlichkeitsstörungen. In: Stavemann, H. (Hrsg.), KVT update (S.159-178). Weinheim: Beltz.

Siehe auch unter <http://www.schematherapie-koeln.de/literatur.html>

## „Kurs 4 Schematherapie: Fall-Konzeptualisierung und Anwendung des Schemamodus-Modells“.

In diesem Workshop sollen - aufbauend auf den vorherigen Workshops - die schematherapeutischen Kenntnisse und Fertigkeiten anhand der aktuellen Fälle der Teilnehmer angewendet und vertieft werden. Im Plenum und in Kleingruppenarbeiten werden Fälle vorgestellt und schematherapeutisch konzeptualisiert sowie der Ablauf der Behandlung geplant. Bezogen auf bereits angelaufene schematherapeutische Behandlungen werden Fortschritte und Schwierigkeiten bei den eingesetzten Interventionen diskutiert. Folgende Inhalte werden im Workshop abgedeckt:

- Konzeptualisierung und Behandlungsplanung bei eigenen Fällen
- Konzeptualisierung und Behandlungsplanung für die wichtigsten Persönlichkeitsstörungen (BPS, NPS, Cluster-C)
- Konzeptualisierung der therapeutischen Beziehung, des Interaktionsverhaltens und der Fortschritte in der Therapie im Rahmen des Schema- oder Modus-Modells
- Schematherapie im „Bericht an den Gutachter“ für Verhaltenstherapie
- Diskussion, Demonstration und Einüben von Details des therapeutischen Vorgehens, insbesondere bezogen auf Stuhldialoge und imaginative Interventionen.
- Stand der Forschung zur Schematherapie.

### Literaturempfehlungen:

- Jacob, G., Arntz, A. (2011). [Schematherapie in der Praxis](#). Weinheim: Beltz.
- Jacob, G., Bernstein, D., Lieb, K. & Arntz, A. (2009). [Schematherapie mit dem Moduskonzept bei Persönlichkeitsstörungen](#). Psychiatrie und Psychotherapie up2date, 3, 2009, S. 105-119.
- Jacob, G., van Genderen, H. & Seebauer, L. (2011). [Andere Wege gehen - Lebensmuster verstehen und verändern. Ein schematherapeutisches Selbsthilfebuch](#). Weinheim: Beltz.

Siehe auch unter <http://www.schematherapie-koeln.de/literatur.html>

