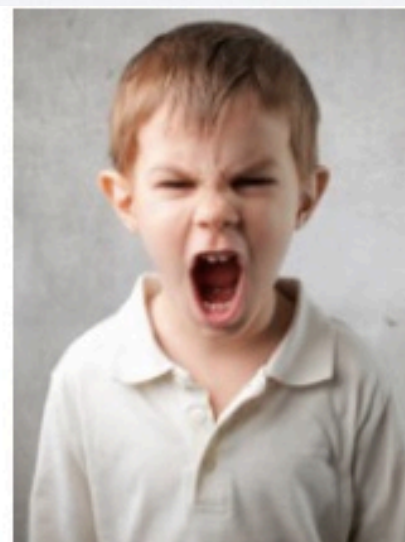


Schema Therapie BASICS

-

Schematherapeutische Ansätze in der pädagogischen Arbeit

Jan Kossack



Jan Kossack

- ★ psychologist /psychotherapist
- ★ from Germany
- ★ private practice in Lux & Barcelona



ABLAUF / ORGANISATION

UMFRAGE: VORERFAHRUNGEN

Vorstellung der Teilnehmer:

2er Gruppen mit Fragen & Vorstellen nachher



die Fragen:

1. was genau ist deine Aufgabe
2. wie lange machst Du das schon?
3. warum hast du diesen Beruf gewählt?
4. welche Aspekte deiner Arbeit magst Du besonders?
5. welche Situationen bei deiner Arbeit triggern manchmal unangenehme Gedanken oder Gefühle?



STELLEN SIE IHREN KOLLEGEN
/ IHRE KOLLEGIN DER GRUPPE
VOR

THEMEN:

- Einführung in die ST
- Vermittlung & Einübung bestimmter Techniken
- Schema-Coaching für Eltern
- Konflikte Betreuer-Kind/Jugendlicher auf dem Hintergrund der ST verstehen
- meine eigenen Schemata und Persönlichkeitsanteile (Modi) kennenlernen



JEFFREY YOUNG

- Psychologe & Psychotherapeut aus des USA
- Ausbildung in kognitiver Verhaltenstherapie
- hat sich unter anderem viel mit Gestalttherapie und Bindungsforschung beschäftigt



„Safe Path“ aus den NL



David Bernstein, Prof. für forensische Psychiatrie

- Psychologe und Psychotherapeut aus den USA

Einordnung der ST

- ❁ Integrativer Therapieansatz (Bindungstheorie, tiefenpsychologische Aspekte, Individualpsychologie, Gestalt, hypnotherapeutische Techniken werden in die kognitive Verhaltenstherapie integriert)
- ❁ Erweiterung der kognitiven Verhaltenstherapie
- ❁ Starker Fokus auf Aktivierung emotionaler Erlebnisinhalte in der Therapie
- ❁ Schmerzliche oder problematische Aspekte der Persönlichkeit / des Erlebens sollen integriert werden

EINORDNUNG DER ST (2)

- Viel stärker biographisch orientiert
- Viel stärker auf die emotionalen Grundbedürfnisse ausgerichtet
- Starkes Gewicht auf der professionellen Beziehung zum Klienten

SCHEMA THERAPIE

- Entwickelt für die Behandlung von dauerhaften emotionalen Problemen – wo kognitive VT oft nicht ausreicht
- Für Einzelpersonen, Paare und Gruppen
- Ursprünglich für Erwachsene
- Seit mehreren Jahren immer mehr auch im Einsatz bei Kindern & Jugendlichen
- Schema Coaching für Eltern

SCHEMA THERAPIE

- Einfache und zusammenhängende Theorie – für Klienten gut zu verstehen!
- Es wird angenommen, dass wichtige Ursprünge der emotionalen Probleme in der Kindheit und Jugend des Klienten liegen.
- Genauer gesagt in unbefriedigten, emotionalen Grundbedürfnissen

UMFRAGE: GRUNDBEDÜRFNISSE

AUSTAUSCH IN 3ER GRUPPEN: WELCHE GRUNDBEDÜRFNISSE KENNEN SIE?

WHAT DO CHILDREN NEED?



- To feel safe, loved and accepted by others most of the time
- To develop a sense of who they are as they grow
- To be allowed to learn new things and be supported in doing so
- Freedom to express thoughts and feelings without fear or punishment
- To have others respond to those thoughts and feelings in a caring
- Be allowed to be creative and free to play
- To have appropriate boundaries and limits placed upon them

WHAT HARMS CHILDREN?



- Physical needs (warmth, food, stimulation) not met
- Not enough love, nurturance and understanding
- Instability in the environment and main carers
- Physical/Emotional/Sexual Abuse
- A lack of limits and boundaries
- No opportunity to develop as a person (over involved parents)
- Overly identifying with negative aspects of others (feelings of being abused/abuser)

EMOTIONALE GRUNDBEDÜRFNISSE

- Sichere Bindung zu anderen Menschen (Sicherheit, Stabilität, Zuwendung, Akzeptanz, Versorgung, Schutz)
- Autonomie, Kompetenz, Identitätsgefühl
- Freiheit im Ausdruck von Emotionen und Bedürfnissen
- Spontaneität & Spiel
- Realistische Grenzen und Aufbau von Selbstkontrolle

I. SICHERE BINDUNG

- Sicherheit, Stabilität, Zuwendung, Akzeptanz, Versorgung und Schutz

„ich weiß, dass jemand für mich da ist; eine stabile Person, die mich liebt, mich versteht, mich unterstützt und mich schützt“

„Ich fühle mich wertvoll, weil meine Bezugspersonen mir zeigen, dass ich ihnen wertvoll bin“

WAS MACHT MAN WENN MAN NICHT GENUG BINDUNG BEKOMMT???



2. AUTONOMIE, KOMPETENZ, IDENTITÄTSGEFÜHL

- Ich kenne meine Kompetenzen
- Herausforderungen und neue Situationen kann ich selbständig bewältigen
- Ich habe einen eigenen Willen, der von anderen anerkannt wird
- Meine Bezugspersonen sind für mich da, aber ich habe eine eigene, von ihnen abgetrennte Innenwelt und einen eigenen Körper

3. FREIHEIT IM AUSDRUCK VON BEDÜRFNISSEN UND EMOTIONEN

- Ich darf meine Gefühle zeigen und meine Gefühle sind ok
- Meine Bezugspersonen sind an meinen Gefühlen und Bedürfnissen interessiert und respektieren diese

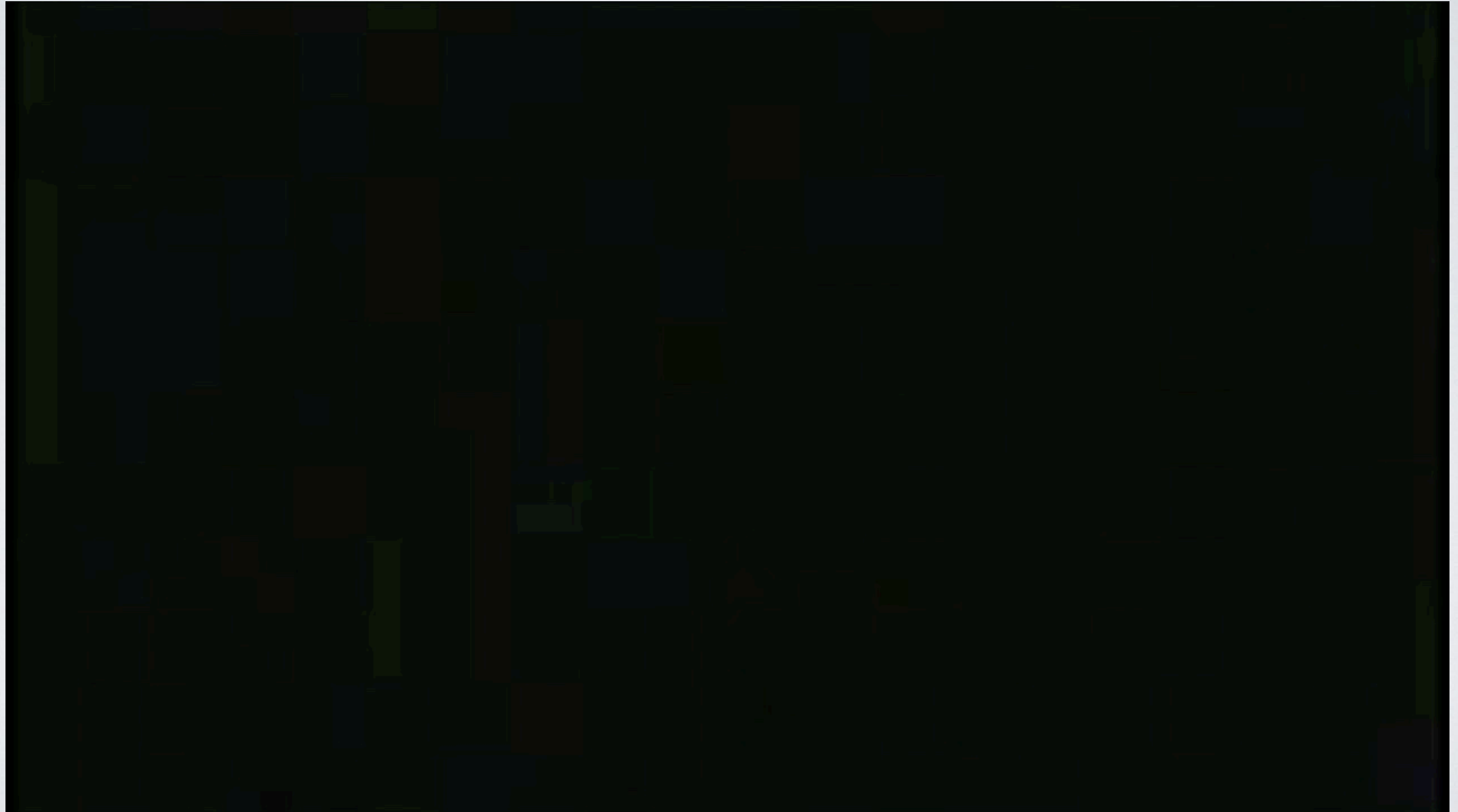
4. SPONTANITÄT UND SPIEL

- Ich kann meine eigenen Gefühle wahrnehmen und meine Ideen werden respektiert
- Ich darf spielerisch sein und auch spontanen Impulsen Raum geben

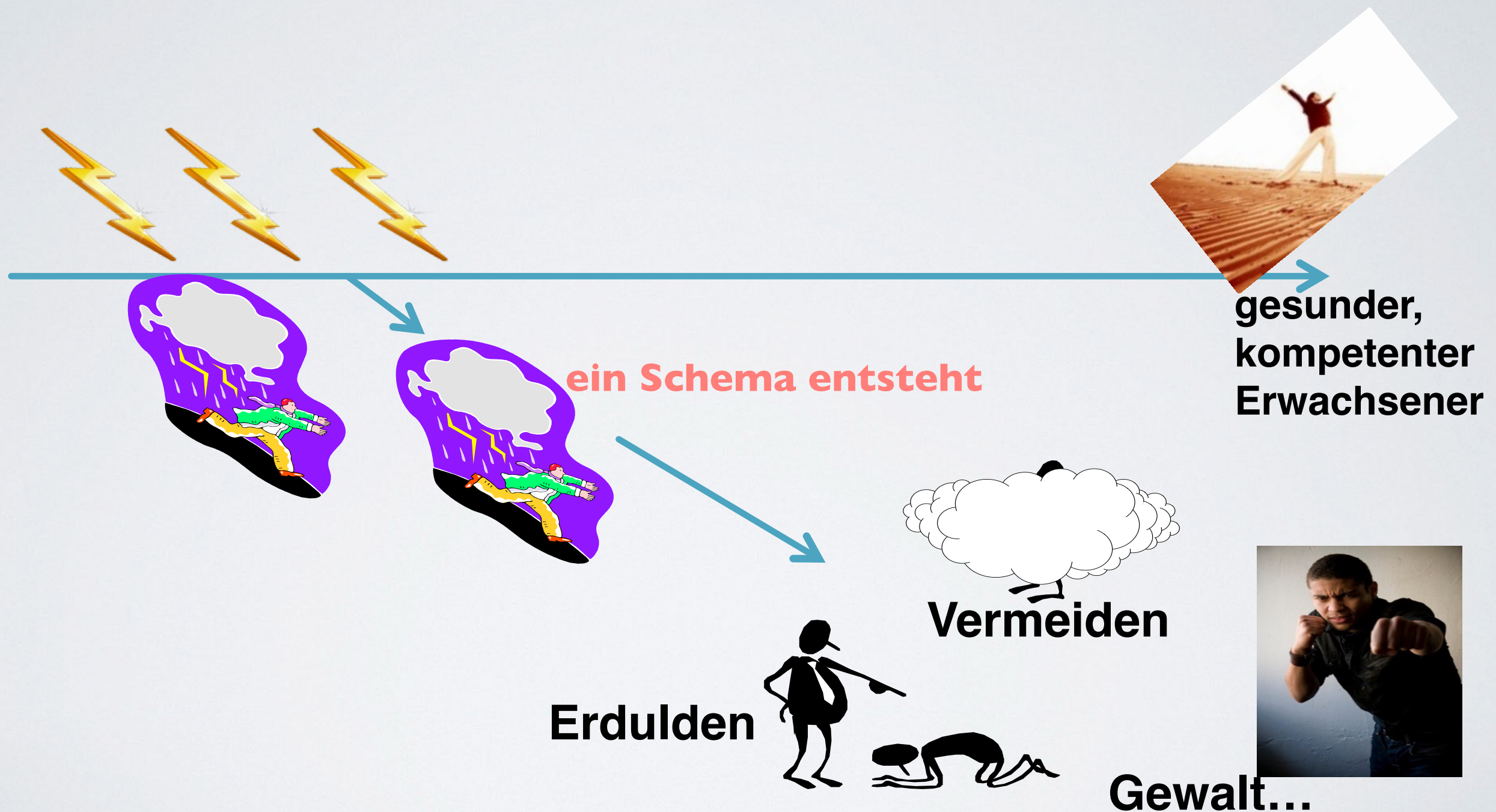
5. REALISTISCHE GRENZEN UND SELBSTKONTROLLE

- Ich bin mir bewusst, dass es andere Menschen gibt und ich habe gelernt ihre Bedürfnisse, Ideen und Emotionen zu respektieren.
- Ich kenne und respektiere die gesellschaftliche Spielregeln.
- Ich bin fähig meine Emotionen und mein Verhalten zu kontrollieren.

THE FIRST CUT IS THE DEEPEST

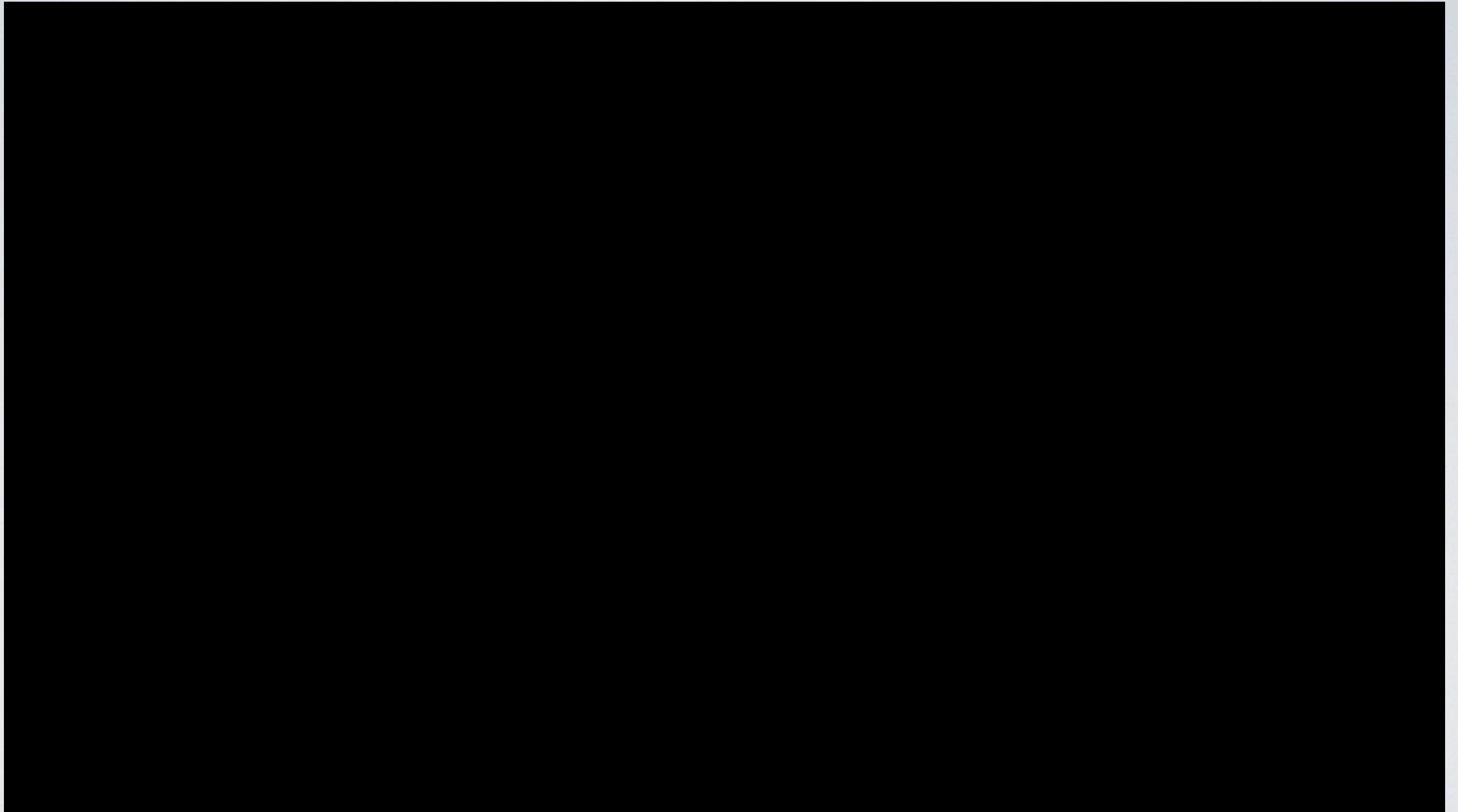


SCHEMATA UND DEREN BEWÄLTIGUNG



Wir haben alle irgendwelche
Schemata!!!

UMFRAGE: EIGENE SCHEMATA



WAS IST EIN SCHEMA?

Unter einem Schema kann man ein Zusammenspiel aus Erinnerungen, Kognitionen, Emotionen und Körperreaktionen verstanden werden.

Ein Schema beeinflusst in hohem Maße die Wahrnehmung und Interpretation der Welt und der eigenen Person!



- Sind meist früh erworbene, breite, die Lebensführung durchdringende Themen oder Muster
- Sie sind Fußabdruck und Niederschlag früher Beziehungserfahrungen.
- Hinderliche (maladaptive) Schemata sind entstanden durch Frustration von Grundbedürfnissen.

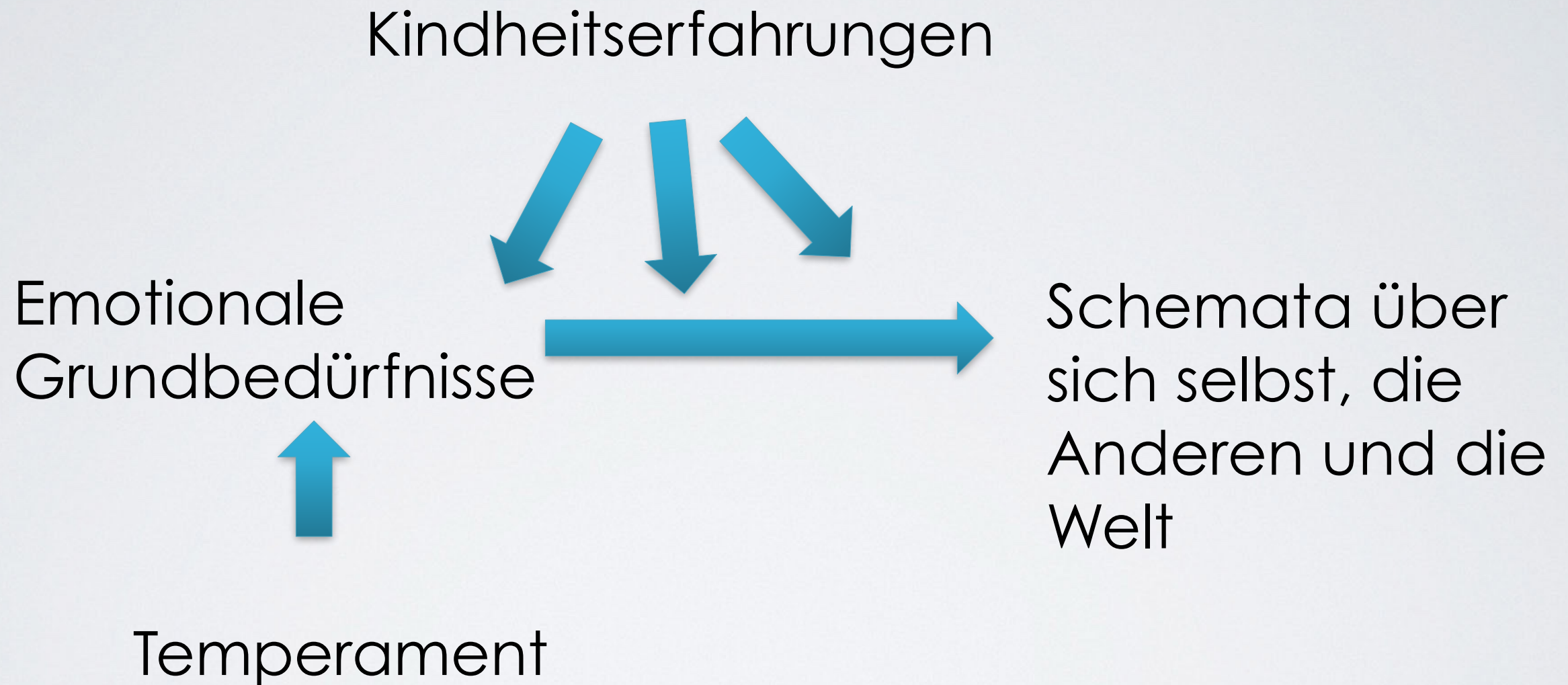
WHAT ARE SCHEMAS?

- Filter present cues based on past
- Anticipate future based on past



WIE KANN EIN SCHEMA ENTSTEHEN?

- Traumatisierung, harsche Bestrafung,...
- Anhaltende Frustration emotionaler Grundbedürfnisse (zu wenig des Guten)
- Verwöhnung & Überbehütung (zu viel des Guten)
- Überforderung des Kindes mit Erwachsenenthemen



Film zu Schemata und Brillen

Peter Graaf

SCHEMATA

- Emotionale Vernachlässigung
 - ✿ Abhängigkeit
 - ✿ Aufopferung
- Verlassenheit / Instabilität
 - ✿ Verletzbarkeit
 - ✿ Streben nach Anerkennung / Zustimmung
- Misstrauen/Missbrauch
 - ✿ Emotionale Verstrickung
 - ✿ Emotionale Gehemmtheit
- Isolation
 - ✿ Anspruchshaltung / besonders sein
 - ✿ Unerbittliche Ansprüche
- Unzulänglichkeit / Scham
 - ✿ Unzureichende Selbstkontrolle
 - ✗ Negatives Hervorheben
- Erfolglosigkeit / Versagen
 - ✿ Unterwerfung / Unterordnung
 - ✗ Bestrafungsneigung

SCHEMA: EMOTIONALE ENTBEHRUNG/ VERNACHLÄSSIGUNG



Bedürfnis nach normaler emotionaler Unterstützung wird nicht erfüllt

- a) Entbehren von Zuwendung
- b) Entbehren von Empathie
- c) Entbehren von Schutz

Kontinuierlich niedrige oder fehlende emotionale Fürsorge

SCHEMA: VERLASSENHEIT



- Gefühl, dass wichtige Bezugspersonen nicht wirklich verlässlich emotionale Unterstützung, Verbundenheit, Schutz gewähren können.
- Ich werde im Stich gelassen!
- Oft Schwankungen in der Fürsorge – mal da – mal nicht da...

SCHEMA: MISSTRAUEN/MISSBRAUCH

- Erwartung von anderen verletzt, misshandelt, missbraucht, gedemütigt, betrogen, belogen, manipuliert oder übervorteilt zu werden.



SCHEMA: SOZIALE ISOLATION



- Gefühl vom Rest der Welt abgeschnitten, anders als andere Menschen bzw. keine Peergruppe zugehörig zu sein.

SCHEMA: UNZULÄNGLICHKEIT / SCHAM

- Gefühl unzulänglich, schlecht, unerwünscht, minderwertig oder in gewissen bedeutsamen Bereichen grundsätzlich mangelhaft zu sein.
- Angst, andere könnten entdecken, dass man nicht lebenswert sei.



SCHEMA: ERFOLGLOSIGKEIT/VERSAGEN



- Überzeugung, dass man versagt hat, immer versagen wird und immer schlechter als andere sein wird.

SCHEMA: ABHÄNGIGKEIT

- Überzeugung, dass man ohne erhebliche Unterstützung durch andere nicht fähig sein wird, sein Leben kompetent zu managen.



SCHEMA: VERLETZBARKEIT



- Übertriebene Furcht, dass eine unmittelbare Katastrophe droht oder dass man nicht in der Lage sein wird, sie zu verhindern, z.B. medizinische Katastrophen

SCHEMA: EMOTIONALE VERSTRICKUNG

- Übermäßige Nähe zu einer oder mehreren Bezugspersonen (oft Eltern), was auf Kosten einer vollständigen Individuation und normaler sozialer Entwicklung geht.

SCHEMA: BESONDERS SEIN

- Ich bin den anderen überlegen
- Anspruch auf besondere Rechte und Privilegien



SCHEMA: UNGENÜGENDE SELBSTKONTROLLE

- Schwierigkeiten der Selbstkontrolle
- Geringe Frustrationstoleranz beim Verfolgen persönlicher Ziele
- Geringe Kontrolle beim Ausdruck von Gefühlen und Impulsen



SCHEMA: UNTERORDNUNG



- Übermäßige Fügsamkeit und Unterordnung
- Abgabe von Kontrolle und Einfluss an andere
- Zurückhalten von Ärger oder eigener Meinung

SCHEMA: AUFOPFERUNG

- Sich übertrieben bemühen, freiwillig die Bedürfnisse anderer in alltäglichen Situationen zu erfüllen auf Kosten der eigenen Zufriedenheit
- Mögliche Gründe: Bemühen andere nicht zu verletzen und sich selbst nicht als Egoist und deshalb schuldig fühlen zu müssen

SCHEMATA

- **Beachtung suchen**

- ❁ Übermäßiges Bemühen um die Zustimmung, Anerkennung oder die Aufmerksamkeit anderer.
- ❁ Überbewertung von Status, Erscheinung, sozialer Akzeptanz, Geld oder Erfolg

Emotionale Gehemmtheit

- ❁ Starke Hemmung von spontanem Verhalten, Gefühlen oder persönlichem Ausdruck
- ❁ Angst vor Verlust von Kontrolle über eigene Impulse.

SCHEMATA

- **Negatives Hervorheben**

- ❁ Starker Fokus auf die negativen Aspekte des Lebens

Unerbittliche Ansprüche

- ❁ Streben danach, hohen Ansprüchen bezüglich Verhalten und Leistung zu genügen (meist zur Vermeidung von Kritik)
- ❁ Übermäßiges Kritisieren von sich selbst und anderen

SCHEMA: STRAFNEIGUNG

- Überzeugung, dass man für einen Fehler hart bestraft werden sollte;
- Wütend, intolerant, strafend und ungeduldig gegenüber Personen, die eigene Standards oder Erwartungen nicht erfüllen
- Eigene Fehler oder Fehler der anderen können nicht verziehen werden

Liste mit Schemata in den Materialien

— Schemadomäne I: Fehlende Sicherheit und Zurückweisung

Schemata dieser Domäne entstehen, wenn die Bedürfnisse nach Sicherheit, Geborgenheit, Bindung und Schutz in der Kindheit nicht angemessen erfüllt wurden.

- (1) **Verlassenheit/Instabilität:** Menschen mit diesem Schema sind davon überzeugt, dass wichtige Beziehungen niemals halten werden, und sind dementsprechend ständig mit der Angst konfrontiert, von anderen verlassen oder im Stich gelassen zu werden. Sie fühlen sich einsam und verlassen, ohne jemanden, der ihnen verlässlich Schutz, emotionale Unterstützung, Verbundenheit oder Wärme geben kann. Menschen mit diesem Schema berichten aus ihrer Kindheit Erfahrungen von Verlassenwerden, etwa Verlassen der Familie durch ein Elternteil, früher Tod wichtiger Bezugspersonen oder häufiges Alleinsein.
- (2) **Misstrauen/Missbrauch:** Menschen mit diesem Schema haben die Erwartung, von anderen ausgenutzt, missbraucht, schlecht behandelt, belogen oder gedemütigt zu werden. Sie haben dementsprechend sehr große Schwierigkeiten, Vertrauen zu anderen Menschen aufzubauen. Betroffene sind anderen gegenüber dauernd auf der Hut, weil sie befürchten, von ihnen absichtlich verletzt oder missbraucht zu werden. Biografischer Hintergrund sind in der Regel Missbrauchserfahrungen verschiedener Art (z. B. wurden sie belogen, betrogen, verletzt, missbraucht oder manipuliert).
- (3) **Emotionale Entbehrung:** Menschen mit diesem Schema haben die Erwartung, dass ihre emotionalen Bedürfnisse von anderen Menschen gar nicht oder nur unzureichend erfüllt werden können. Diese Bedürfnisse sind Unterstützung, Aufmerksamkeit, Zuneigung, Verständnis, Mitgefühl oder Wärme, Anleitung, Hilfestellung und Schutz. Sie haben in ihrem Leben nur selten das Gefühl erlebt, dass sich jemand gut und liebevoll um sie kümmert oder dass sie geborgen, aufgehoben und geliebt sind. Meist gab es in der Kindheit kaum körperliche Zuwendung, Liebe war an Bedingungen geknüpft. Dieses Schema führt zu intensiven Gefühlen von Einsamkeit und Unverstandensein.
- (4) **Unzulänglichkeit/Scham:** Dieses Schema beschreibt das Gefühl, unzulänglich, schlecht, minderwertig oder unerwünscht zu sein. Die Betroffenen haben das Gefühl, dass sie es niemals wert sein werden, von anderen Liebe, Aufmerksamkeit oder Respekt zu erhalten, egal wie sehr sie sich bemühen. Sie haben ein Gefühl tiefer Scham für die eigene Person. In der Kindheit wurde das Bedürfnis nach Anerkennung, Lob und Akzeptanz nicht ausreichend erfüllt. Eltern waren häufig übermäßig kritisch, stellten die Betroffenen als Kinder bloß und werteten sie für das Äußern von Bedürfnissen oder Gefühlen ab.
- (5) **Soziale Isolierung/Entfremdung:** Dieses Schema beschreibt das Gefühl, vom Rest der Welt abgeschnitten zu sein, nicht dazu zu gehören oder tiefgehend »anders« zu sein als alle anderen Menschen. Betroffene fühlen sich in Gruppen nicht zugehörig, selbst wenn sie möglicherweise von außen betrachtet unauffällig und integriert sind. Die Betroffenen berichten von Isolationserleben in ihrer Kindheit.

— Schemadomäne II: Beeinträchtigung von Autonomie und Leistung

Schemata dieser Domäne entstehen, wenn das Bedürfnis nach Autonomie und Selbstständigkeit nicht erfüllt wurde. Die Betroffenen waren in ihrer Kindheit entweder überfordert oder bekamen zu wenig Autonomie und Selbstständigkeit zugestanden.

- (6) **Abhängigkeit/Inkompetenz:** Menschen mit diesem Schema fühlen sich häufig hilflos und sehen sich nicht imstande, ohne Unterstützung durch andere Menschen Dinge anzupacken oder Aufgaben zu bewältigen. Sie haben Schwierigkeiten, eigenständig Entscheidungen zu treffen. Sie kommen häufig aus (klammernden) Familienverhältnissen, in denen sie übermäßig behütet wurden. Das Vertrauen in die eigenen Fertigkeiten konnte durch Verantwortungsabnahme, fehlendes Lob und mangelnde Anleitung zur Selbstständigkeit nicht ausreichend ausgebaut werden.
- (7) **Anfälligkeit für Schädigung oder Krankheit:** Dieses Schema zeichnet sich aus durch ausgeprägte Furcht vor Katastrophen, Krankheiten oder anderen Problemen, die Menschen unerwartet treffen können. Betroffene berichten oft von ausgeprägt ängstlichen Bezugspersonen in der Kindheit; teilweise traten in der Biografie auch tatsächlich schwere Schicksalsschläge oder Krankheiten im näheren Umfeld auf.
- (8) **Verstrickung/unentwickeltes Selbst:** Menschen mit diesem Schema haben ein schwaches Gefühl für ihre eigene Identität. Sie sind stark in die Beziehung zu anderen Menschen (häufig Eltern) eingebunden. Um sich vollständig zu fühlen oder Entscheidungen treffen zu können, müssen sie sich immer wieder rückversichern – typischerweise bei einer ganz bestimmten Person, häufig der Mutter.
- (9) **Versagen:** Dieses Schema beinhaltet die Überzeugung, dass man niemals Erfolg haben wird, weniger talentiert oder klug ist als nahezu alle anderen Menschen. Die Betroffenen haben häufig sehr kritische Rückmeldungen beispielsweise in der Schule oder im Elternhaus erlebt, typischerweise mit pauschalen Abwertungen ihrer Person.

Schemadomäne III: Beeinträchtigungen im Umgang mit Begrenzungen

Schemata dieser Domäne entstehen, wenn in der Kindheit keine angemessenen Grenzen gesetzt wurden. Die Betroffenen können entweder primär verwöhnt worden sein (evtl. auch nur auf materieller Ebene), oder aber auch sehr inkonsistente Grenzen etwa mit Wechsel zwischen Missbrauch und völliger Freiheit erlebt haben. Sie hatten keine Gelegenheit, Durchhaltevermögen zu trainieren.

- (10) Anspruchshaltung/Grandiosität:** Dieses Schema beschreibt die Überzeugung, etwas Besonderes zu sein und sich anderen überlegen zu fühlen. Betroffene haben die Haltung, dass ihnen Sonderrechte zustehen und sie sich nicht um Bedürfnisse anderer, Regeln oder Konventionen kümmern müssen. Sie hassen es, eingeschränkt oder gebremst zu werden. Häufig haben Betroffene in der Kindheit vermittelt bekommen, dass sie oder ihre Familie etwas Besonderes sind und sind zumindest materiell verwöhnt worden. Oft entsteht dieses Schema auch durch Modelllernen, wenn die Eltern selbst diesem Schema entsprechen.
- (11) Unzureichende Selbstkontrolle/Selbstdisziplin:** Menschen mit diesem Schema haben Schwierigkeiten mit Selbstkontrolle und Frustrationstoleranz, wenn es um das Erreichen ihrer Ziele geht. Sie geben langweilige Tätigkeiten häufig auf und haben wenig Geduld für Aufgaben, die Disziplin und Durchhaltevermögen erfordern.

— Schemadomäne IV: Fremdbezogenheit

Schemata dieser Domäne entstehen, wenn der Ausdruck eigener Bedürfnisse und Gefühle versagt blieb. Die Betroffenen nehmen die Interessen und Bedürfnisse anderer als Richtlinie für eigenes Verhalten, und halten eigene Bedürfnisse weitgehend für unberechtigt. Meist kommen sie aus Familien, die sie nur unter bestimmten Bedingungen akzeptiert haben.

(12) Unterwerfung: Menschen mit diesem Schema lassen aus Angst vor negativen Konsequenzen in Beziehungen anderen immer die Oberhand und richten sich nach den Wünschen und Vorstellungen anderer, selbst wenn sie diese nur vermuten können. Sie glauben, dass ihre Wünsche, Meinungen und Emotionen von anderen nicht gewürdigt werden.

(13) Selbstaufopferung: Menschen mit diesem Schema fokussieren ständig darauf, die Bedürfnisse anderer zu erfüllen und andere zu unterstützen. Die Beachtung der eigenen Bedürfnisse führt häufig zu Schuldgefühlen. Im Gegensatz zum Schema *Unterwerfung* geht es dabei weniger um Anpassung, als vielmehr darum, jede Bedürftigkeit rasch zu erkennen und möglichst selbst zu erfüllen.

(14) Streben nach Anerkennung: Menschen mit diesem Schema suchen in übertriebener Weise Anerkennung, Wertschätzung und Zustimmung. Sie legen großen Wert auf ein gutes Aussehen, gutes Auftreten, hohen sozialen Status etc., um Lob und Anerkennung durch andere sicherzustellen. Häufig geschieht dies auf Kosten der eigenen Bedürfnisse und der Entwicklung eines soliden und echten Selbstwertgefühls. Die Selbstachtung ist hauptsächlich von den Reaktionen anderer abhängig.

— Schemadomäne V: Übertriebene Wachsamkeit und Gehemmtheit

Schemata dieser Domäne können entstehen, wenn das Bedürfnis nach Spontaneität, Spaß und Spiel in der Kindheit nicht ausreichend erfüllt wird. Der familiäre Hintergrund ist meist durch eine verbissene, leistungsbezogene, rigide Atmosphäre geprägt. Leistung und Perfektionismus wurden belohnt, der Ausdruck von Emotionen und Bedürfnissen gehemmt oder bestraft.

- (15) **Negativität/Pessimismus:** Dieses Schema verleitet Menschen dazu, überall vor allem das Schlechte, Negative und Problematische zu sehen. Positive Aspekte werden minimiert oder ignoriert. Betroffene haben dauernd Angst davor, folgenschwere Fehler zu machen. Sie haben deshalb Schwierigkeiten, Entscheidungen zu treffen, sind ständig besorgt, immer in Alarmbereitschaft. Sie sind stark beschäftigt mit bisherigen negativen Erlebnissen.
- (16) **Emotionale Gehemmtheit:** Menschen mit diesem Schema haben Angst davor oder fühlen sich unwohl dabei, Gefühle zu zeigen oder spontan zu sein. Sie befürchten, anderen zu missfallen, die Kontrolle über ihre Impulse zu verlieren und Scham zu empfinden. Eigene Bedürfnisse und Gefühle wie Wut oder Freude werden unterdrückt, Gespräche über die eigene Verletzlichkeit oder Probleme werden vermieden, evtl. als lächerlich empfunden und abgewertet.
- (17) **Überhöhte Standards/überkritische Haltung:** Menschen mit diesem Schema fühlen sich permanent unter Druck, Dinge zu erledigen, Ziele zu erreichen und überall der Beste zu sein. Sie haben dabei immer das Gefühl, niemals gut genug zu sein und sich immer noch mehr Mühe geben zu müssen. Betroffene stehen sich selbst und anderen sehr kritisch gegenüber. Es folgen Perfektionismus, rigide Regeln und ständiges Sorgen um Zeit und Effizienz. Dies geschieht auf Kosten von interpersonellen Kontakten, Spaß, Freizeit und Entspannung.
- (18) **Bestrafen:** Dieses Schema beschreibt die Überzeugung, dass Menschen streng bestraft werden müssen, wenn sie Fehler machen. Die Betroffenen sind unerbittlich und ungeduldig gegenüber sich selbst und anderen.

ÜBUNG

- Diagnostische Imagination in der Gruppe



FALLBEISPIEL

- Marie
- 21 Jahre
- Borderline Persönlichkeit

MARIE I

- Mutter Alkoholikerin, Vater abwesend und autoritär, gewalttätiger Stiefvater, der sie auch oft beschimpft hat
- Internat ab 14, Pflegefamilie ab 15, mit 17 in betreutes Wohnen gekommen
- 3 Suizidversuche mit 19 wegen Streitereien und Beziehungsabbrüchen
- Hat betreutes Wohnen verlassen und wohnt seit einiger Zeit bei Freund
- Seit vielen Monaten häufig Streit mit Freund, sie ist arbeitslos und depressiv

MARIE 2

- Es ist Montag Abend: Peter (ihr Freund) kommt meist gegen 18.00 Uhr von der Arbeit
- Sie erwartet ihn und freut sich auf ihn
- Sie hat etwas gekocht und schaut jetzt fern
- Um 18.15 ist Peter noch nicht da

MARIE 3

- Sie fühlt sich ängstlich
- Ihr Herz rast, sie fängt an zu zittern und hat einen Klos im Hals
- Sie stellt sich vor, dass Peter bei einem anderen Mädchen ist
- Sie wird sich immer sicherer, dass er sie verlassen wird

MARIE 4

- Als Peter um 18.30 nach Hause kommt, kann sich Marie nicht mehr beherrschen.
- Sie schreit, macht eine fürchterliche Szene und schmeißt Sachen von Peter auf den Boden

MARIE 5

- Was ist zwischen 18.00 und 18.30 bei Marie im Kopf passiert?
- Welche Schemata waren vielleicht aktiv?

SCHEMA RASTER FÜR MARIE:

	Mutter	Vater	als Kind	Familienregeln
Biographie				
nicht genug befriedigte Grundbedürfnisse				
Schemata				
Verhalten/ Modi				

SCHÉMA POUR MARIE:

	mère	père/beau-père	comme Enfant	règles de la famille
Biographie				
besoin non-satisfait				
Schémas				
Comportement de Marie				

ÜBUNG

- Erarbeiten Sie in Kleingruppen à 3 Personen ein Schema Raster für Marie und malen sie dies auf ein Flip-Chart - Papier
- 30 min

YSQ AUSWERTUNG

ÜBUNG

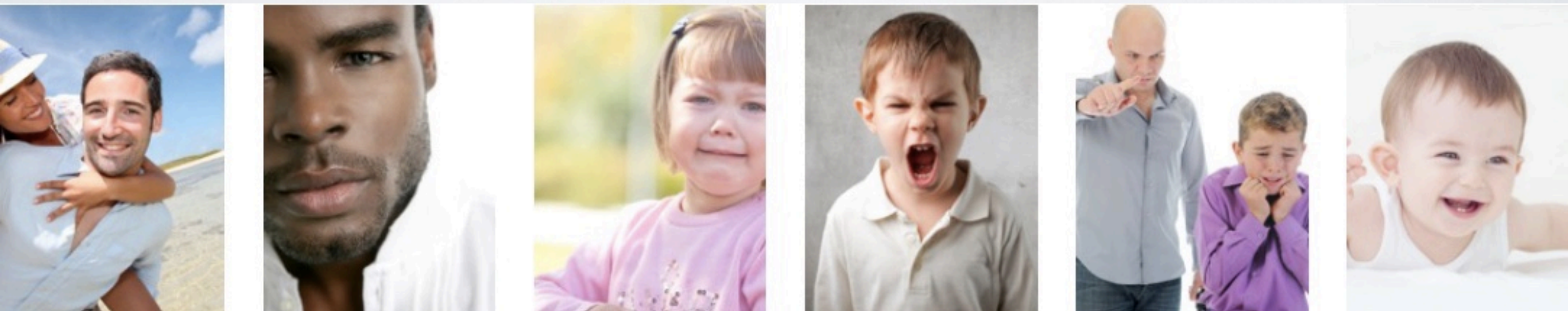
- Erarbeiten Sie in Kleingruppen (2er bzw. eine 3er Gruppe) ein Schema Raster für einen Ihrer Klienten und versuchen sie in der Gruppe Ideen zu entwickeln, was der Klient braucht und was sie als nächstes im pädagogischen Alltag für ihn machen könnten???
- 45 min

Schema Therapie BASICS

-

Schematherapeutische Ansätze in der pädagogischen Arbeit

Jan Kossack



SCHEMA RASTER FÜR _____:

	Mutter	Vater	als Kind	Familienregeln
Biographie				
nicht genug befriedigte Grundbedürfnisse				
Schemata				
Verhalten/ Modi				

was braucht der Klient:

was machen wir als nächstes:

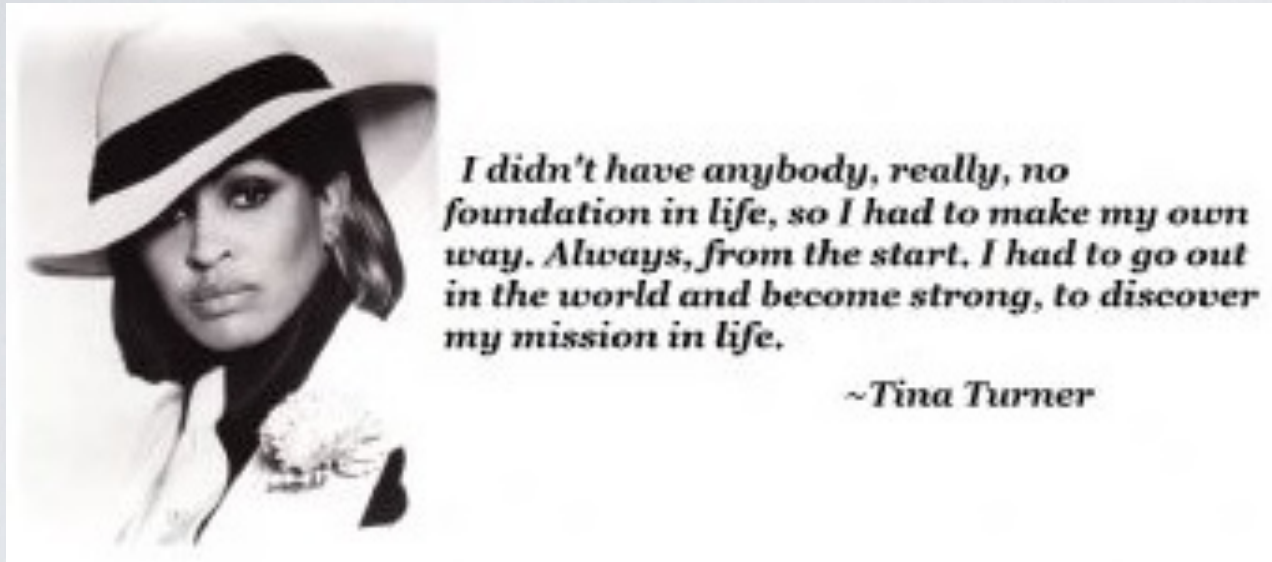
DIE MODI



Die Coping-Styles

- Kampf
- Flucht
- Aufgeben / Erdulden





TINA

ein kleines Mädchen, mit wahrscheinlich einem
Verlassenheitsschema, einem emotionales
Vernachlässigungsschema, Beachtung suchen -
Schema:

das **einsame, verlassene, verletzte Kind**



dann Ike Turner getroffen:

- sich in einen Narzissten verliebt
- sich unterordnender Modus
- Stimulationssuchender Modus (Rampenlicht)
- Selbstberuhigender Modus (Singen)





- dann...
- unabhängiger werden
- aber auch viel geschlagen worden
- wütende Kind-Modus treibt schließlich den gesunden Erwachsenen Modus an, eine Lösung zu finden

dann...

der gesunden Erwachsene
Modus entwickelt sich mehr
und mehr über die
folgenden Jahre



iModes

by
**David
Bernstein**

- Die iModes haben auf der einen Seite ein Bild und auf der anderen Seite den Namen des Modus und eine kurze Erklärung
- **Entdecken sie die Moduskarten für sich selbst in den nächsten 5 - 10 min**



Schema Modes:

- An emotional state or “side” of a person that dominates his/her thought, feelings, or coping behavior and a given moment.
- We all have modes, which can be triggered in different situations.
- In personality disorders, schema modes tend to be extreme.
- Either frequent mode switching or being “stuck” in a mode.
- The healthy adult mode helps us become aware of and modulate our modes.

EMOTIONALE GRUNDBEDÜRFNISSE

Bindung



Autonomie



Gefühle ausdrücken



spielerisch & spontan sein

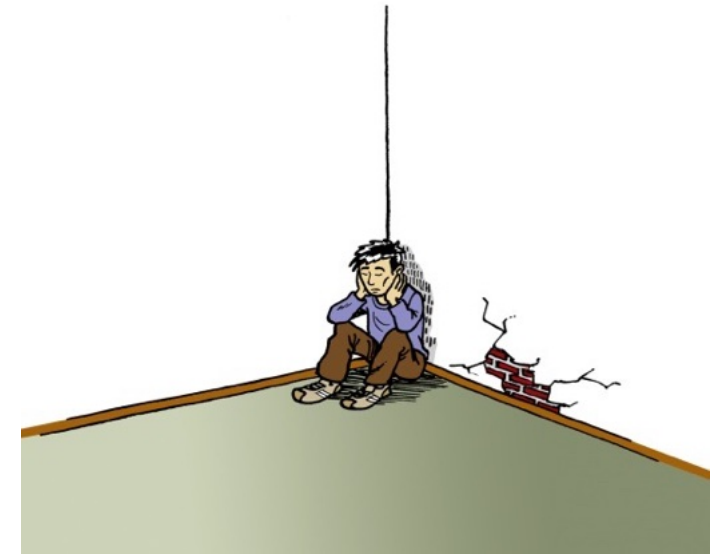
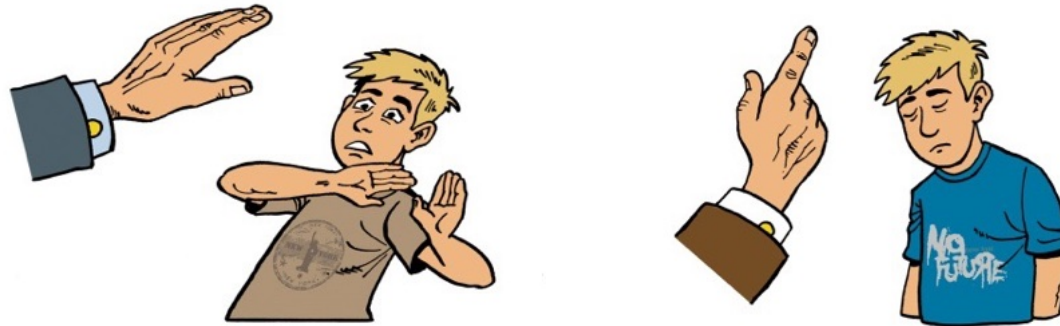


realistische Grenzen



MODI...

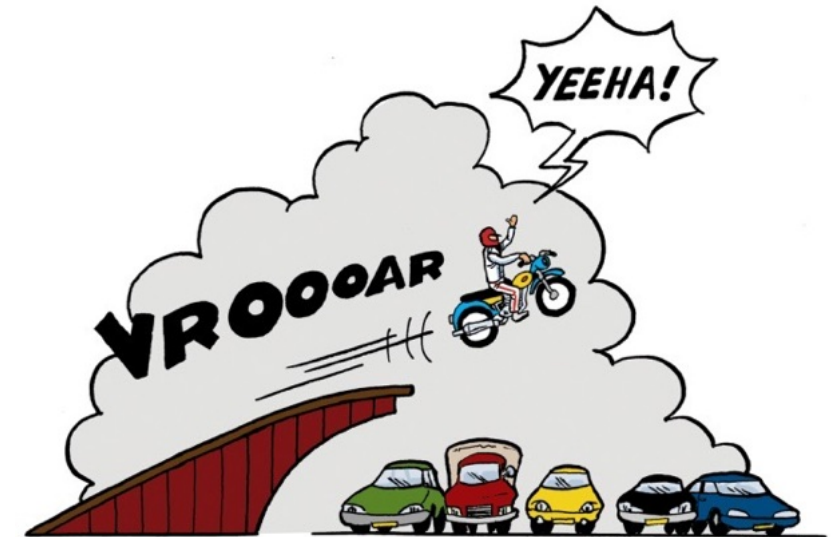
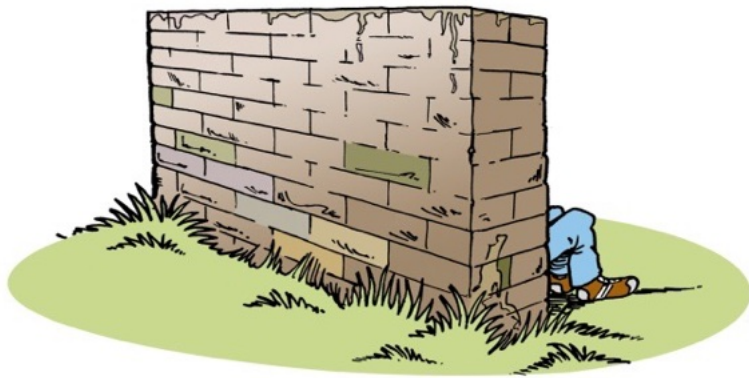
Child modes



Dysfunctional parent modes

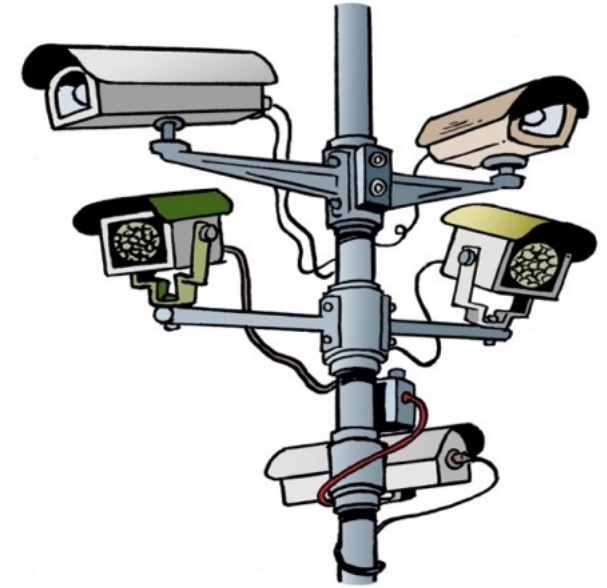


Avoidant and compliant modes



ÜBUNG MASKEN...

Over-compensating modes



Healthy modes



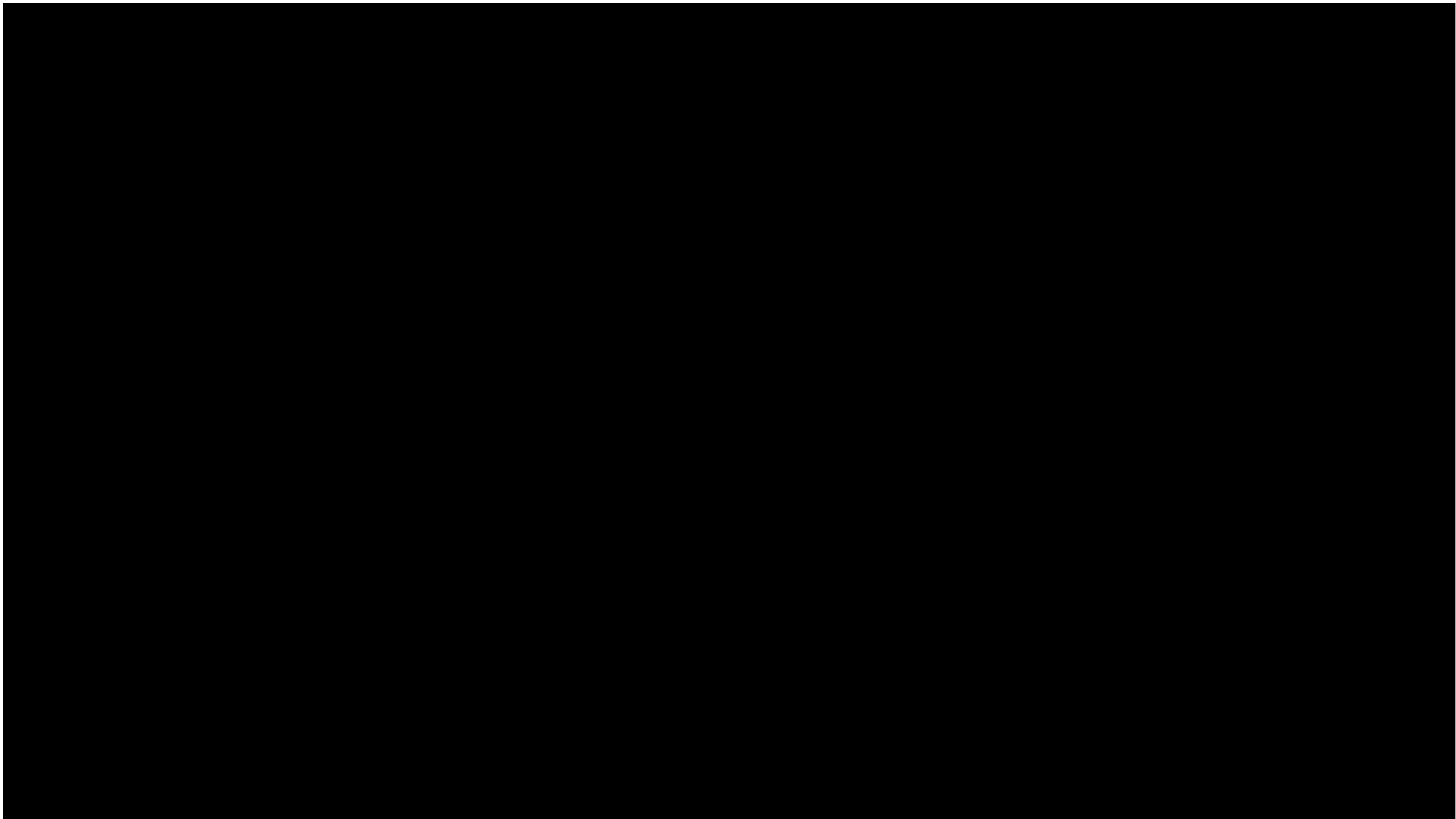
iModes

if you are interested in buying iModes:
www.i-modes.com



**An Integrated, Team-Based Approach for People with Aggression,
Addiction, and Antisocial Behaviour**

David P. Bernstein, Ph.D.



FILM C. LECHMANN MODI EXPLORATION MIT BILDKARTEN

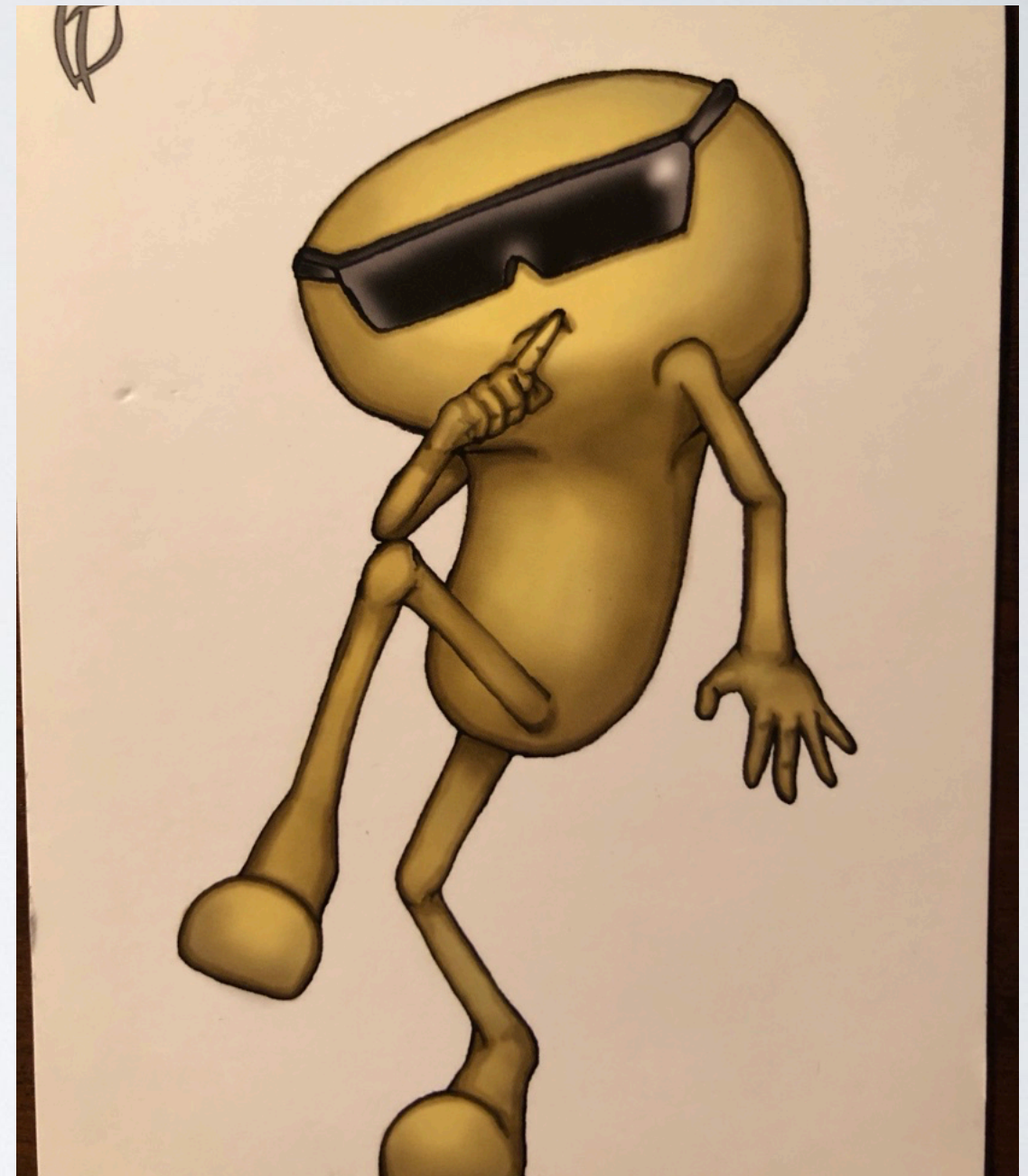
Liste mit den Modi in den Materialien

WELCHE MODI SIND DAS?

Karten von Britta Finkelmeier

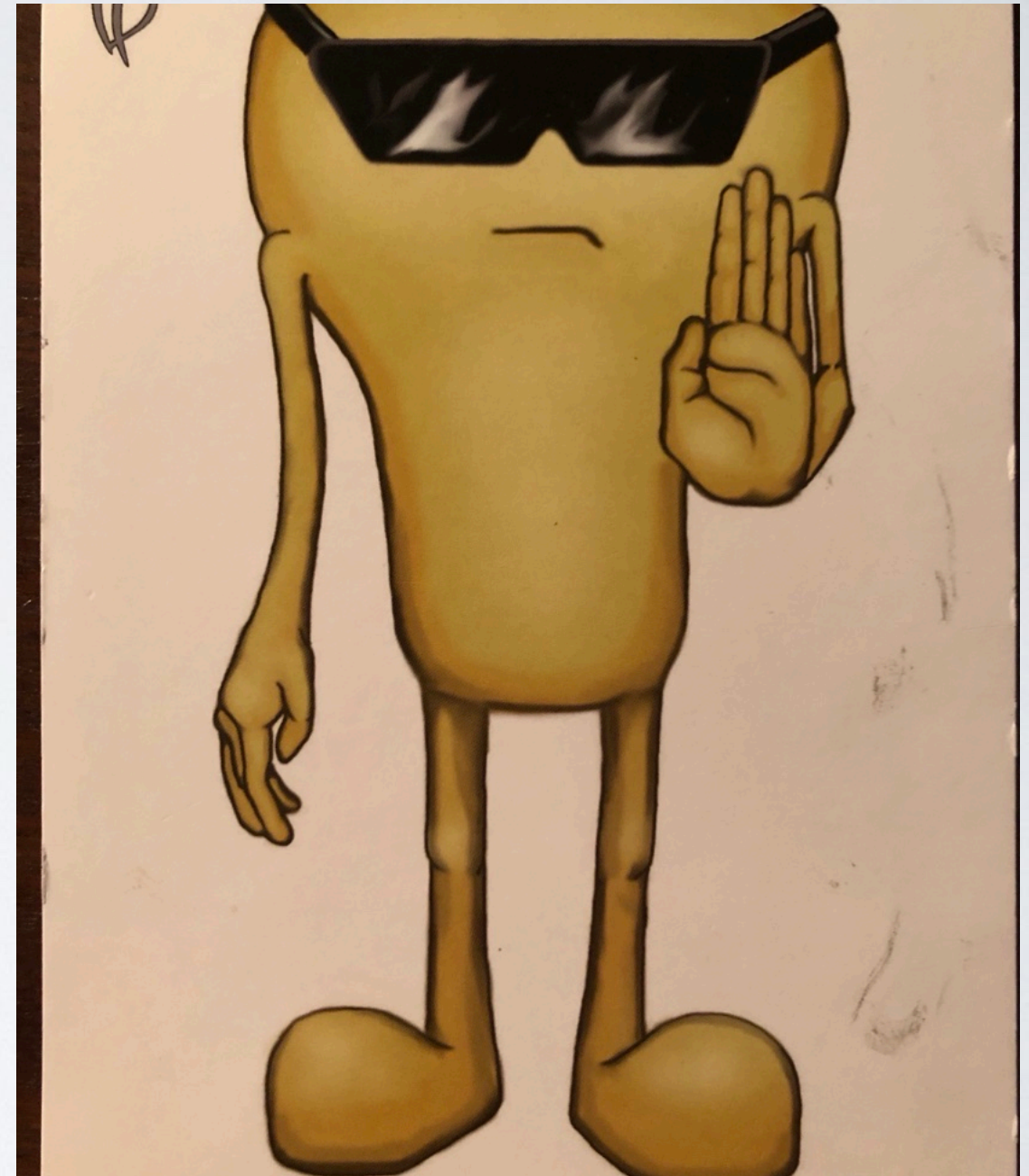
VERMEIDER

- versucht unangenehme Gefühlen aus dem Weg zu gehen: Rückzug, Drogen, wichtige Termine verstreichen lassen (Bild: sich heimlich davonstehlen)



DISTANZIERTER, ÄRGERLICHER BESCHÜTZER

- ist misstrauisch gegenüber anderen
- lässt niemanden an sich heran



SICH SELBSTVERHERRLICHENDER MODUS

- der Narzisst
- stellt sich und seine Bedürfnisse über die der anderen

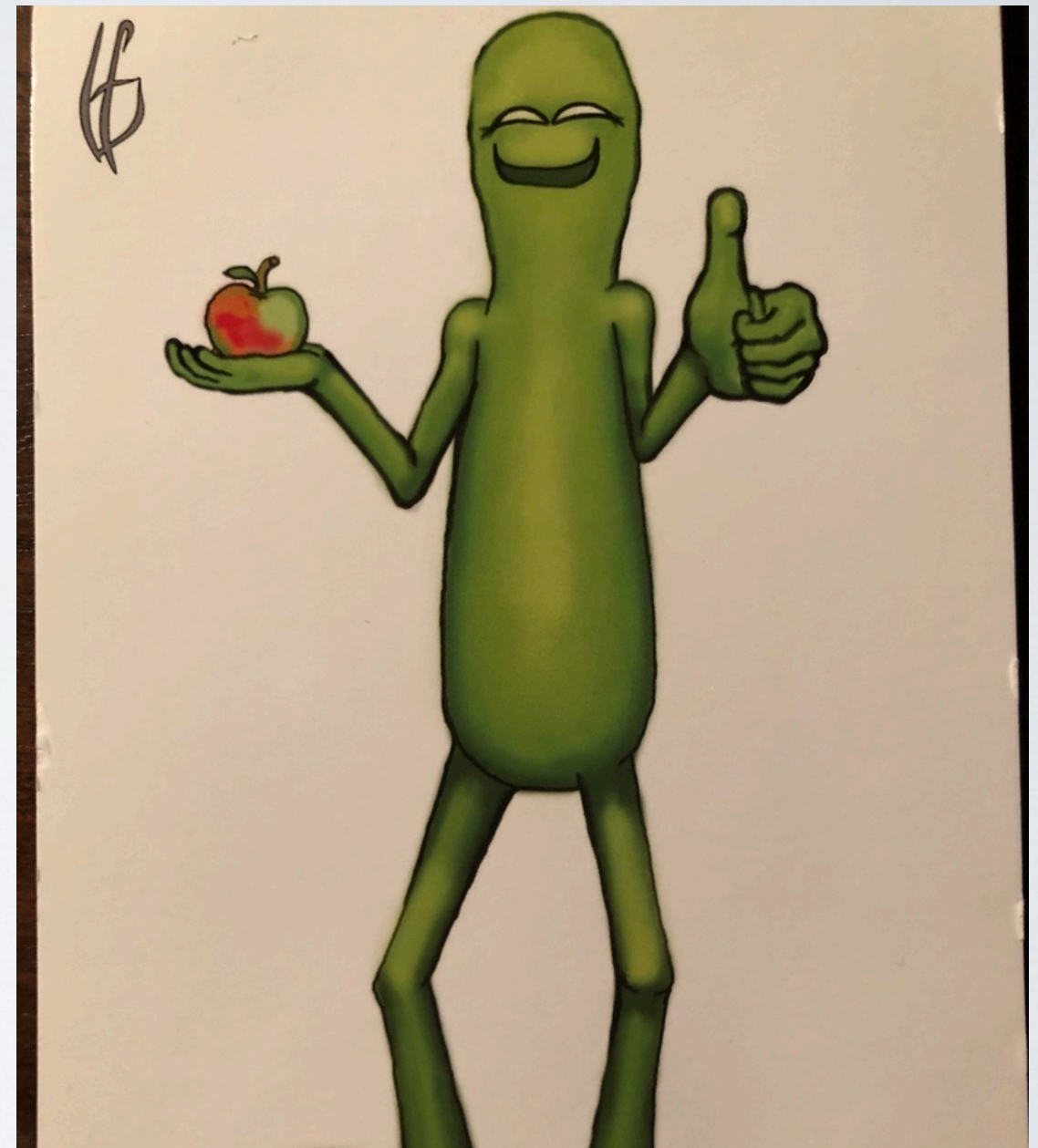


ÄNGSTLICHES TRAURIGES KIND

- fühlt sich allein gelassen,
ängstlich, hilflos, traurig...

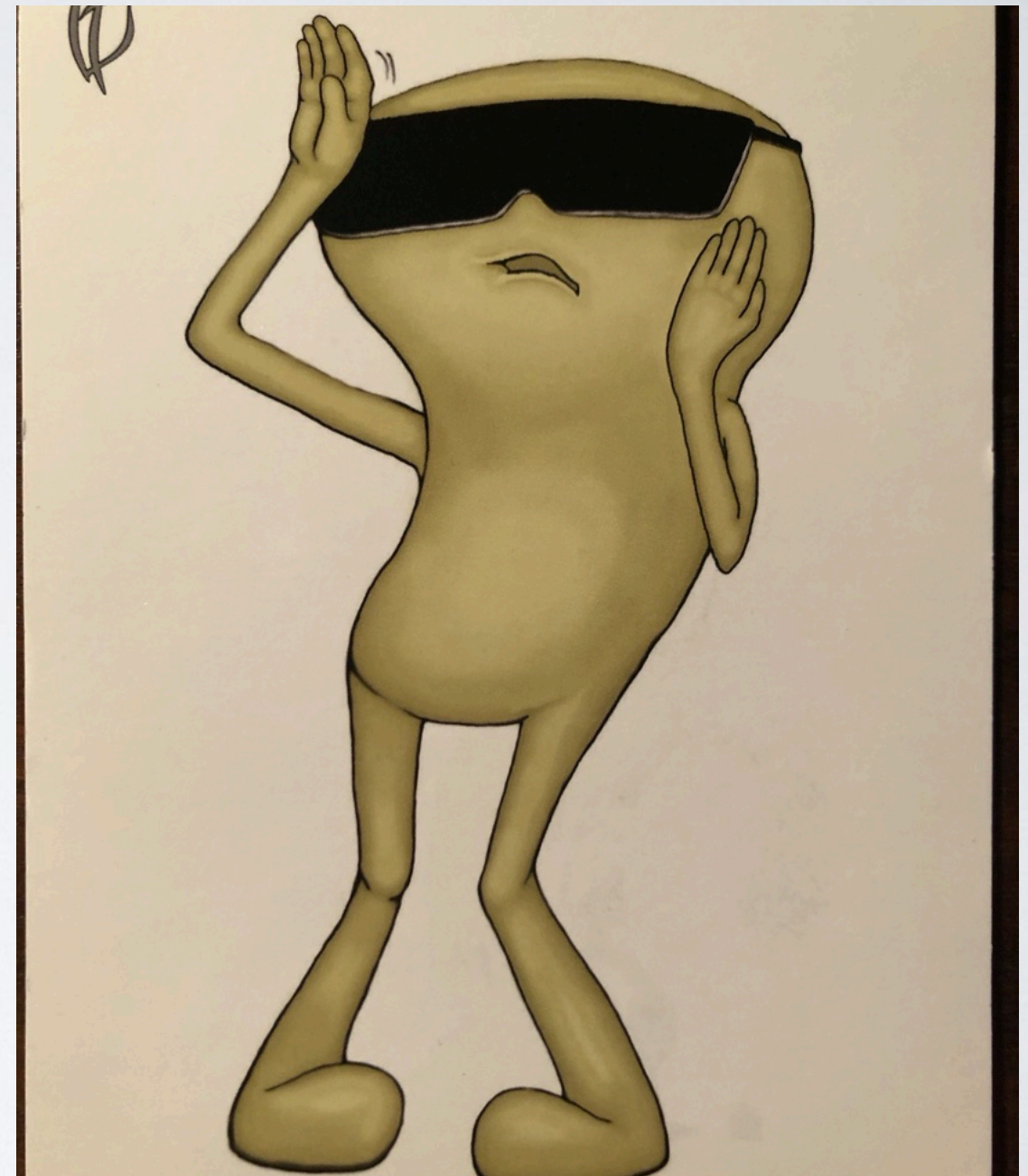


GESUNDER, KOMPETENTER, CLEVER MODUS



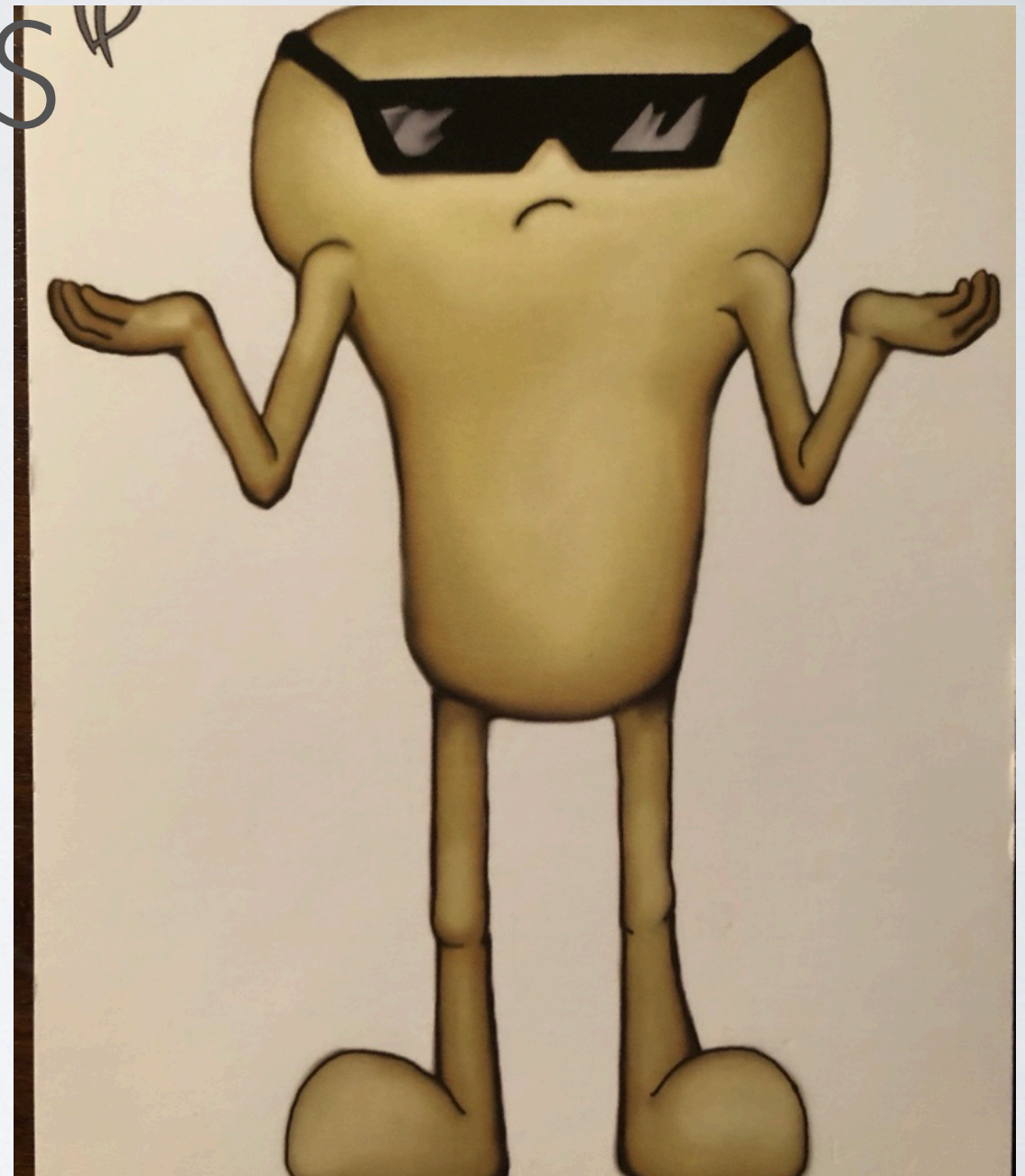
KLAGENDER BESCHÜTZER

- klagt über körperliche Beschwerden und verhindert so das Vordringen zum Kernthema



SICH ERGEBENDER/ FÜGENDER MODUS

- Unterordnung /
Unterwerfung



GESUNDER UMGANG MIT ÄRGERLICHEM, IMPULSIVEM KIND-MODUS

- clever Modus soll das wütende Kind eingrenzen, validieren und helfen Gefühle angemessen auszudrücken



WÜTENDES KIND

- impulsiv, brennt vor Wut



STRAFENDER/KRITISCHER ELTERNMODUS

- abwertend, Scham, Schuld, Selbsthass...



TROTZIGES/ SCHMOLLENDES KIND



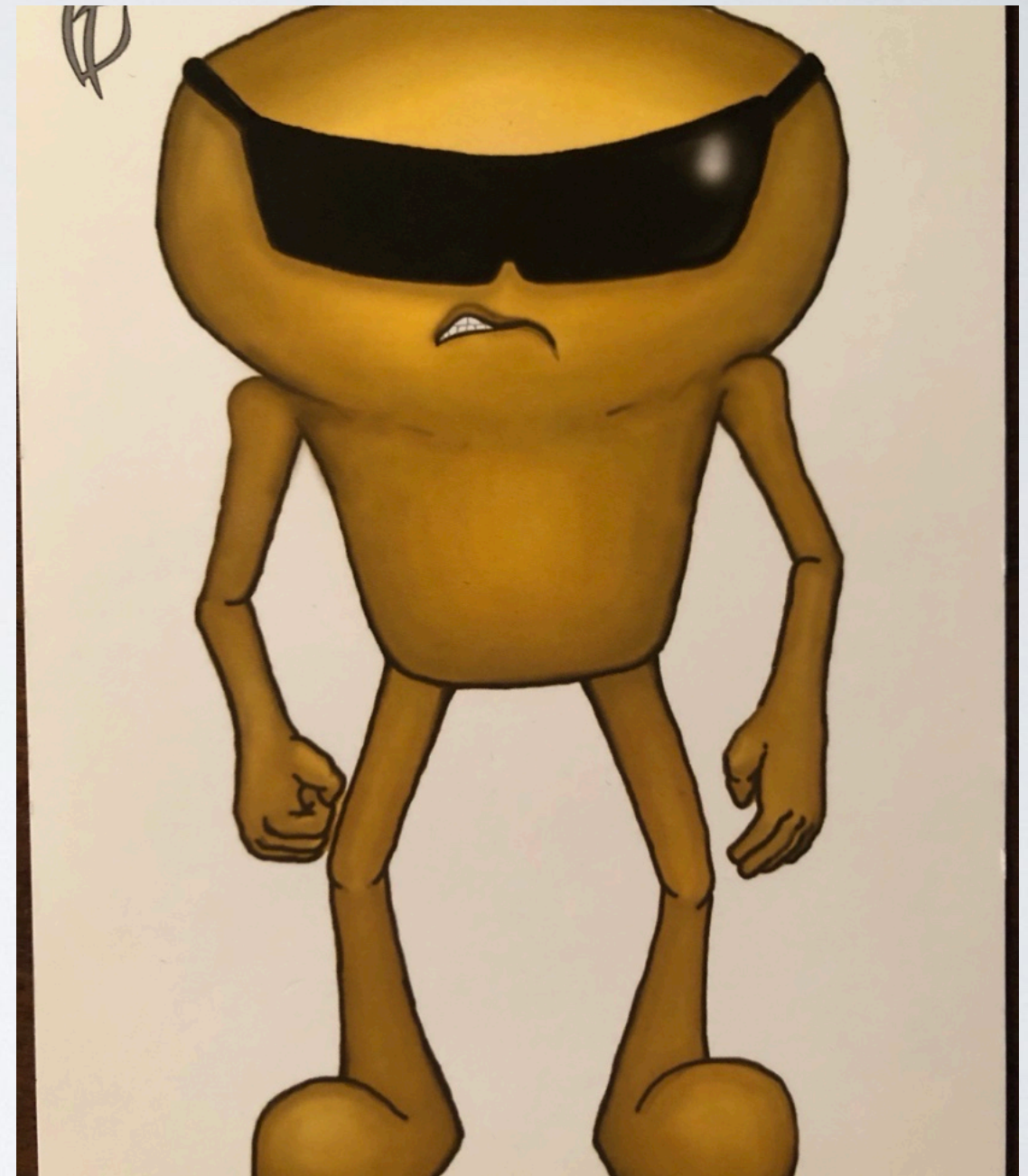
GLÜCKLICHER KIND-MODUS

- fühlt sich erwünscht, geliebt, validiert, ...



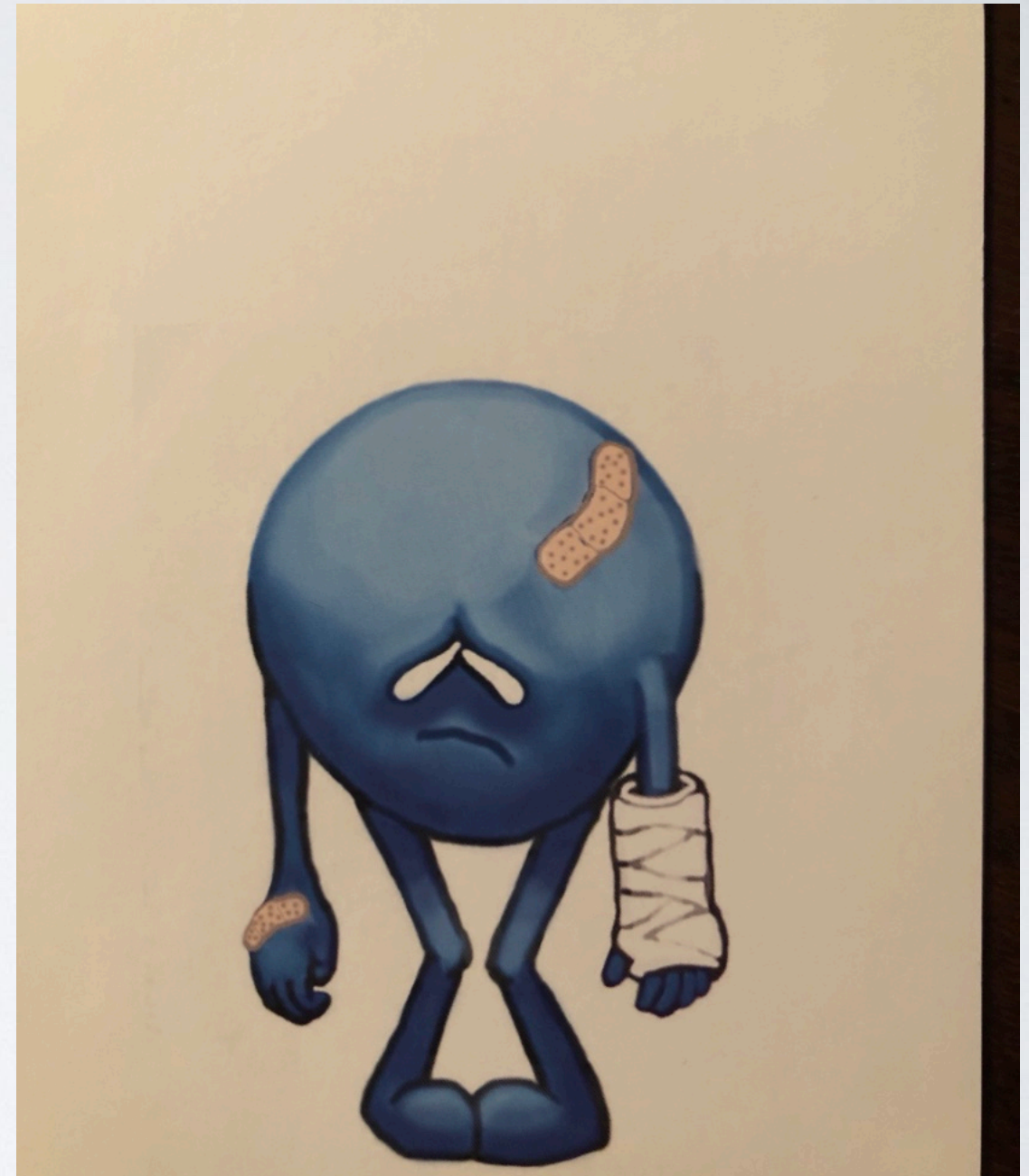
AGGRESSIVER MODUS

- bedrohlich, aggressiv,...



VERLETZTER KIND-MODUS

- fühlt sich missbraucht, unzulänglich, wertlos, hoffnungslos,...



GESUNDER UMGANG MIT VERLETZTEM, ÄNGSTLICHEN TRAURIGEN KIND

- positive Zuwendung,
Validierung



IMPULSIVER KIND-MODUS

- unkontrolliert, grenzenlos, handelt riskant, will sofortige Bedürfnisbefriedigung,...



DAS RETTUNGSBOOT

Gruppenaufgabe

EMOTIONALE GRUNDBEDÜRFNISSE

Bindung



Autonomie



Gefühle ausdrücken

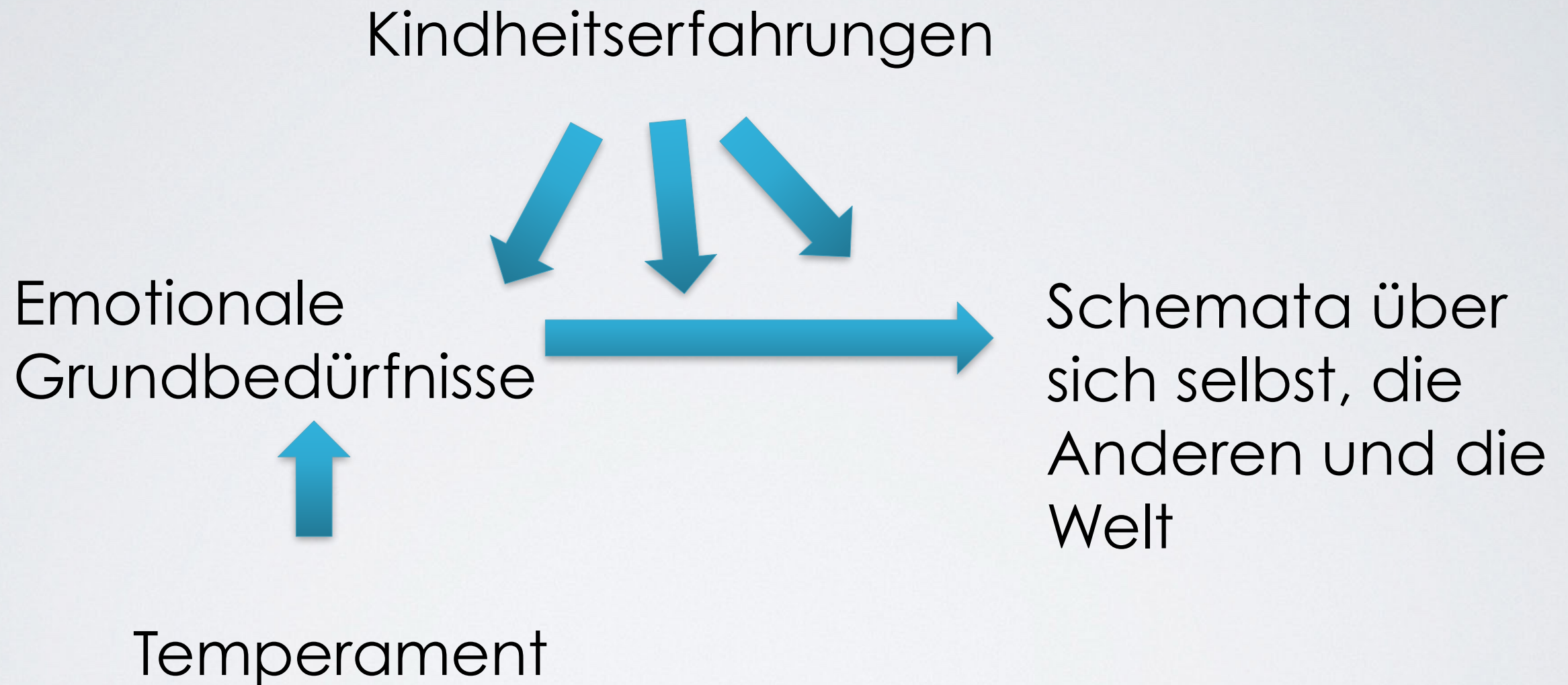


spielerisch & spontan sein



realistische Grenzen





SCHEMATA

- Emotionale Vernachlässigung
 - ✿ Abhängigkeit
 - ✿ Aufopferung
- Verlassenheit / Instabilität
 - ✿ Verletzbarkeit
 - ✿ Streben nach Anerkennung / Zustimmung
- Misstrauen/Missbrauch
 - ✿ Emotionale Verstrickung
 - ✿ Emotionale Gehemmtheit
- Isolation
 - ✿ Anspruchshaltung / besonders sein
 - ✿ Unerbittliche Ansprüche
- Unzulänglichkeit / Scham
 - ✿ Unzureichende Selbstkontrolle
 - ✗ Negatives Hervorheben
- Erfolglosigkeit / Versagen
 - ✿ Unterwerfung / Unterordnung
 - ✗ Bestrafungsneigung

DIE MODI

- Kind-Modi
- Bewältigungs-Modi
- „Eltern“-Modi
- gesunde Modi

KIND-MODI

- verletztes Kind (traurig, einsam, ängstlich, gedemütigt,...)
- ärgerliches Kind
- impulsives Kind
- undiszipliniertes Kind

BEWÄLTIGUNGS-MODI

- distanzierter Beschützer (Mauer, rational, logisch, Gefühle vermeiden zu spüren und/oder zu zeigen)
- distanzierter Selbstberuhiger (Drogen, Alkohol, Sex, Sport,...)
- Kick/stimulationssuchender Beschützer
- klagender Beschützer
- ärgerlicher Beschützer

BEWÄLTIGUNGS-MODI

• Bully & Attack Modus ÜBERKOMPENSATION -

- Selbsterhöhender Modus
- misstrauisch über-kontrollierender Modus
- perfektionistisch überkontrollierender Modus
- manipulativer Modus
- aufmerksamkeits-suchender Modus
- Killer - Modus

„ELTERN“-MODI

- strafende / kritisierende innere Stimme
- innerer Antreiber / Druckmacher

GESUNDE MODI

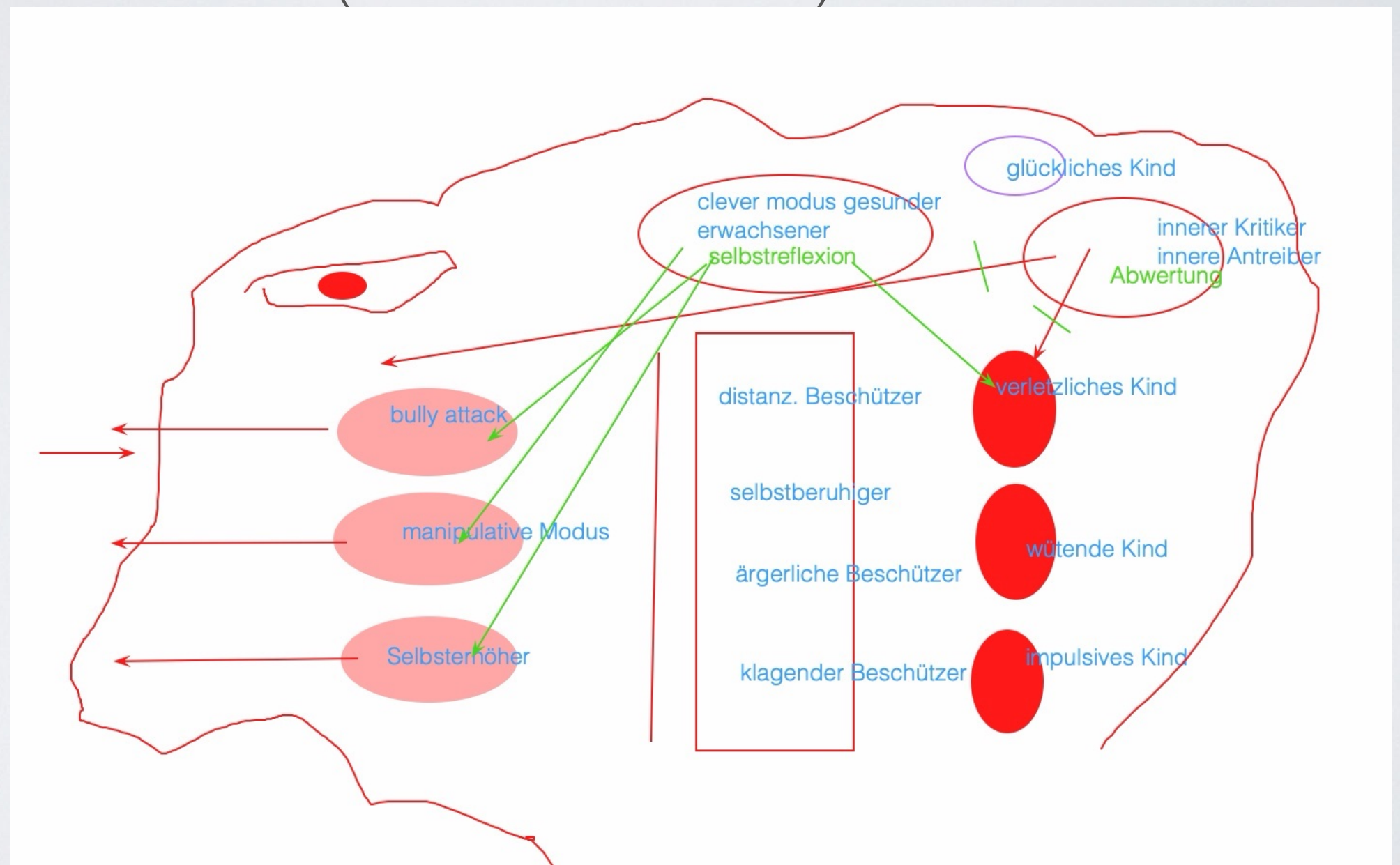
- glückliches Kind
- gesunder Erwachsener / clever Modus (hier sind alle Kompetenzen und Stärken drin!!!)

FILM BEISPIELE

Modi
Gitta Jakob



DIE MODUS-LANDKARTE (WHITEBOARD)



FILM JAKOBS

Erarbeitung eines Modusmodells

FILM FELIX

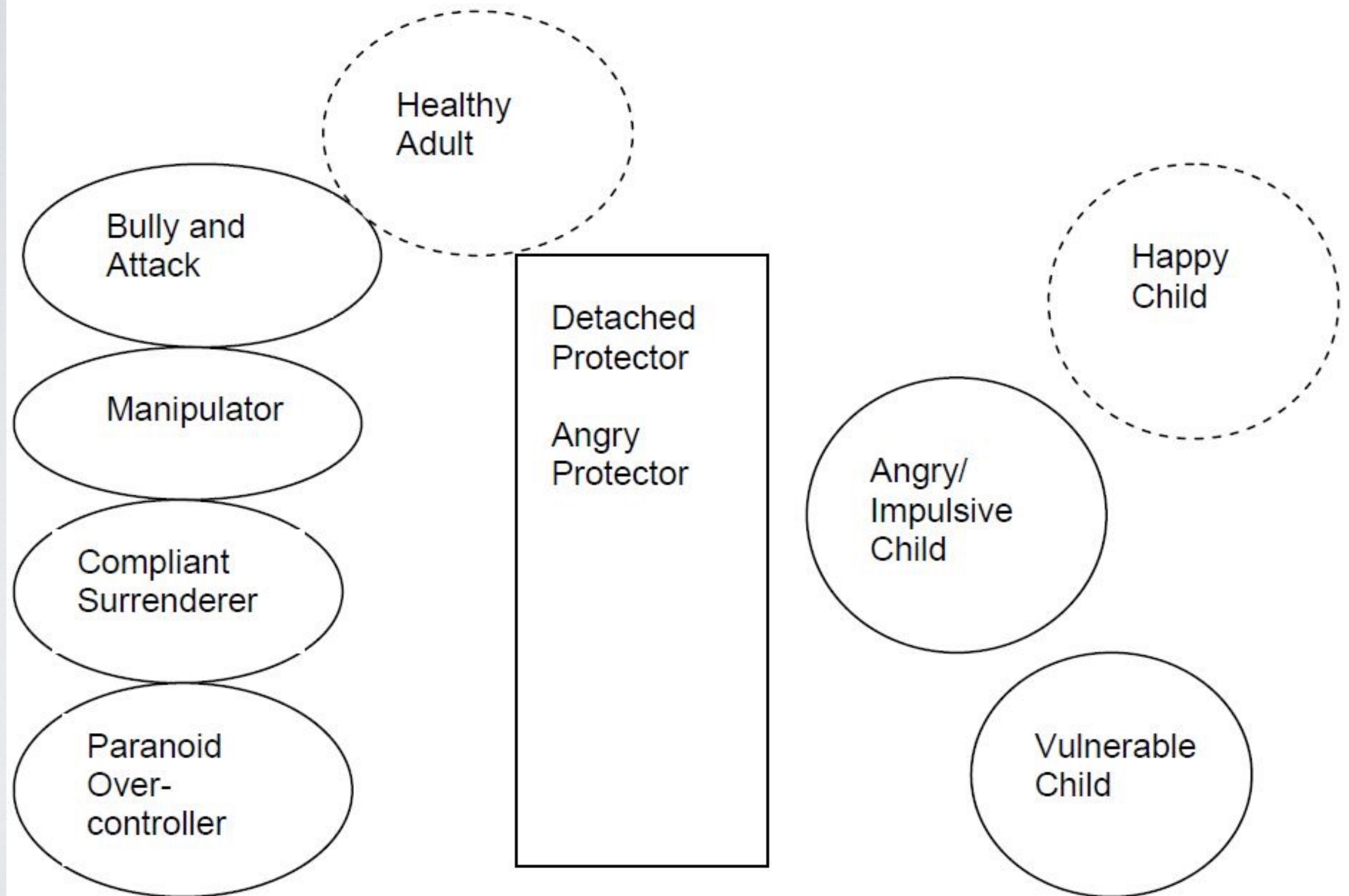
[HTTPS://YOUTU.BE/2R37TJUWYOQ](https://youtu.be/2R37TJUWYOQ)

ACHTSAMKEIT FÜR MODI TRAINIEREN

Beispiel Sylvia im Material

Gehen Sie in die Kleingruppen und erarbeiten Sie zusammen, welche Modi
Sie bei Sylvia erkennen können

ca. 15 min



MEIN MODUS-KOPF

nehmen sie sich bitte 15min Zeit und zeichnen sie ihren eigenen Modus-Kopf (Modus-Landkarte) auf - gehen sie danach in zweier Gruppen und besprechen sie ihre Erfahrungen mit dem Erstellen des eigenen Modus-Kopfs (15min) - was war leicht - was war schwer bei sich selbst zu erkennen???

DIE MODUS-ZEICHNUNG



FILM-MODUSZEICHNUNG PETER GRAAF

MODUSARBEIT KANN ABER AUCH GEMACHT WERDEN MIT...

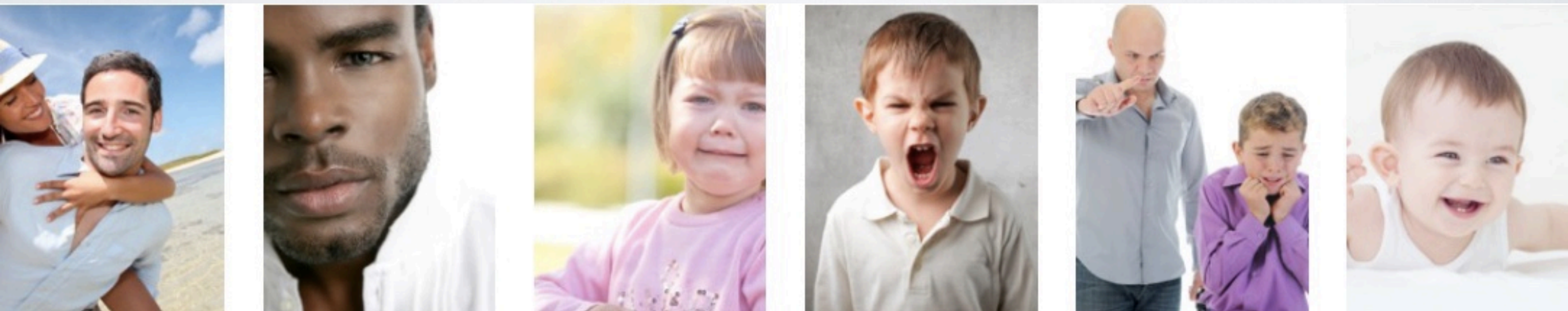
- **Playmobil**
- **Tieren**
- **Biegefiguren**
- **Moduskarten**
- **Superhelden**
- **X-Men**
- ...

Schema Therapie BASICS

-

Schematherapeutische Ansätze in der pädagogischen Arbeit

Jan Kossack



ÜBUNG: MEINE MODI DURCHGEHEN

FILM C. LECHMANN
ASPERGER-SYNDROM
MODUSMODELL...

MODI ANSPRECHEN...

- jeder hat unterschiedliche Seiten...
- normalisieren
- benennen - Klient Namen suchen lassen
- Karten als Hilfsmittel
- erzählen lassen, was sie in dem Modus macht; Beispiele bringen
- wertschätzen der Funktion des Modus / nicht verurteilen!!!
- welche Gedanken & Gefühle sind in dem Modus da
- seit wann gibt es den Modus
- was sind die Vor- & Nachteile des Modus

ÜBUNG

in zweier Gruppen:

mit einem Jugendlichen mit Hilfe der Karten, Moduskopf, etc... über
seine Modi in einer Krisensituation / oder allgemein sprechen
jeder einmal Jugendlicher und einmal Betreuer
insgesamt 45min

WELCHES IST DER MODUS, IN DEN SIE
OFT/LEICHT SWITCHEN, WENN ES EINE
SCHWIERIGE SITUATION AUF DER
ARBEIT ODER ZUHAUSE GIBT?

**Prendre des décisions dans
des situations stressantes.**

Memokarte zum Ausfüllen und Ergänzen	
Situation und das augenblickliche Gefühl erkennen:	
Wenn mein Kind (Auslöser)	_____
fühle ich im Augenblick	_____

Erkennen meines Schemas/Modus:	
Ich weiß, hier meldet sich wahrscheinlich mein Schema/Modus	_____
das/den ich mit folgender Erfahrung verbinde	_____

Wegen dieses Schemas übertreibe ich das Ausmaß meiner Reaktion, indem ich _____	

Realitätsprüfung:	
Obwohl ich glaube, dass (negative Gedanken)	_____

ist die Realität, dass (gesunde, kluge Sichtweise)	_____

Zu den Beweisen aus meinem Leben, welche die gesunde Sichtweise unterstützen, zählen (spezifische Beispiele):	

Verhaltensanweisung:	
Auch wenn ich im ersten Moment am liebsten (negatives Verhalten)	_____
möchte ich stattdessen (gesundes Verhalten)	_____

ÜBUNG

- erstellen sie für sich eine Schema-Modus-Memo-Karte (Flash-Card) und nehme sie diese für sich selbst als Sprachnachricht auf (20min)



MODE-OBSERVATION-SKALE

©
Mode Observation Scale (MOS)
Bernstein, de Vos, & Van den Broek, 2009
(Deutsche Übersetzung: C. Knörschild & G. Jacob)

Anleitung

Mit dieser Ratingskala können Sie die Schemamodi Ihrer Patienten identifizieren. Die Skala kann für klinische Fragen und für Forschungszwecke eingesetzt werden. Schemamodi sind emotionale Zustände oder „Persönlichkeits-Anteile“, die die Gedanken, Gefühle und das Verhalten einer Person in einem gegebenen Moment bestimmen (Young et al., 2003).

Ort und Zeit

Diese Ratingskala dient der Einschätzung der Modi, die zu einem bestimmten Zeitpunkt auftreten. Das kann beispielsweise eine Einzel- oder Gruppentherapie-Sitzung sein, oder eine strukturierte oder unstrukturierte Aktivität wie etwa Mahlzeiten, Berufsschule oder Freizeitaktivitäten. Neben dem Beobachtungssetting wird auch der Zeitrahmen präzisiert. So kann die Beobachtung z.B. eine ganze Einzeltherapiesitzung umfassen oder nur Teile einer Therapiesitzung (beispielsweise die ersten 10 Minuten). Spezifizieren Sie Setting und Zeitrahmen der Beobachtung bitte hier:

Name oder Nummer des Patienten:

Name des Raters:

Datum:

Setting:

Zeitrahmen:

3 MODI MIT WUT:

- WÜTENDES KIND
- ÄRGERLICHER BESCHÜTZER
- BULLY & ATTACK

ÄRGERLICHES KIND

Film G. Jacob / DVD | Patient Borderline

UMGANG MIT DEM WÜTENDEN KIND (REMCO)

UMGANG MIT DEM ÄRGERLICHEN KIND- MODUS

- ventilieren lassen
- validieren
- Zusammenhang zu früher erlebten Situationen /
Schemata herstellen
- Realitätstestung
- einüben alternativer gesunder Strategien

ÜBUNG:
2ER GRUPPEN SPRECHEN SIE MIT EINEM
KLIENTEN IM ÄRGERLICHEN
KINDMODUS ANHAND DES MODELLS

EMPATHISCHE KONFRONTATION

&

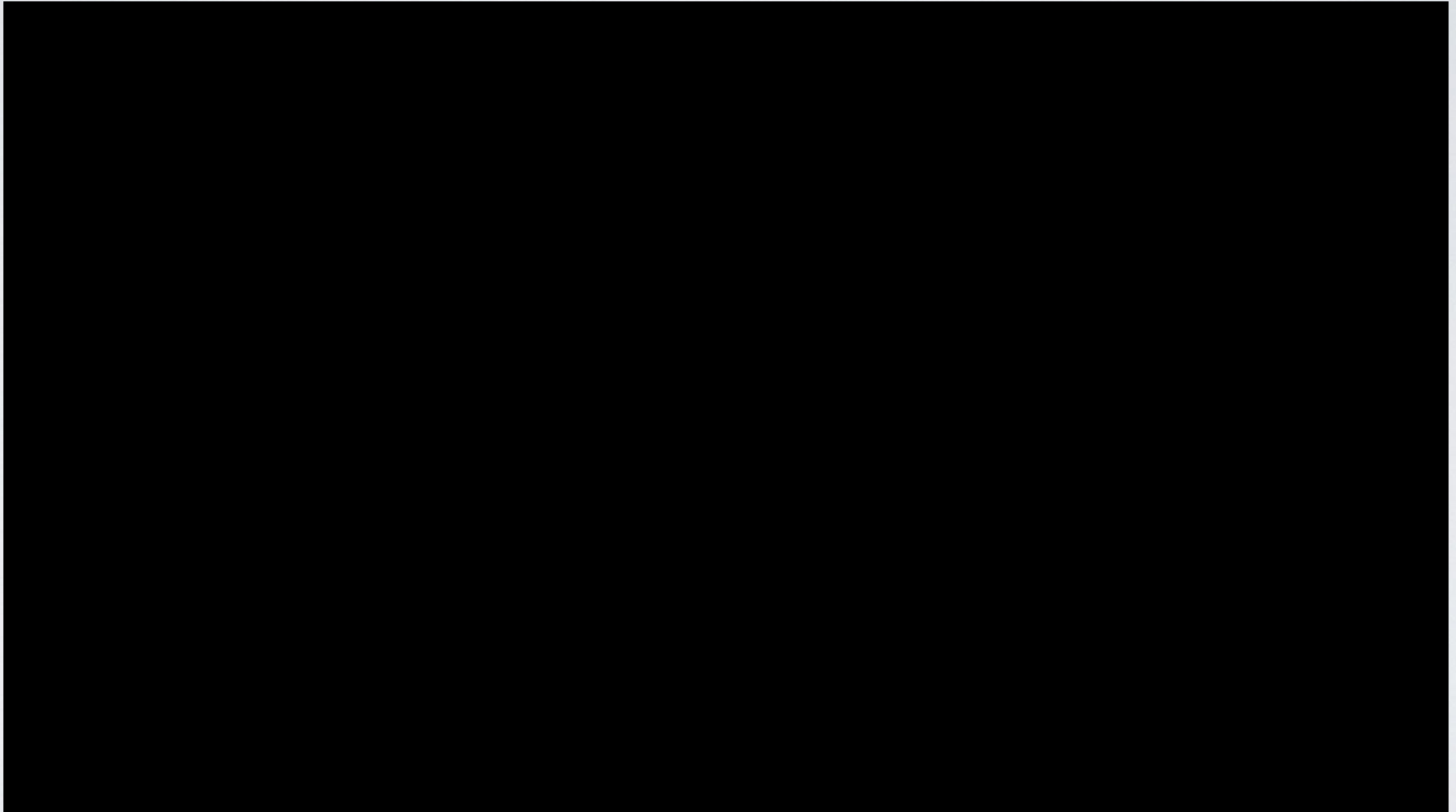
LIMITED REPARENTING

EMPATHISCHE KONFRONTATION

- Modus / Verhalten benennen - als eine Seite des Klienten...
- die etwas bei mir auslöst (Selbstoffenbarung)...
- ich aber auch meine gesunde Erwachsene Seite in mir habe, und mir der Klient / das innere verletzte Kind des Klienten sehr wichtig ist...
- und ich weiß, was der Klient alles durchgemacht hat (link zur Biographie machen) und ich ihm helfen möchte, dass es ihm in Zukunft besser geht, seine Bedürfnisse besser befriedigt werden...
- ist es schwer für den Klienten da zu sein, wenn er in diesem Modus ist / diese Seite von sich zeigt,...
- und wenn er mir gegenüber diese Seite zeigt, frage ich mich, ob diese Seite von ihm vielleicht auch in anderen Beziehungen zum Vorschein kommt,...
- und dass andere Menschen dann vielleicht eher mit Unverständnis, Rückzug, Ablehnung, ... auf den Klienten reagieren und er dann genau das, was er braucht, wieder nicht bekommt... (von Micro zu Macro)
- und ich würde dem Klienten gerne helfen, dass er in der Zukunft eher gute Erfahrungen macht und gute Beziehungen zu Menschen aufbauen kann,...
- daher möchte ich ihn fragen, ob er mit mir zusammen daran arbeiten möchte, dies zu verändern oder ob er meint, er braucht den Modus noch???

BEWUSSTSEIN ERHÖHT DIE STEUERUNGSFÄHIGKEIT

DEN CLEVER-MODUS STÄRKEN



DEN CLEVER MODUS STÄRKEN...

- wie können sie dies machen:
- skills...
- Gefühle ausdrücken,...
- Problemlösungsstrategien üben
- was noch???

WIE KANN MAN DEN CLEVER-MODUS STÄRKEN?

Film Jacob

STÄRKUNG DES CLEVER-MODUS

Clever-Modus: Tagebuch fürNamen einfügen

Der Clever-Modus besteht darin,

- a) kluges Verhalten zu zeigen
(z. B. gute Ideen bei Problemen zu haben),
- b) eigene Gefühle zu erkennen,
- c) eigene Bedürfnisse angemessen zu äußern.

Wenn a, b *und* c erfüllt sind, bitte mehrere Aufkleber verwenden.

Dieses Tagebuch bitte an einer „belebten“ Stelle in der Wohnung aufbewahren (z. B. Küche, Flur), damit es schnell zur Hand ist und jederzeit von allen Familienmitgliedern eingesehen und wertgeschätzt werden kann.



Datum & Uhrzeit	Was ist passiert? (Stichworte)	Belohnung (Aufkleber)

Name:

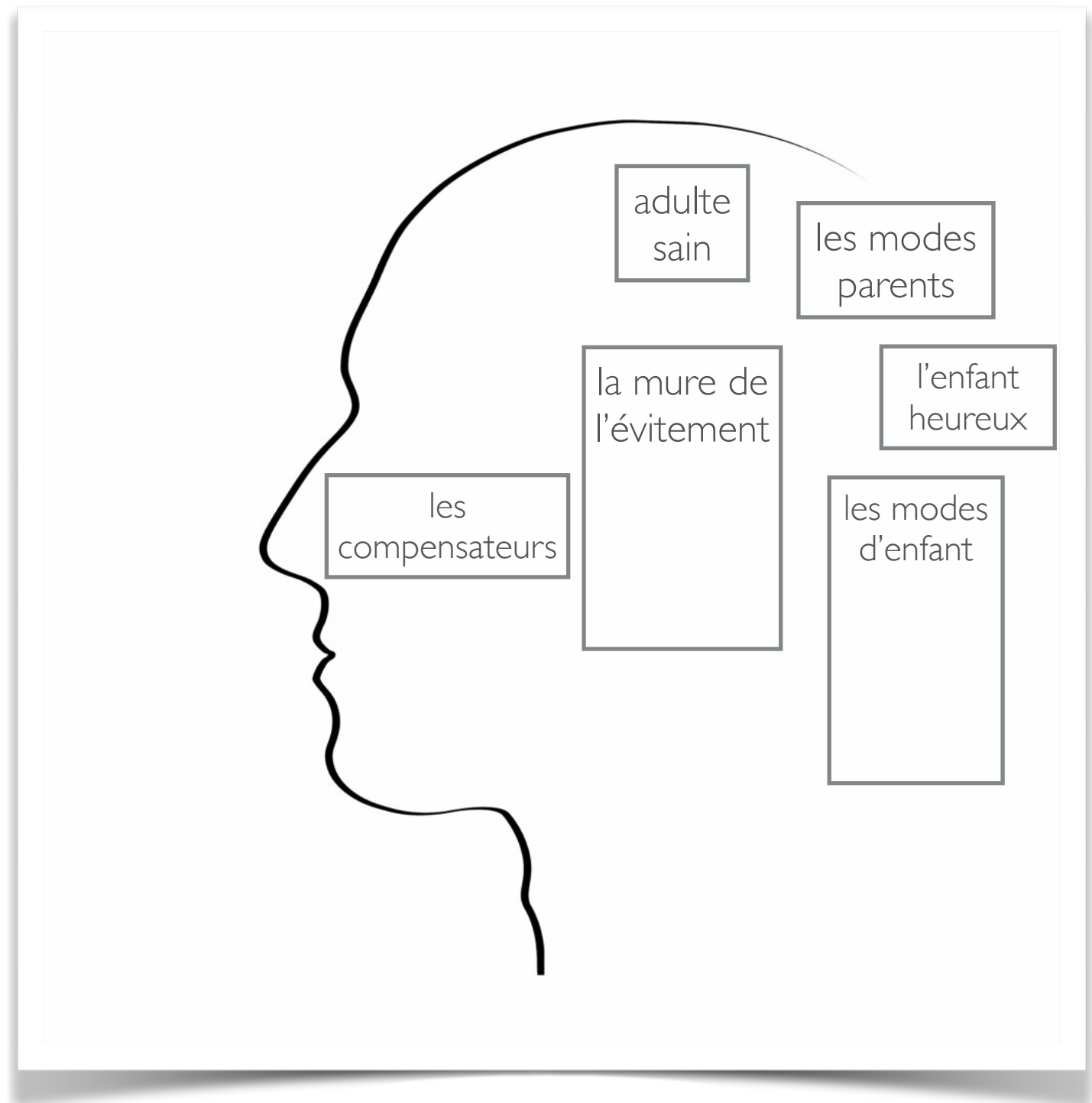
Modus-Memo als Karte

Datum:

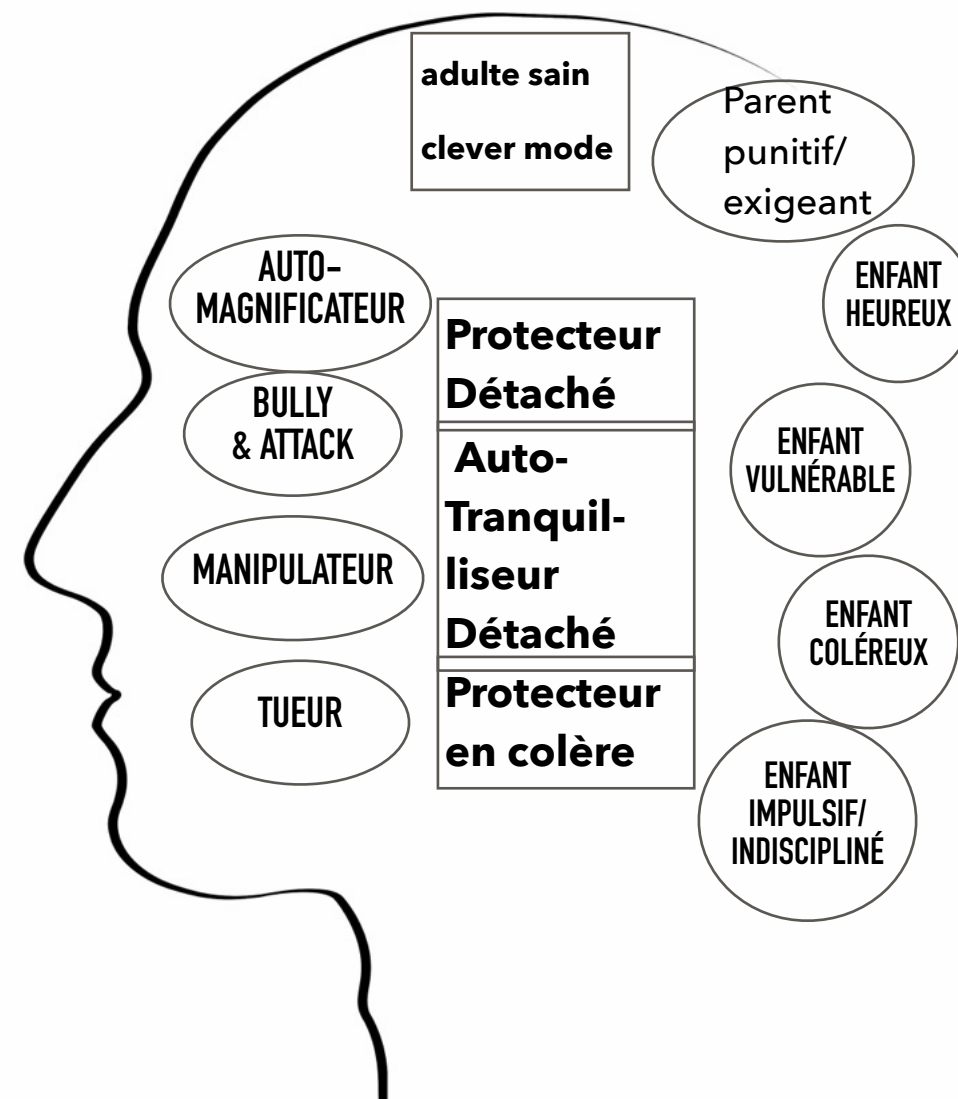
Modus-Memokarte:

- Situation, in der ich mich aufrege:
- Dann meldet sich der Modus :
- Gedanken:
- Gefühle:
- Körperempfindung:
- Handlungsimpuls:
- Aufrufen des cleveren [Name des Kindes] zur Prüfung der Situation. Der weiß eigentlich, was klug ist:
- Aufrufen meines inneren Helfers oder Helden, der das Problem selbstsicher lösen kann:

MODÈLE DES MODES EN GÉNÉRAL:



MODÈLE DES MODES EN GÉNÉRAL:



SCHEMA SCREENING FÜR KINDER

der gesunde Erwachsene

oder der clever-Modus

nach Prof. David Bernstein

Bernstein iModes

Eigenschaften des Gesunden Erwachsenen

Männliche Version

Dieses Set besteht aus folgenden Karten:

Faktor I Selbstbestimmung

Setzt und verfolgt seinen eigenen Lebensweg

- 1 Identität
- 2 Selbstreflexion
- 3 Selbstvertrauen
- 4 Selbstsicherheit
- 5 Vorstellungskraft

Faktor II Selbstregulierung

Reguliert Gefühle, Gedanken und Verhalten

- 6 Emotionale Ausgeglichenheit
- 7 Widerstandfähigkeit
- 8 Selbstkontrolle
- 9 Selbstfürsorge
- 10 Realitätsüberprüfung

Faktor III Beziehungen

Baut bedeutsame, gegenseitige Beziehungen auf

- 11 Empathie
- 12 Mitgefühl
- 13 Humor
- 14 Verantwortungsbewusstsein

Faktor IV Erhabenheit

Verfolgt höhere Ziele oder Werte im Leben und in zwischenmenschlichen Beziehungen

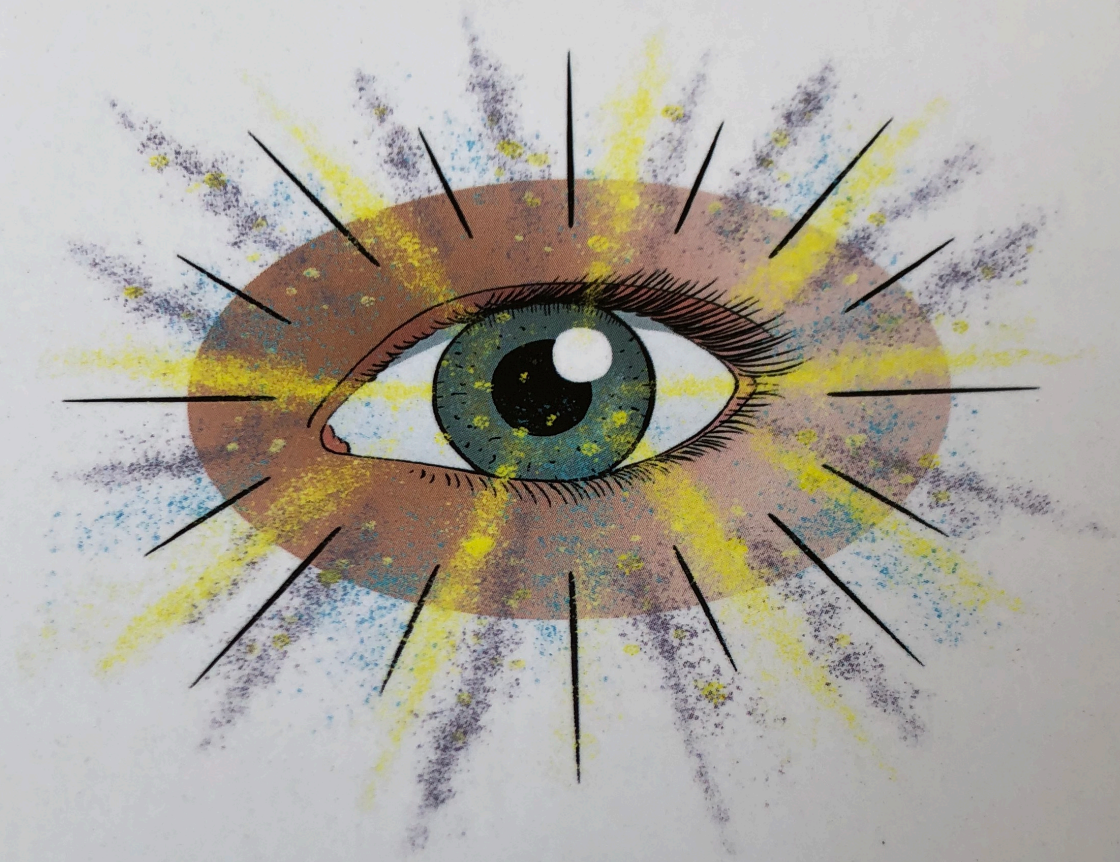
- 15 Dankbarkeit
- 16 Weisheit

G.E. - Faktor 1: Selbstbestimmung

setzt und verfolgt seinen eigenen Lebensweg

- Identität
- Selbstreflexion
- Selbstvertrauen
- Selbstsicherheit
- Vorstellungskraft

Identität



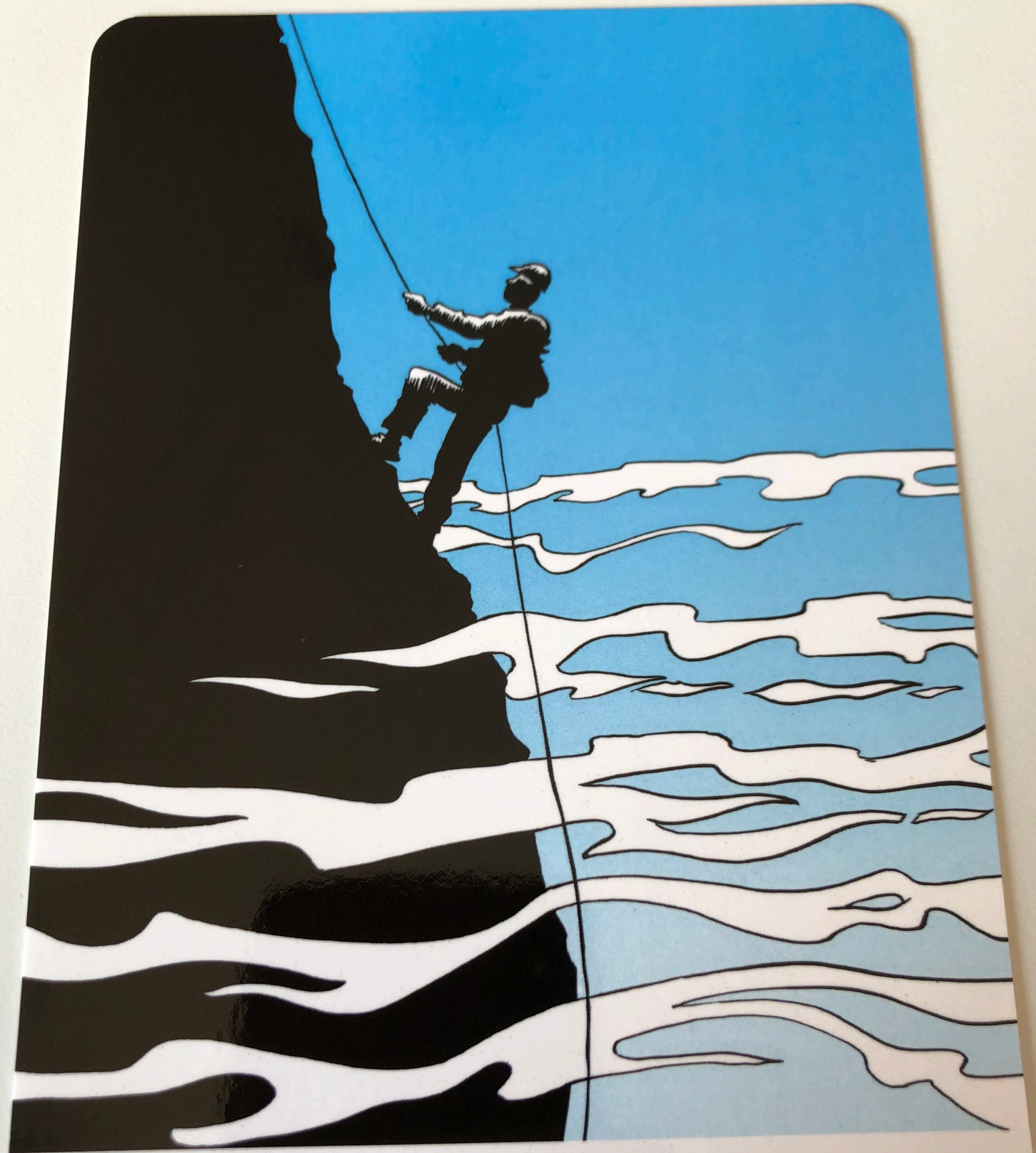
Copyright © 2019 David Bernstein

Selbstreflexion



Copyright © 2019 David Bernstein

Selbst- vertrauen



Copyright © 2019 David Bernstein

Selbstsicherheit



Copyright © 2019 David Bernstein

Vorstellungskraft



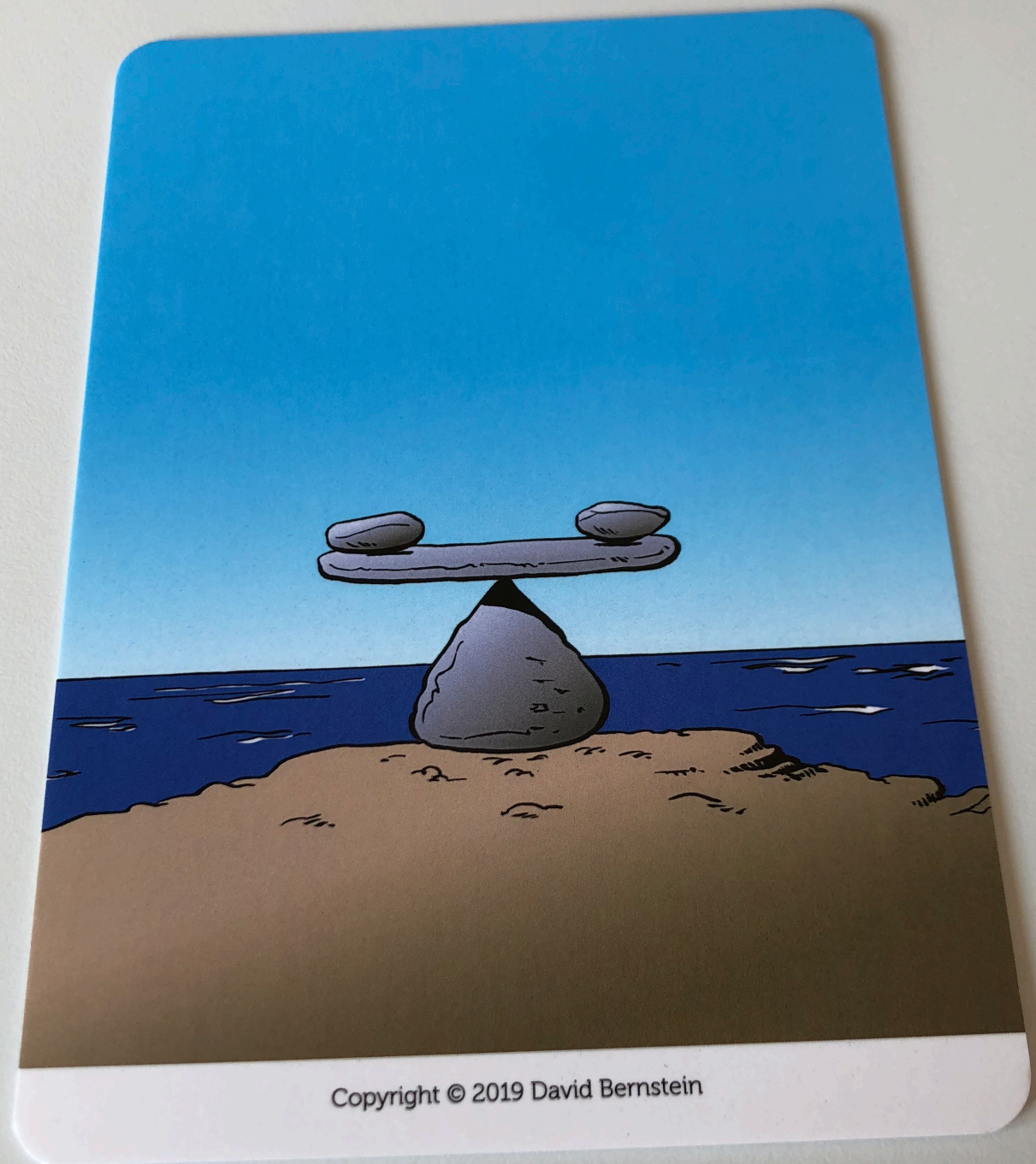
Copyright © 2019 David Bernstein

G.E. - Faktor 2: Selbstregulierung

reguliert Gefühle, Gedanken und Verhalten

- emotionale Ausgeglichenheit
- Widerstandsfähigkeit
- Selbstkontrolle
- Selbstfürsorge
- Realitätsüberprüfung

emotionale Ausgeglichenheit



Widerstands- fähigkeit



Selbst- kontrolle



Copyright © 2019 David Bernstein

Selbstfürsorge



Copyright © 2019 David Bernstein

Realitätsüber- prüfung



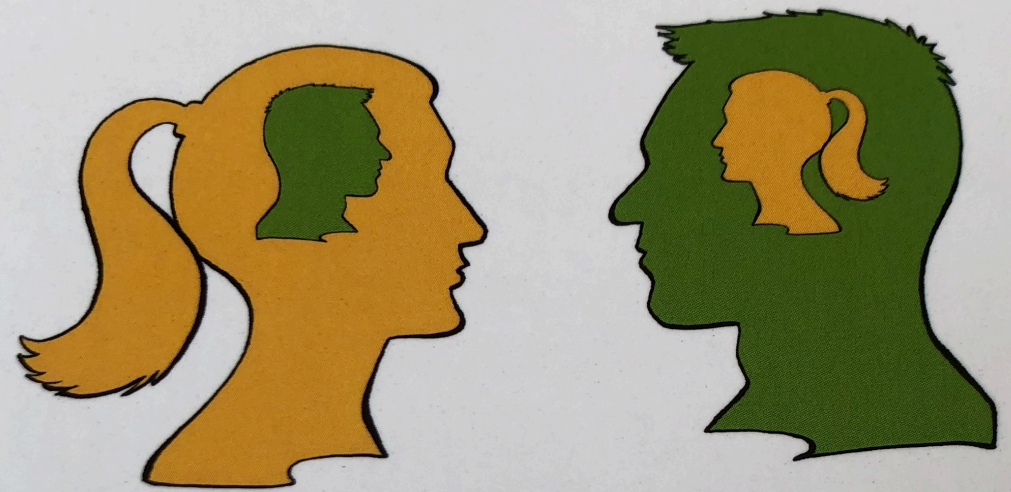
Copyright © 2019 David Bernstein

G.E. - Faktor 3: Beziehungen

baut bedeutsame, gegenseitige
Beziehungen auf

- Empathie
- Mitgefühl
- Humor
- Verantwortungsbewusstsein

Empathie



Copyright © 2019 David Bernstein

Mitgefühl



Copyright © 2019 David Bernstein

Humor



Copyright © 2019 David Bernstein

Verantwortungs- bewusstsein



Copyright © 2019 David Bernstein

G.E. - Faktor 4: Erhabenheit

verfolgt höhere Ziele oder Werte im Leben und in zwischenmenschlichen Beziehungen

- Dankbarkeit
- Weisheit

Dankbarkeit



Copyright © 2019 David Bernstein

Weisheit



Copyright © 2019 David Bernstein

SCHEMATHERAPIE

- emotionale Grundbedürfnisse / Schemata / Modi
- Schema-Raster
- Schema-Screening
- Mode-Observation-Scale
- Modusmodell / Moduskopf
- mithilfe von Karten, Tieren, etc über Modi sprechen mit einem Kind / Jugendlichen
- einheitliche Sprache im Team wichtig
- clever-Modus stärken
- ...

KLEINGRUPPE:

- erarbeiten sie in Kleingruppen à 4 Personen einen Plan zur Integration der schematherapeutischen Ideen/Methoden in den beruflichen Alltag
- von der Erziehungsplanung, dem Fallverständnis, in den Teamsitzungen, bis hin zur Nutzung mit den konkreten Kindern, Jugendlichen...
- ca. 40min

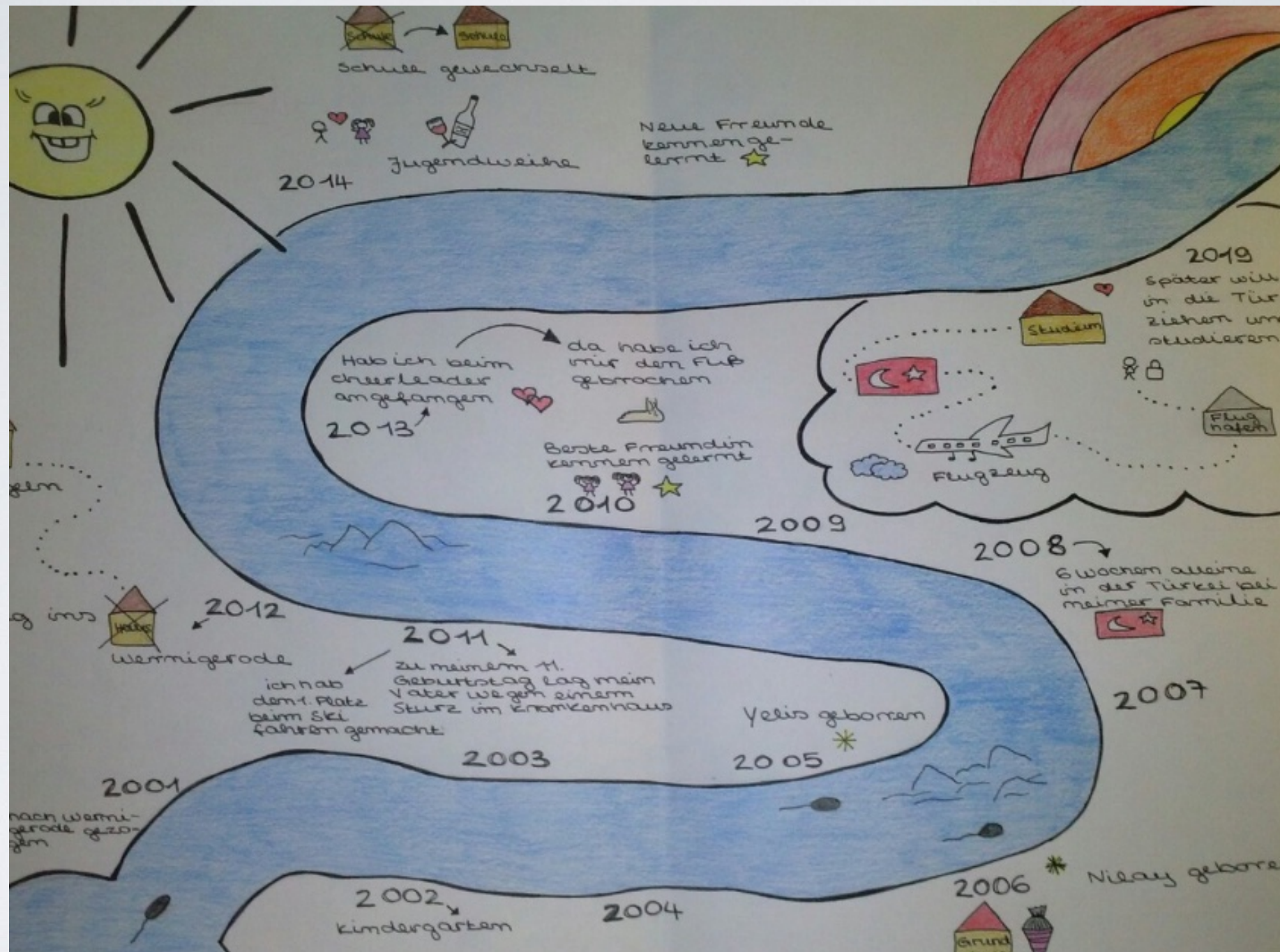
ELTERNARBEIT

ELTERNARBEIT

- die Klingel-Anlage!!!!
- Informationen sammeln zur Lebensgeschichte, Werten, Erziehungshaltungen, Beziehungen zu eigenen Eltern,...
- Schema- und Modusdiagnostik bei den Eltern

ELTERNARBEIT

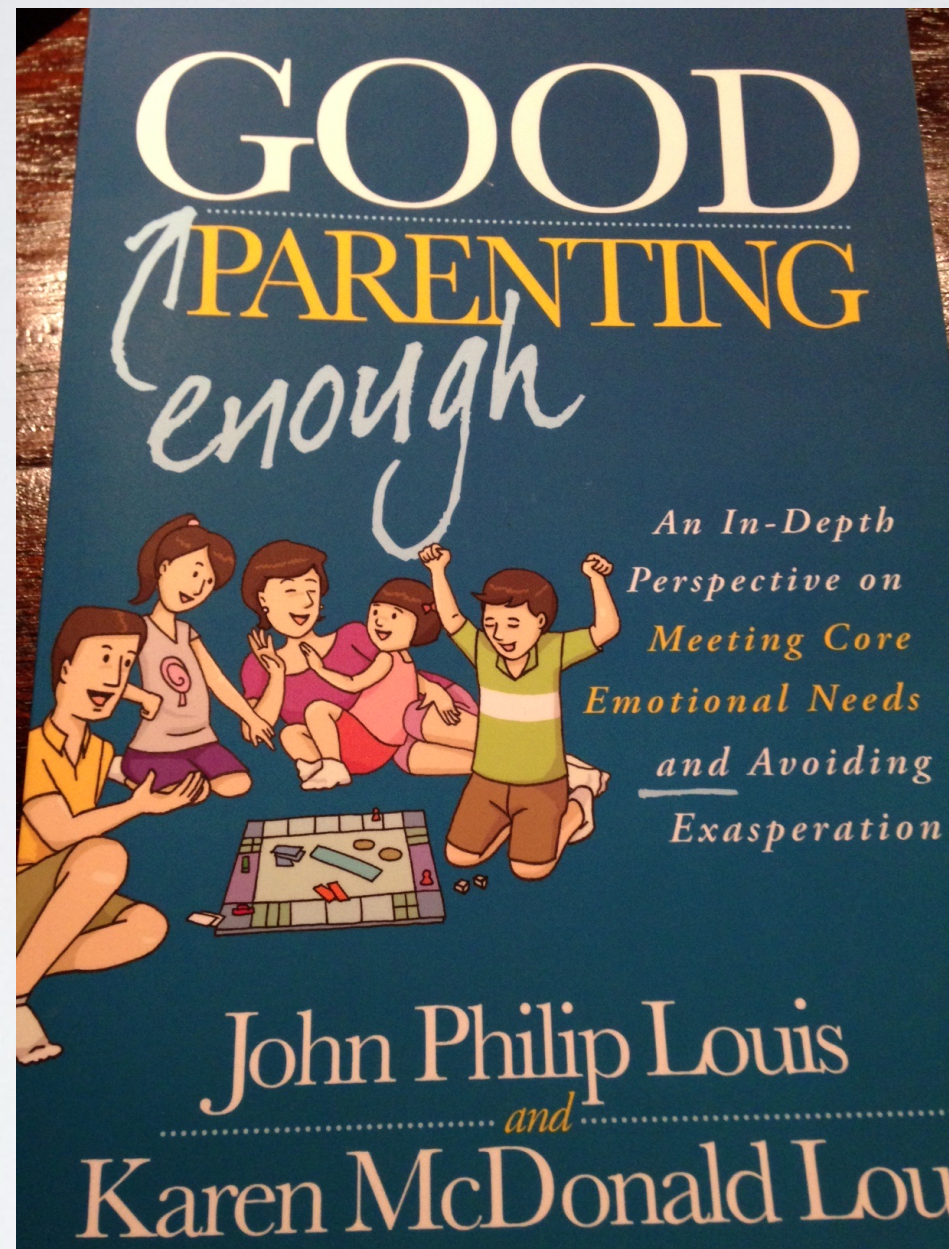
- Genogramm
- Lebensfluss
- Fragebögen (Young-Schema-Questionnaire)
- Buch: Good enough Parenting
- Memokarten
- Moduszeichnungen der Modusinteraktionen



Übung:

1. Gehen sie in die 2er Gruppen
2. Malen sie ihren Lebensfluss
3. stellen sie sich diesen gegenseitig vor

Wo haben sich Schemata und Modi bei ihnen im Lebensfluss entwickelt?



Memokarte zum Ausfüllen und Ergänzen	
Situation und das augenblickliche Gefühl erkennen:	
Wenn mein Kind (Auslöser)	_____
fühle ich im Augenblick	_____

Erkennen meines Schemas/Modus:	
Ich weiß, hier meldet sich wahrscheinlich mein Schema/Modus	_____
das/den ich mit folgender Erfahrung verbinde	_____

Wegen dieses Schemas übertreibe ich das Ausmaß meiner Reaktion, indem ich _____	

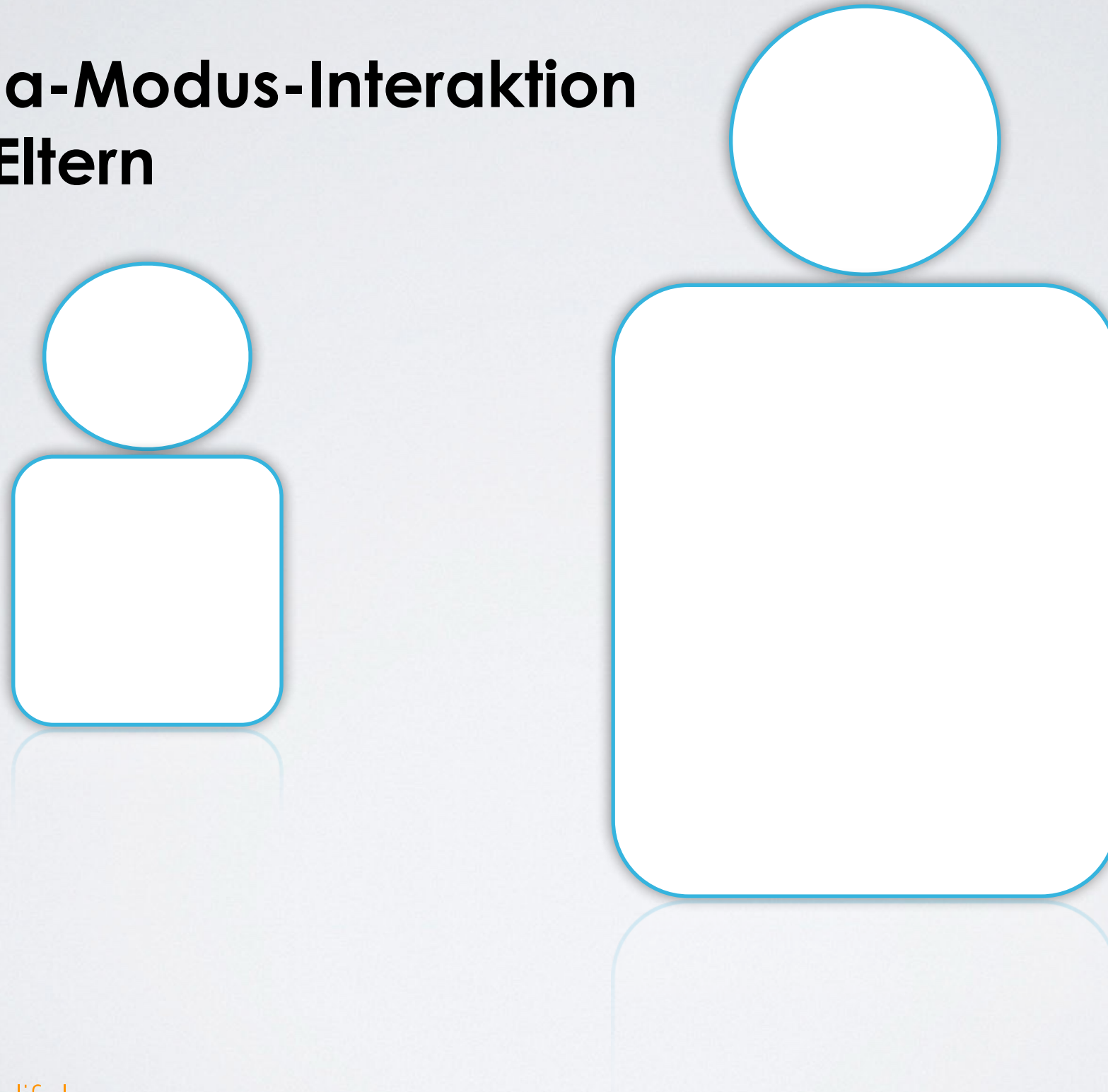
Realitätsprüfung:	
Obwohl ich glaube, dass (negative Gedanken)	_____

ist die Realität, dass (gesunde, kluge Sichtweise)	_____

Zu den Beweisen aus meinem Leben, welche die gesunde Sichtweise unterstützen, zählen (spezifische Beispiele):	

Verhaltensanweisung:	
Auch wenn ich im ersten Moment am liebsten (negatives Verhalten)	_____
möchte ich stattdessen (gesundes Verhalten)	_____

Schema-Modus-Interaktion Kind - Eltern



SCHEMA - MODUS INTERAKTION

- Üben Sie in den Kleingruppen das Gespräch mit einem Elternteil über die Schema-Modus-Interaktion zwischen dem Kind und dem Elternteil indem sie mit dem Elternteil eine Modus-Skizze anfertigen.

FALLKONZEPTUALISIERUNG

Fallkonzeptualisierung:

Case-Manager: _____

Datum: _____

Kind	Mutter (mütterl. Bezugspers.)	Vater (väterl. Bezugsperson)
Name:	Name:	Name:
Alter:	Alter:	Alter:
Schulform:	Personenstand / Partnerschaft:	Personenstand / Partnerschaft:
Klasse:	Kinder, insges. (Alter):	Kinder, insges. (Alter):
Ressourcen/Stärken/Hobbies:	Beruf / Beschäftigung:	Beruf / Beschäftigung:
	Höchster Schulabschluss:	Höchster Schulabschluss:
Nationalität / Herkunft:	Ressourcen/Stärken/Hobbies:	Ressourcen/Stärken/Hobbies:

FALLKONZEPTUALISIERUNG

Fallkonzeptualisierung:

Case-Manager: _____ Datum: _____

Kind	Mutter (mütterl. Bezugspers.)	Vater (väterl. Bezugsperson)
Name:	Name:	Name:
Alter:	Alter:	Alter:
Schulform:	Personenstand / Partnerschaft:	Personenstand / Partnerschaft:
Klasse:	Kinder, insges. (Alter):	Kinder, insges. (Alter):
Ressourcen/Stärken/Hobbies:	Beruf / Beschäftigung:	Beruf / Beschäftigung:
	Höchster Schulabschluss:	Höchster Schulabschluss:
Nationalität / Herkunft:	Ressourcen/Stärken/Hobbies:	Ressourcen/Stärken/Hobbies:

Fallkonzeptualisierung:

Case-Manager: _____ Datum: _____

Kind	Mutter (mütterl. Bezugspers.)	Vater (väterl. Bezugsperson)
Name:	Name:	Name:
Alter:	Alter:	Alter:
Schulform:	Personenstand / Partnerschaft:	Personenstand / Partnerschaft:
Klasse:	Kinder, insges. (Alter):	Kinder, insges. (Alter):
Ressourcen/Stärken/Hobbies:	Beruf / Beschäftigung:	Beruf / Beschäftigung:
	Höchster Schulabschluss:	Höchster Schulabschluss:
Nationalität / Herkunft:	Ressourcen/Stärken/Hobbies:	Ressourcen/Stärken/Hobbies:
	Nationalität / Herkunft:	Nationalität / Herkunft:

Aktuelle Probleme und Verhaltensmuster des Kindes Problem 1: Problem 2: Problem 3:	Aktuelle Probleme und Verhaltensmuster der Mutter (auf das Kind bezogen) Problem 1: Problem 2: Problem 3:	Aktuelle Probleme und Verhaltensmuster der Mutter (auf das Kind bezogen) Problem 1: Problem 2: Problem 3:
Ursprünge der Probleme in der Entwicklung (Mutter, Vater, Geschwister, Peers, sonstige) 1. 2. 3.	Ursprünge der Probleme in der Entwicklung (eigene Eltern etc.) 1. 2. 3.	Ursprünge der Probleme in der Entwicklung (eigene Eltern etc.) 1. 2. 3.
Wichtige Erinnerungen und Bilder aus der Vergangenheit 1. 2. 3.	Wichtige Kindheitserinnerungen und -bilder 1. 2. 3.	Wichtige Kindheitserinnerungen und -bilder 1. 2. 3.

Inadäquat befriedigte Grund- bedürfnisse (zu viel oder zu wenig?) 1. 2. 3.	Inadäquat befriedigte Grund- bedürfnisse (zu viel oder zu wenig?) 1. 2. 3.	Inadäquat befriedigte Grund- bedürfnisse (zu viel oder zu wenig?) 1. 2. 3.
Relevante Schemata und ihr Bezug zum biographischen Hintergrund	Relevante Schemata und ihr Bezug zum biographischen Hintergrund	Relevante Schemata und ihr Bezug zum biographischen Hintergrund
Aktuelle Schemaauslöser (bei Bedarf Eingrenzung auf Mutter, Vater, Lehrer, andere) - - -	Aktuelle Schemaauslöser (bei Bedarf Eingrenzung auf Mutter, Vater, Lehrer, andere) - - -	Aktuelle Schemaauslöser (bei Bedarf Eingrenzung auf Mutter, Vater, Lehrer, andere) - - -

Bewältig.-Modi: Erduldung/Unterwerfung 1. 2. 3.	Bewältig.-Modi: Erduldung/Unterwerfung 1. 2. 3.	Bewältig.-Modi: Erduldung/Unterwerfung 1. 2. 3.
Bewältigungs-Modi: Vermeidung 1. 2. 3.	Bewältigungs-Modi: Vermeidung 1. 2. 3.	Bewältigungs-Modi: Vermeidung 1. 2. 3.
Bewältigungs-Modi: Überkompensation 1. 2. 3.	Bewältigungs-Modi: Überkompensation 1. 2. 3.	Bewältigungs-Modi: Überkompensation 1. 2. 3.
Modus-Clashes (Mutter & Kind, Vater & Kind oder Mutter & Vater)		

Temperament und biologisch bedingte Faktoren 1. 2.	Temperament und biologisch bedingte Faktoren 1. 2.	Temperament und biologisch bedingte Faktoren 1. 2.
Wichtige Kognitionen und kognitive Verzerrungen 1. 2.	Wichtige Kognitionen und kognitive Verzerrungen 1. 2.	Wichtige Kognitionen und kognitive Verzerrungen 1. 2.
Zielsetzungen für das Kind 1. 2. 3.	Zielsetzungen für die Mutter 1. 2. 3.	Zielsetzungen für den Vater 1. 2. 3.
Wie gehen wir vor? Wer macht was? 1. 2. 3. 4. 5.	Wie gehen wir vor? Wer macht was? 1. 2. 3. 4. 5.	Wie gehen wir vor? Wer macht was? 1. 2. 3. 4. 5.

Offene Fragen???	Offene Fragen???	Offene Fragen???
------------------	------------------	------------------

ÜBUNG ZUR FALLKONZEPTION

- Bitte nutzen Sie das Formular zur Fallkonzeption und versuchen Sie in den Kleingruppen einen Fall in dieser Konzeption darzustellen - jeder einen Fall und stellen sie diesen dann kurz in der Kleingruppe vor

FALLVORSTELLUNGEN

Viel Erfolg

www.upgradeyourlife.lu

