

Inhalt

Vorwort zur deutschsprachigen Ausgabe	XIII
Vorwort zur Übersetzung	XV
Über die Autoren	XVIII
1 Borderline-Persönlichkeitsstörung	1
1.1 Was ist eine Borderline-Persönlichkeitsstörung?	1
1.2 Prävalenz und Komorbidität	2
1.3 Entwicklung der Borderline-Persönlichkeitsstörung	3
2 Grundlagen der Schematherapie zur Behandlung der Borderline-Persönlichkeitsstörung	5
2.1 Entwicklung der Schematherapie zur Behandlung der Borderline-Persönlichkeitsstörung	5
2.2 Forschungsergebnisse	5
2.3 (Kontra-)Indikationen	7
2.4 Theoretische Grundlagen der Schematherapie	7
2.5 Schema-Modi	10
<i>Der distanzierte Selbstschutz-Modus</i>	12
<i>Der Modus des verlassenem oder missbrauchten Kindes</i>	14
<i>Der Modus des wütenden oder impulsiven Kindes</i>	15
<i>Der bestrafende oder überkritische Modus</i>	16
<i>Der gesunde Erwachsenen-Modus</i>	17
2.6 Zusammenfassung	17
3 Behandlung	19
3.1 Behandlungsstruktur	21
3.2 Therapiephasen	22
3.3 Anfangsphase der Therapie und Erstellung eines Fallkonzepts	22
<i>Entwicklung einer therapeutischen Beziehung und Sammeln von Informationen</i>	23
<i>Einsatz von Fragebögen</i>	24
<i>Erklären der Grundprinzipien der Behandlung</i>	25

3.4	Behandlung von Symptomen einer Achse-I-Störung	25
3.5	Krisenmanagement	26
3.6	Therapeutische Interventionen mit Schema-Modi	26
3.7	Behandlung von Traumata aus der Kindheit	26
3.8	Veränderung von Verhaltensmustern	27
3.9	Ende der Therapie	27
4	Therapeutische Beziehung	29
4.1	Begrenzte Übernahme einer Elternrolle durch den Therapeuten	29
	<i>Fürsorgliches Verhalten</i>	30
	<i>Anleitung und Beratung</i>	31
	<i>Empathische Konfrontation</i>	32
	<i>Rollenspiele und Rollentausch</i>	34
	<i>Grenzen-Setzen</i>	34
4.2	Schemata des Therapeuten und Selbstöffnung	40
4.3	Kognitive Techniken und die therapeutische Beziehung	42
4.4	Verhaltensbezogene Therapietechniken und die therapeutische Beziehung	43
4.5	Zusammenfassung	44
5	Erlebnisorientierte Techniken	45
5.1	Grundlagen der Bearbeitung traumatischer Erlebnisse in der Imagination	45
	<i>Anwendungsbereiche und Ziele der Imaginationsübungen</i>	45
	<i>Imagination eines sicheren Ortes</i>	47
5.2	Bearbeitung von (traumatischen) Erlebnissen in der Imagination	49
5.2.1	Modell für die Bearbeitung von Erlebnissen in der Imagination im ersten Teil der Behandlung	51
	<i>Phase 1: Imagination der ursprünglichen Situation</i>	51
	<i>Phase 2: Überarbeitung durch den Therapeuten</i>	53
5.2.2	Modell für die Bearbeitung von Erlebnissen in der Imagination im zweiten Teil der Behandlung	56
	<i>Phase 2: Bearbeitung durch die Patientin als gesunder Erwachsener</i>	57
	<i>Abwandlung des Vorgehens für eine Patientin, die nur eingeschränkt im gesunden Erwachsenen-Modus aktiv sein kann</i>	57
	<i>Phase 3: Bearbeitung von (traumatischen) Erlebnissen in der Imagination aus der Perspektive des Kindes</i>	58
5.3	Bearbeitung traumatischer Erlebnisse in der Imagination: Veränderung von Verhaltensmustern	60

5.4	Probleme bei der Überarbeitung von (traumatischen) Erlebnissen in der Imagination	61
5.5	Rollenspiele	65
5.5.1	Rollenspiel zu vergangenen Situationen	65
	<i>Phase 1: Die ursprüngliche Situation</i>	66
	<i>Phase 2: Rollentausch</i>	67
	<i>Phase 3: Überarbeitung der Situation</i>	69
	<i>Häufige Probleme mit dem Rollenspiel zu vergangenen Situationen</i>	70
5.5.2	Rollenspiel zu einer gegenwärtigen Situation	72
5.6	Arbeit mit zwei oder mehreren Stühlen	72
	<i>Zwei-Stühle-Technik im Umgang mit dem bestrafenden oder überkritischen Modus</i>	73
	<i>Probleme bei der Verwendung der Zwei-Stühle-Technik im Umgang mit dem bestrafenden oder überkritischen Modus</i>	77
	<i>Zwei-Stühle-Technik im Umgang mit dem distanzierten Selbstschutz-Modus</i>	78
	<i>Probleme bei der Verwendung der Zwei-Stühle-Technik im Umgang mit dem distanzierten Selbstschutz-Modus</i>	79
	<i>Einsatz mehrerer Stühle</i>	79
	<i>Einsatz von zwei oder mehreren Stühlen im Umgang mit dysfunktionalen Schemata oder Bewältigungsstrategien</i>	80
5.7	Emotionen erleben und Ausdruck verleihen	80
	<i>Wut</i>	81
	<i>Erleben und Ausdruck von weiteren Emotionen</i>	83
	<i>Briefe schreiben</i>	84
6	Kognitive Techniken	87
6.1	Der sokratische Dialog	90
6.2	Üben von Bewertungen auf einer visuellen Analogskala	92
6.3	Mehrdimensionale Bewertung	93
6.4	Zweidimensionale Abbildungen von vermuteten Zusammenhängen	95
6.5	Kreisdiagramm	96
6.6	Gerichts-Übung (Ankläger, Verteidiger, Richter)	97
6.7	Überprüfen der persönlichen Vergangenheit	97
6.8	Selbstinstruktionskarten	98
6.9	Tagebuch positiver Ereignisse	99

7	Verhaltensbezogene Techniken	101
7.1	Verhaltensexperimente	101
7.2	Fertigkeitentraining und Rollenspiele	102
7.3	Problemlöse-Techniken	102
7.4	Gespräche über gefährliche Verhaltensweisen	103
7.5	Gespräche über neue Verhaltensweisen	103
8	Spezifische Methoden und Techniken	105
8.1	Hausaufgaben	105
8.2	Pharmakologische Therapie	107
8.3	Umgang mit Krisen	108
8.4	Suizidversuche und Selbstverletzungen	109
	<i>Selbstverletzung und andere selbstschädigende Verhaltensweisen</i>	110
	<i>Suizidversuche</i>	110
8.5	Bearbeitung von Traumata	111
	<i>Probleme bei der Bearbeitung von Traumata</i>	112
9	Behandlungsmethoden und der jeweilige Modus	113
9.1	Behandlungsmethoden im Umgang mit dem distanzierten Selbstschutz-Modus	113
	<i>Therapeutische Beziehung</i>	113
	<i>Fühlen</i>	114
	<i>Denken</i>	114
	<i>Verhalten</i>	116
	<i>Pharmakotherapie</i>	116
	<i>Probleme</i>	116
9.2	Behandlungsmethoden im Umgang mit dem Modus des ver- lassenen oder missbrauchten Kindes	117
	<i>Therapeutische Beziehung</i>	117
	<i>Fühlen</i>	118
	<i>Denken</i>	118
	<i>Verhalten</i>	119
	<i>Probleme</i>	119
9.3	Behandlungsmethoden im Umgang mit dem Modus des wütenden oder impulsiven Kindes	120
	<i>Therapeutische Beziehung</i>	120
	<i>Fühlen</i>	120
	<i>Denken</i>	121
	<i>Verhalten</i>	121
	<i>Pharmakotherapie</i>	121
	<i>Probleme</i>	122

9.4	Behandlungsmethoden im Umgang mit dem bestrafenden oder überkritischen Modus	122
	<i>Therapeutische Beziehung</i>	122
	<i>Fühlen</i>	123
	<i>Denken</i>	124
	<i>Verhalten</i>	124
	<i>Probleme</i>	125
9.5	Behandlungsmethoden im Umgang mit dem gesunden Erwachsenen-Modus	125
	<i>Therapeutische Beziehung</i>	125
	<i>Fühlen</i>	126
	<i>Denken</i>	126
	<i>Verhalten</i>	126
	<i>Probleme</i>	126
9.6	Umgang mit rasch wechselnden Modi (oder: die Aufgabe des Therapeuten, gleichzeitig Flipper und Schach zu spielen)	127
10	Abschlussphase der Therapie	131
10.1	Durchbrechen alter Verhaltensmuster	131
10.2	Beendigung der Therapie	131
11	Schlussbemerkung	133
Anhang		
Anhang A:	Patientenbroschüre »Schematherapie für Menschen mit Borderline-Persönlichkeitsstörung«	136
Anhang B:	Kognitives Modus-Tagebuch	140
Anhang C:	Tagebuch positiver Ereignisse	142
Anhang D:	Überprüfung der persönlichen Vergangenheit	143
Anhang E:	Experimente	144
Anhang F:	Formulare für die Bearbeitung von Hausaufgaben	148
Anhang G:	Formular zur Anwendung von Problemlöse-Techniken	149
Anhang H:	Veränderung von Verhaltensmustern	151
Anhang I:	18 Schemata (Young et al., 2003)	152
Anhang J:	Dysfunktionale Bewältigungsstrategien (nach Jeffrey Young)	157
Literatur		159
Weiterführende Literatur		163
Sachwortverzeichnis		167