

Schematherapie bei Persönlichkeitsstörungen: Systemischer Einsatz

PD Dr. Gitta Jacob
Klinische Psychologie & Psychotherapie

Berlin, 8. Symposium Persönlichkeitsstörungen, 21.10.2012

Albert-Ludwigs-Universität Freiburg

UNI FREIBURG

Fallkonzept mit dem Modusmodell

- Bildet alle wichtigen mit Schemata assoziierten Erlebens- und Verhaltensweisen ab (Emotionen, interpersonelle Probleme, Symptome)
- Durchgängige Grundstruktur:
 - Schemaassoziierte Emotionen: „Kindmodi“ (Vulnerabilität, Ärger, intens. Gefühle)
 - Schema-„Ursachen“/Introjekte: „Elternmodi“ (Druck auf sich selbst, Selbsthass, Schuldgefühle)
 - Schema-Bewältigung: „Bewältigungsmodi“ (oft als typisches Verhalten im Vordergrund sichtbar)

UNI FREIBURG

Was erwartet Sie?

- Weder Paartherapie noch systemische Therapie
- Einsatz des schematherapeutischen Modus-Konzeptes in interpersonellen Situationen
- Paargespräche, Gruppentherapie, Supervision
- Intervention demonstriert anhand von Stuhldialogen und Imaginationsübungen

UNI FREIBURG

Modusmodell – Überblick

Das Diagramm zeigt das Modusmodell mit folgenden Elementen:

- Gesunder Erwachsener** (oben): In jeder Hinsicht fördern
- Elternmodi** (Mitte links): In Frage stellen, Begrenzen, Bekämpfen
- Kindmodi** (unten links): Trösten, Validieren, Fördern
- Bewältigungsmodi** (Mitte rechts): Unterwerfung, Vermeidung, Überkompensation
- Empathisch konfrontieren** (rechts): Validieren, Pro & contra, Reduzieren, ggfs. begrenzen

UNI FREIBURG

Schematherapie

- Entwickelt für Nonresponder auf KVT
- Patienten mit Persönlichkeitsstörungen bzw. schwierigen interaktionellen Mustern
- dysfunktionale Muster werden erklärt mit „Schemata“: biografisch erworbene komplexe Erlebens- und Verhaltenskomplexe
- 18 Schemata nach Young: Missbrauch, Verlassenheit, Unterwerfung, ...
- Schemata zeigen sich in verschiedenen States (Schemamodi)

UNI FREIBURG

Modusmodell Maria K.

Das Diagramm zeigt das Modusmodell für Maria K. mit folgenden Elementen:

- Strafer Elternmodus:** Narzisstischer Vater, Parentifizierung in Ehe, Mobbing durch Peers
- Verletzlicher Kindmodus:** bedroht, verlassen, schuldig, überfordert
- Ärgerlicher Kindmodus** (rechts): Unterwerfung, Vermeidung, Überkompensation
- Unterwerfung:** Opfert sich bei der Arbeit auf, tut (oft mit innerlicher Wut) alles für ihren Freund
- Vermeidung:** Alkohol, Neuroleptika, Selbstverletzungen, Ärgerlicher Beschützer (Lamentieren)
- Überkompensation:** Aggressive verbale Angriffe, böse Emails, Wutanfälle, Schlagen des Partners

UNI FREIBURG

Behandlung von Maria K.

Begrenzung in Stuhldialogen und imaginativ

Strafender Elternmodus: Narzisstischer Vater, Parentifizierung in Ehe, Mobbing durch Peers

Versorgung, Rache und Trost in Imaginationsübungen

Verletzlicher Kindmodus: bedroht, verlassen, schuldig, überfordert

Ärgerlicher Kindmodus

Unterwerfung: Opfert sich bei der Arbeit auf, tut (oft mit innerlicher Wut) alles für ihren Freund

Vermeidung: Alkohol, Neuroleptika, Ärgerlicher Beschützer (Lamentieren)

Überkompensation: Aggressive verbale Angriffe, böse Emails, Wutanfälle, Schlagen des Partners

Empathische Konfrontation, begrenzen, pro & contra, Alternativen üben

UNI FREIBURG

14.11.2012 Schematherapie 7

Darstellung im Modusmodell

Maria

Thomas

Gesunde Erwachsene

Gesunder Erwachsener

Strafender Modus

Unterwerfung

Kalt-abweisende Vermeidung

Verlassenes, bedrohtes & ärgerliches Kind

Dramatische Überkompensation

Abwertende, dominante Überkompensation

Strafender Modus

Bedrohtes & ärgerliches Kind

UNI FREIBURG

14.11.2012 Schematherapie 10

Thomas L., Marias Partner

Strafender Elternmodus: Narzisstischer gewalttätiger Vater

Verletzlicher Kindmodus: bedroht, Versager, verängstigt

Verwöhnter und wütender Kindmodus

Vermeidung: Kalt, abweisend, Stimulation durch PC etc., Exzessiver Sport, Kontrollzwänge, Lässt wichtige Aufgaben liegen (z.B. Verwaltung)

Überkompensation: Dominant-kontrollierend, Narzisstische Selbstüberhöhung, Hohe Statusorientierung

UNI FREIBURG

14.11.2012 Schematherapie 8

Intervention: Paar-Stuhldialog

Gesunde erwachsene Maria

Kleine Maria

Kleiner Thomas

Drama-Maria

Kalter Thomas

Gesunder erwachsener Thomas

UNI FREIBURG

14.11.2012 Schematherapie 11

Maria & Thomas: Typischer Konflikt

- Beide sind belastet, fühlen sich vulnerabel
- Alltägliches Problem tritt auf, z.B. kleine Reparatur im Haushalt
- Maria kümmert sich darum (mit innerlicher Wut), Thomas telefoniert
- Maria fordert von Thomas Hilfe, der sie ignoriert und weiter telefoniert
- Eskalation bis hin zu: Maria liegt vor Wut schreiend auf dem Boden, Thomas filmt sie kalt lächelnd mit seinem iPhone

UNI FREIBURG

14.11.2012 Schematherapie 9

Intervention: Paar-Imagination

- Marias Gefühl von Zurückweisung
- Verbindung zu Abweisung durch den Vater
- Imaginatives Überschreiben: Thomas kommt ins Bild und versorgt die „kleine Maria“

UNI FREIBURG

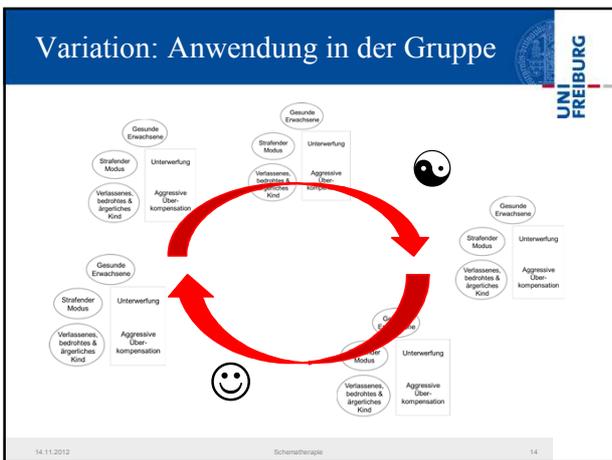
14.11.2012 Präsentationsstil 12

Ergebnis im Fall Maria & Thomas

- Maria macht gute Fortschritte in der Therapie
- Mehrere Paarsitzungen: Thomas verlässt kalten Modus immer weniger
- Marias Ultimatum: Therapie für Thomas oder Trennung
- Thomas trennt sich, Maria dekompenziert kurz, fängt sich aber rasch wieder
- Außerhalb der Beziehung macht Maria noch mehr Fortschritte
- Thomas beginnt Therapie

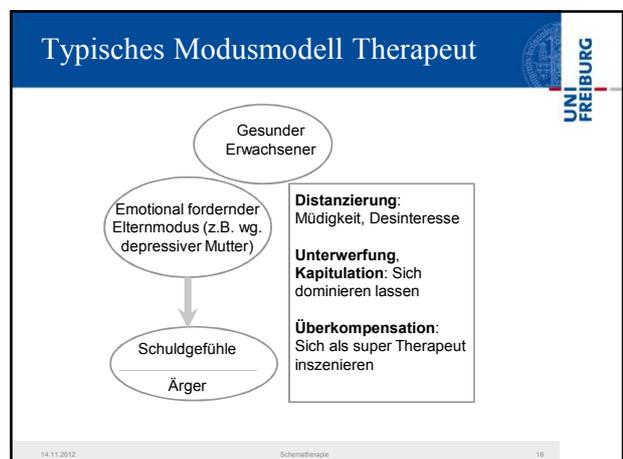
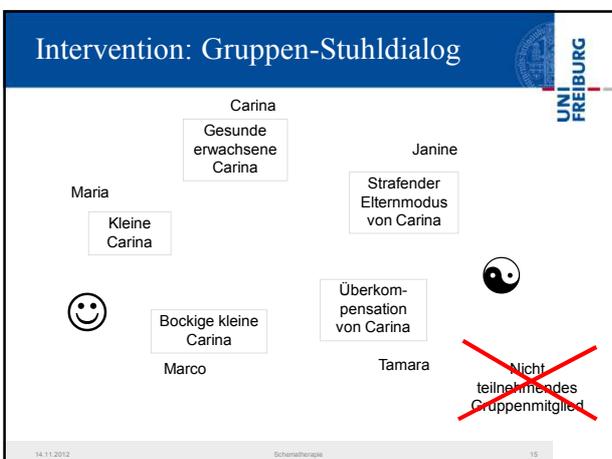
Intervention: Gruppen-Imagination

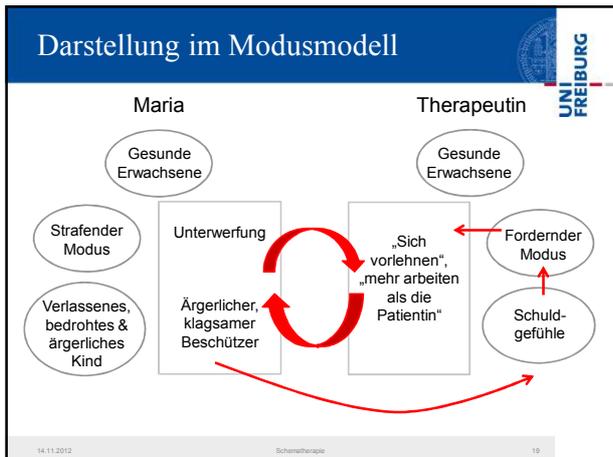
- Carina darf sich Thema wünschen
- Z.B. „kleine Carina“ im Zoo
- Alle Mitglieder machen mit (so gut wie möglich), alle im glücklichen Kindmodus



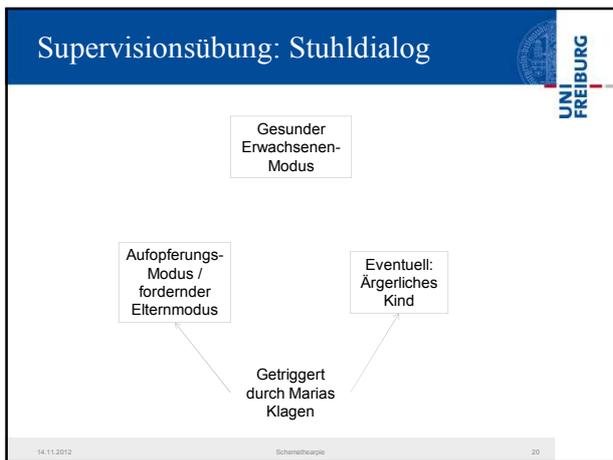
Variation: Selbsterfahrung/Supervision

- Therapiebeziehung lässt sich prinzipiell analog konzeptualisieren
- Es gibt ja auch typische „Patient-Therapeut-Konstellationen“ ...





- ### Empirische Evidenz
- Paarthherapie: meines Wissens keine, gute klinische Erfahrungen
 - Einsatz in Supervision: dito
 - Gruppentherapie: Farrell et al. (2009), sehr gute Wirksamkeit von 8 Monaten Gruppentherapie + TAU



- ### Gruppentherapie: Laufende Studie
- Internationaler multizentrische RCT-Studie
 - In Deutschland in Freiburg, Hamburg, Lübeck, gefördert von der Else Kröner-Fresenius-Stiftung
 - Zwei Formate: Reine Gruppentherapie (2* pro Woche), Kombination (1* Gruppe, 1* Einzel)
 - Unsere klinische Erfahrung: Kombination funktioniert sehr gut, reine Gruppentherapie ist schwieriger

- ### Selbsterfahrungsübung: Imagination
- Therapeutin als Kind mit depressiver Mutter
 - Fühlt sich verantwortlich und überfordert, kann aber eigentlich nichts retten
 - Therapeutin als Erwachsene kommt ins Bild, nimmt Kind die Verantwortung ab, überträgt Mutter Verantwortung für ihr Wohlergehen

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!