

Workshop: Modusmodell und innere Dialoge (ST-3)

Institut für Schematherapie-Frankfurt (IST-F)

Mit dem Modusmodell integriert die Schematherapie ein inneres Konfliktmodell in die Verhaltenstherapie, das Ähnlichkeiten zu psychodynamischen Modellen, z.B. der Transaktionsanalyse, hat. Wenn in der Gegenwart alte Schemata durch ähnliche Auslösereize aktiviert werden, befinden sich die Patienten wieder in den in der Kindheit angelegten Erlebenszuständen (sog. Modi) und kippen hin und her (z.B. bei Borderline-Patienten). In der Therapie lernen die Patienten die Modi zu erkennen und Konflikte durch innere Dialoge aus der Perspektive des „gesunden Erwachsenen“ zu lösen. Eine zentrale Technik dazu sind Dialoge auf mehreren Stühlen, die der Gestalttherapie entlehnt ist. Dabei übernimmt der Therapeut eine aktiv fördernde Rolle im Sinne einer „begrenzten elterlichen Fürsorge“. Der Workshop führt in die Entstehung, die Identifikation und die therapeutische Arbeit mit den Modi mit Videobeispielen und gemeinsamen Übungen ein. Fallbeispiele der Teilnehmer können besprochen werden. Der Workshop baut auf die Inhalte des Einführungsworkshop (ST-1) auf, kann aber auch unabhängig von dem Workshop „Praxis der Schematherapie“ (ST-2) belegt werden, da sich ST-2 und ST-3 ergänzen.

Literaturempfehlung

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2005). Schematherapie - ein praxisorientiertes Handbuch. Paderborn: Junfermann.

Roediger E. (2016). Schematherapie – Grundlagen, Modell, Praxis. Stuttgart: Schattauer.