

# **Schematherapie bei abhängiger Persönlichkeitsstörung**

Vortrag am 6.11.10 auf dem  
Forum für Persönlichkeitsstörungen, Berlin

**Eckhard Roediger**

***IST-Frankfurt***

**Institut für Schematherapie - Frankfurt**

[www.schematherapie-roediger.de](http://www.schematherapie-roediger.de)

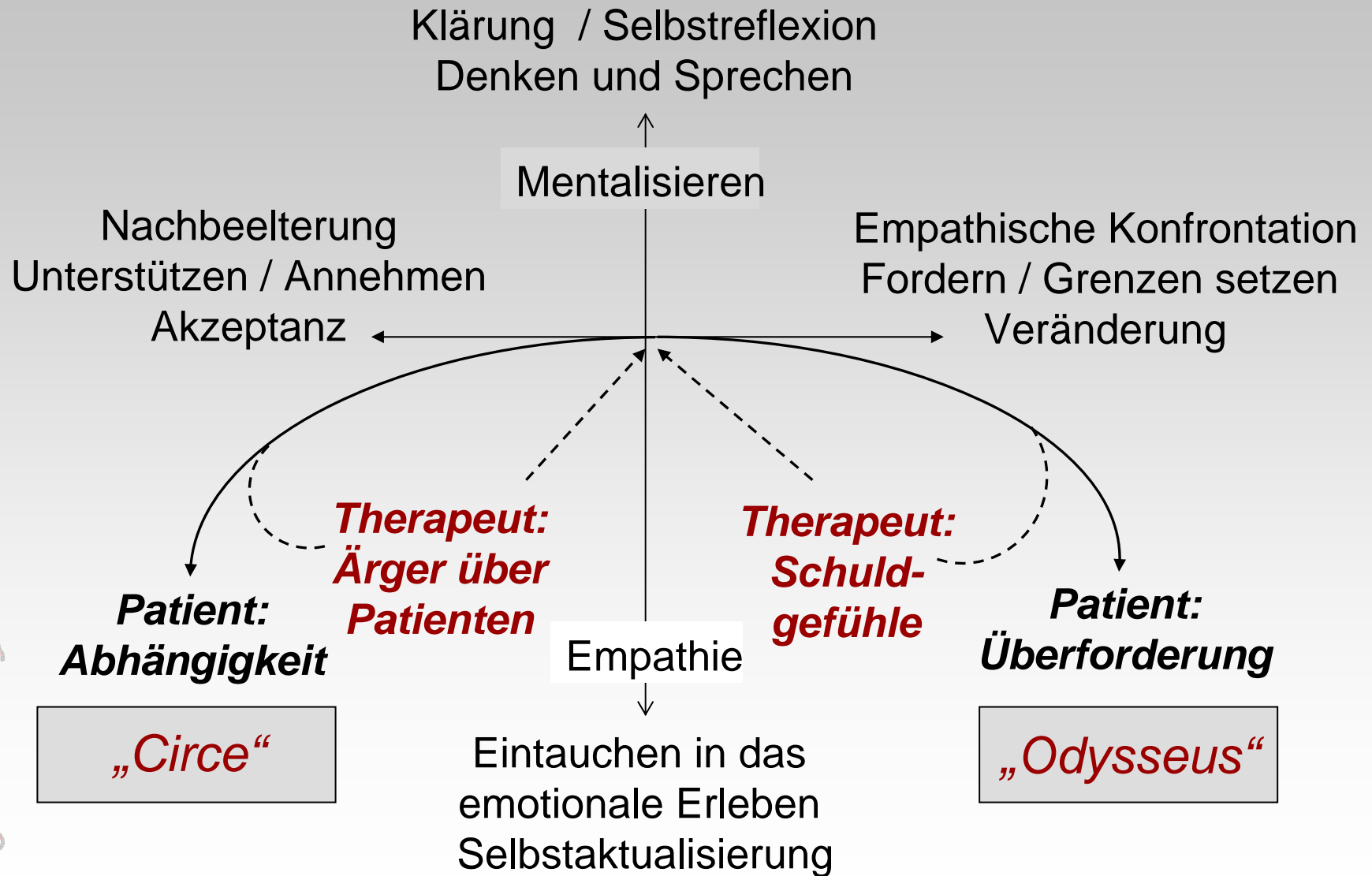
kontakt@eroediger.de

*IST-Frankfurt*

# Besonderheiten der Schematherapie („3 Beine“)

- Spezifische therapeutische **Beziehung**  
(„begrenzte elterliche Fürsorge“)
- Konsistentes, manualisiertes **Therapiemodell**  
als Grundlage für Fallkonzeption/Therapieplanung  
(in das sich alle Techniken einfügen)
- Einsatz **erlebnisaktivierender Techniken**  
(wann immer möglich)

# Therapeutische Beziehungsbalance

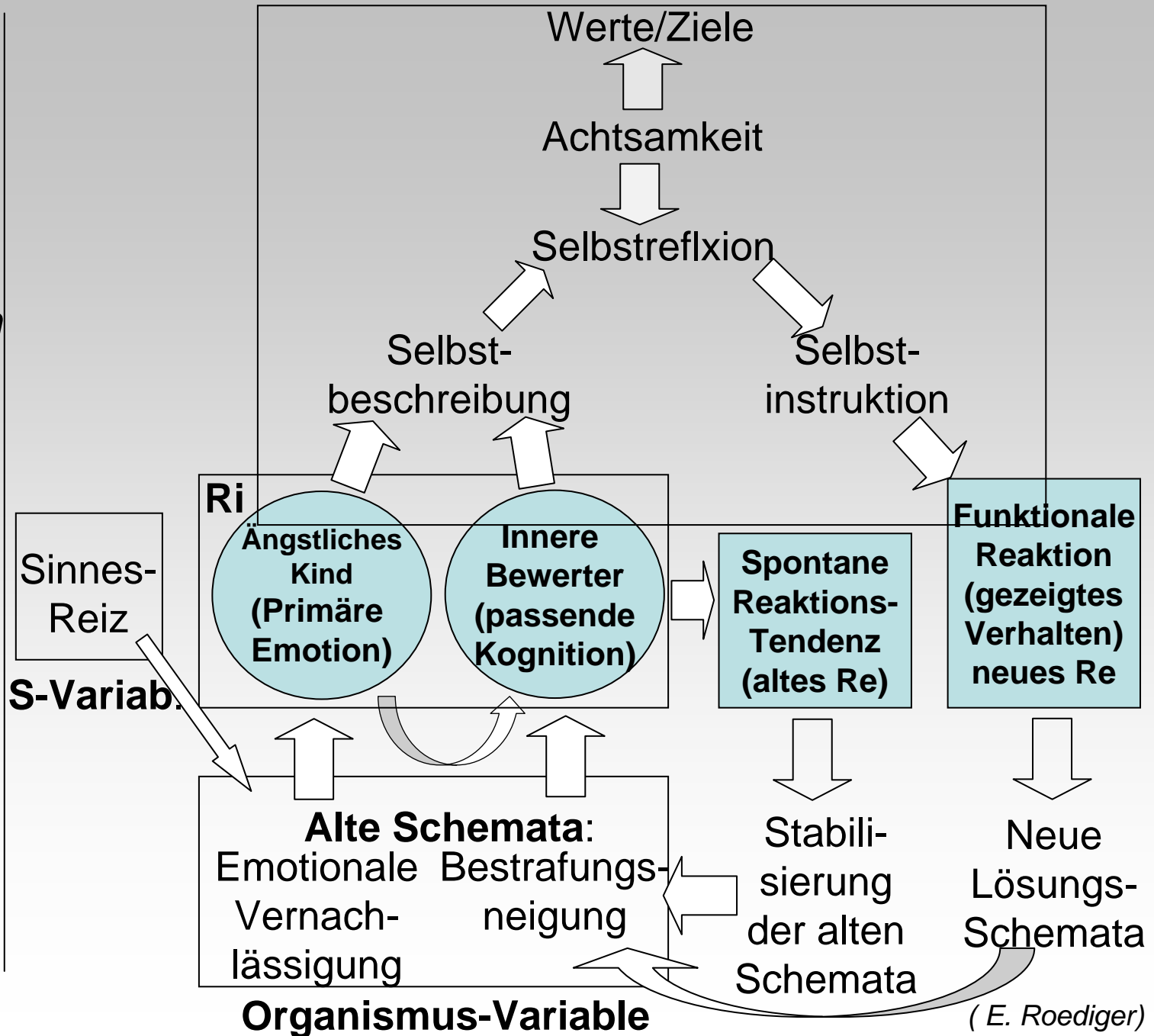


# Gesunder Erwachsener

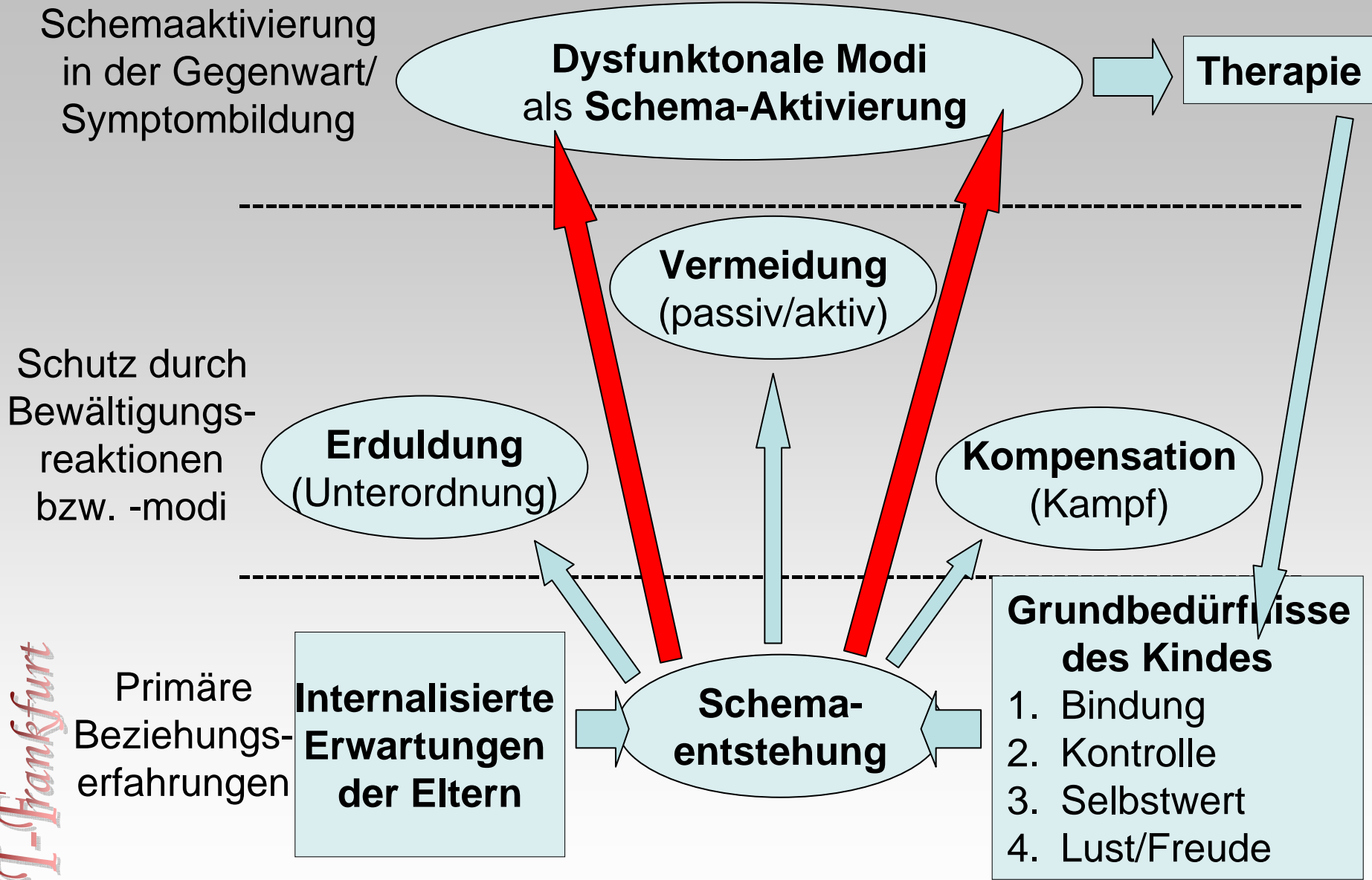
Ebene der bewußten Selbstregulation

Aktuelle Erlebens-Ebene (Modus)

Ebene der neuronalen Struktur (Schema)



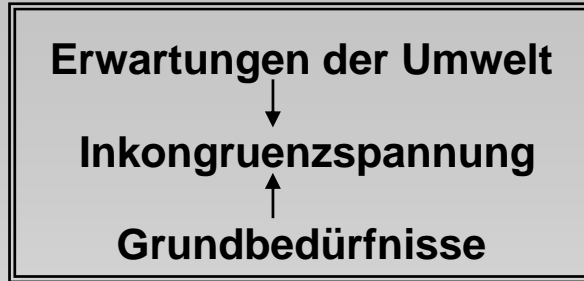
IST Frankfurt



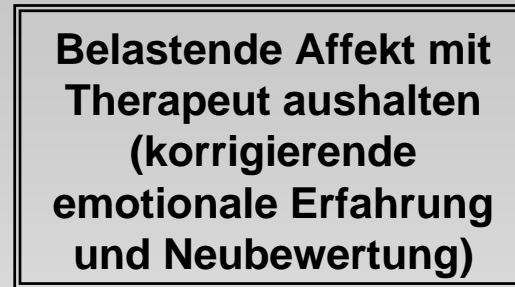
(E. Roediger)

# Emotionale Exposition

Intrapsychisches  
Spannungsniveau



(hohe Spannung)



(Spannung steigt)



(Spannung sinkt)



Erwachsenen  
(Entspannung)

Verlauf

IST-Frankfurt

E. Roediger

# Die Therapieschritte/Fallkonzeption

- Beziehungsaufbau, Stabilisierung, Diagnostik
- Kognitive Fallkonzeption (evtl. mit Fragebögen)
- Schemaidentifikation (affektgeleitet, „da wo es wehtut, geht´s lang“)
- Altes Coping erkennen und hemmen (Reaktionsverhinderung)
- Innere Konflikte zulassen und benennen (emotionale Exposition)
- Dysfunktionale Innere Elternmodi entmachten
- Bedürfnisse des Kindmodus entdecken
- Erwachsenengemäße Wege zur Befriedigung suchen

# Elemente der Schematherapie

## 1. Fallkonzeption mittels Fragebögen

(Psychoedukation, kognitive Klärung, Beziehungsaufbau)

*Ressourcenaktivierung*

## 2. Emotionale Schemaaktivierung

(in Imagination, Therapiebeziehung oder Paargespräch)

*Problemaktualisierung*

## 3. Korrigierende Innere Dialoge

(Schema-Memo, Dialoge auf mehreren Stühlen)

*Problemklärung*

## 4. Aufbau von Selbstregulationsfähigkeit

(Selbstinstruktionen (BEATE-Schritte), Schema-Tagebuch)

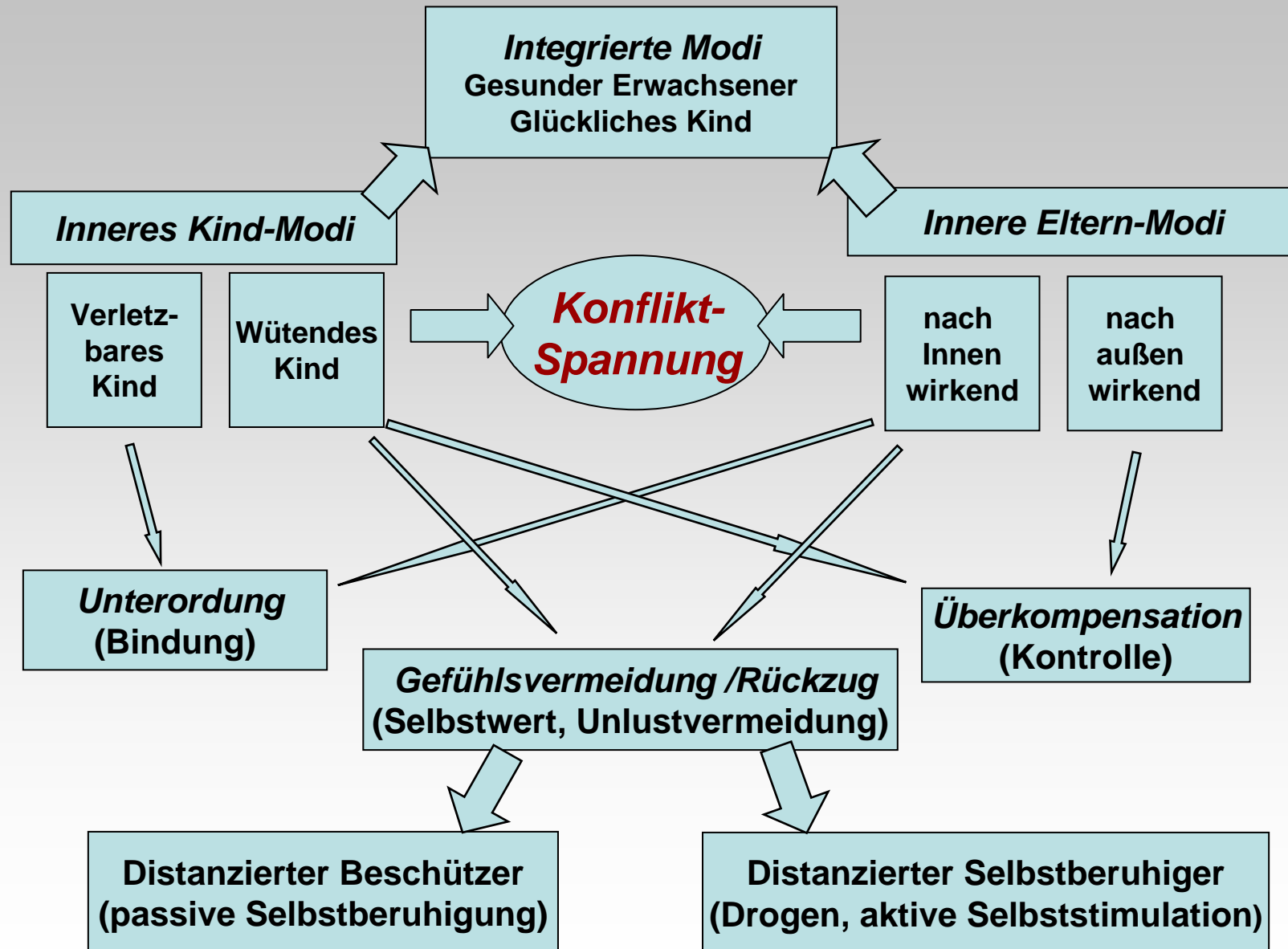
*Problembewältigung*



## 1. Parenting, Schemata und Kompensation:

Schema	Mutter	Vater	Grundschemata	Über-Kompensation
Emotionale Vernachlässigung	90	90	47	50
Im Stich gelassen	30	13	27	50
Misstrauen/ Missbrauch	33	0	13	23
Isolation	0	0	13	27
Unzulänglichkeit/ Scham	79	33	0	27
Unattraktiv	0	0	27	42
Erfolglosigkeit/ Versagen	75	21	27	27
Abhängigkeit	50	44	0	38
Verletzbarkeit	0	0	0	78
Verstrickung/ unentwickeltes Selbst	42	21	0	0
Unterordnung	79	33	40	18
Aufopferung	17	21	27	
Emotionale Gehemmtheit	67	33	0	
Unerbittliche Ansprüche	81	50	70	29
Besonders sein	25	17	13	42
Ungenügende Selbstkontrolle, Selbstdisziplin	21	33	0	0
Beachtung suchend	54	0	0	42
Negatives hervorheben	50	21	0	47
Strafneigung	71	50	0	

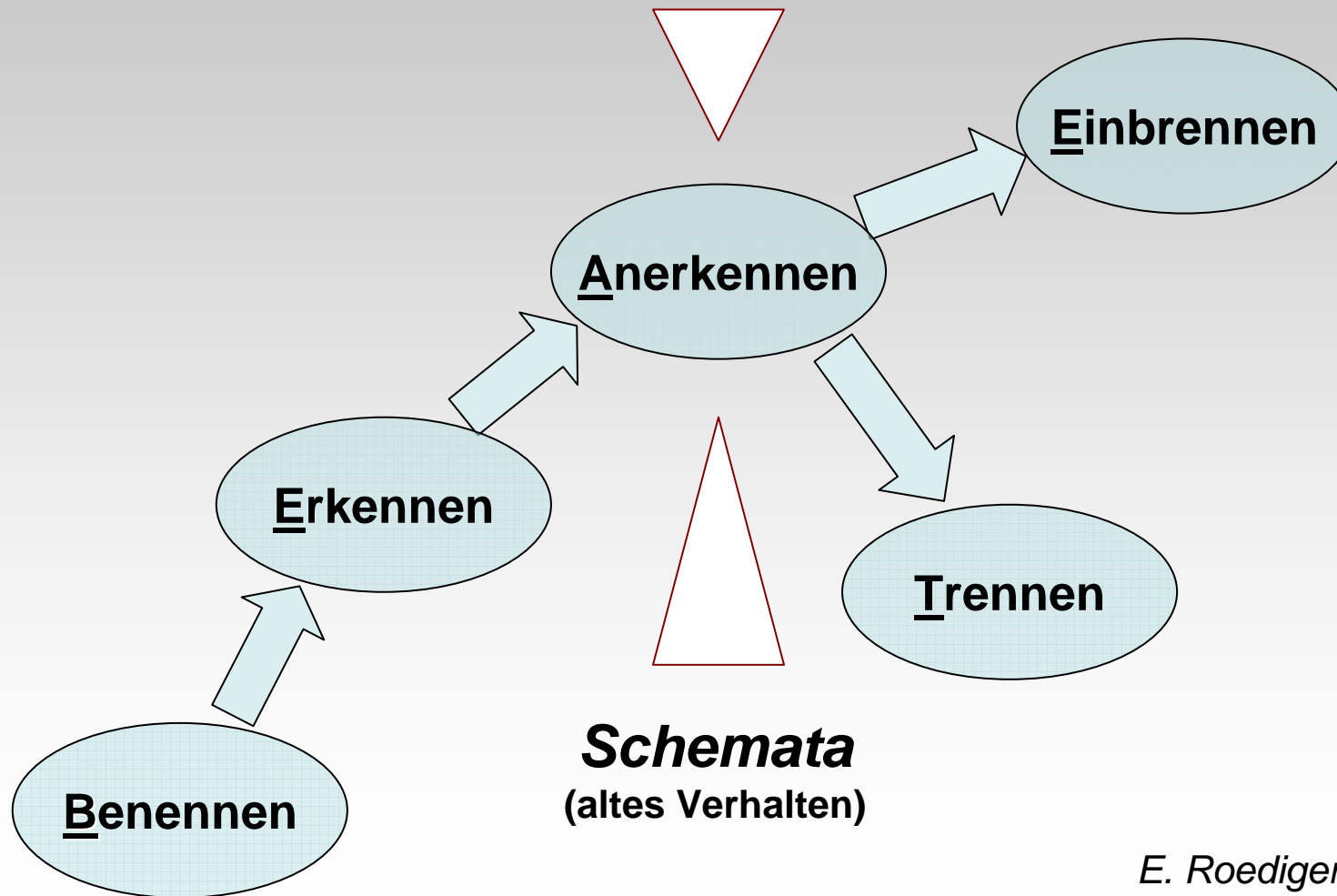
# Dynamik zwischen den Modi





# Die „B-E-A-T-E“ Schritte

(langfristige innere Ziele)  
**Achtsamkeit**



# Literatur zur Schematherapie

## Für Patienten:

- Roediger, E. (2010). Raus aus den Lebensfallen. Das Schematherapie-Patientenbuch. Paderborn: Junfermann.
- Young, J.E. & Klosko, J. (2006) Sein Leben neu erfinden. Paderborn: Junfermann.

## Für Therapeuten:

- Roediger, E. (2009). Was ist Schematherapie? Paderborn: Junfermann. (zur *Einführung*)
- Young, J.E., Klosko, J. & Weishaar, M. (2006). Schematherapie – ein parxisorientiertes Handbuch. Paderborn: Junfermann.
- Roediger, E. (2009). Praxis der Schematherapie. Stuttgart: Schattauer. (Ein *Lehrbuch*)
- Arntz, A & van Genderen, H. (2010) Schemtherapie bei Borderline-Persönlichkeitsstörung. Weinheim: Beltz.
- Roediger, E. & Jacob, G. (2010). Fortschritte der Schematherapie. Göttingen: Hogrefe. (zur *Vertiefung*)

# Modus-Modell

für:

Typische Auslösesituation:

Integrierte Modi:

Gesunde(r) Erw.  
Glückliches Kind

Primäre emotionale Reaktion (Kindmodi)

Verletzbares Kind

Wütendes Kind

Aktivierte Bewertungen (Elternmodi)

(innengerichtet)

(außengerichtet)

Konflikt-Spannung

Bewältigungsreaktionen

Unterordnung  
(Bindung)

Passive Gefühlsvermeidung

Aktive Selbstberuhigung

Überkompensation  
(Kontrolle)

*IST-Frankfurt*

