

MVT-Schulung 7. Modul

ENTWICKLUNG AUF DIE EMPATHIE-STUFE

7. MODUL ENTWICKLUNG VON DER DENKEN- ZUR EMPATHIESTUFE

Von Stufe zu Stufe höher entwickeln

**Von der Selbstwirksamkeit zur
Empathiefähigkeit**

MVT-Schulung 7. Modul

ENTWICKLUNG AUF DIE EMPATHIE-STUFE

Von Stufe zu Stufe höher entwickeln
**Von der Selbstwirksamkeit zur
Empathiefähigkeit**

Vom egozentrischen zum sozialen Wesen



Serge Sulz
&
Nicolai Groeger



Mentalisierungs- fördernde Verhaltenstherapie MVT

Entwicklung 1

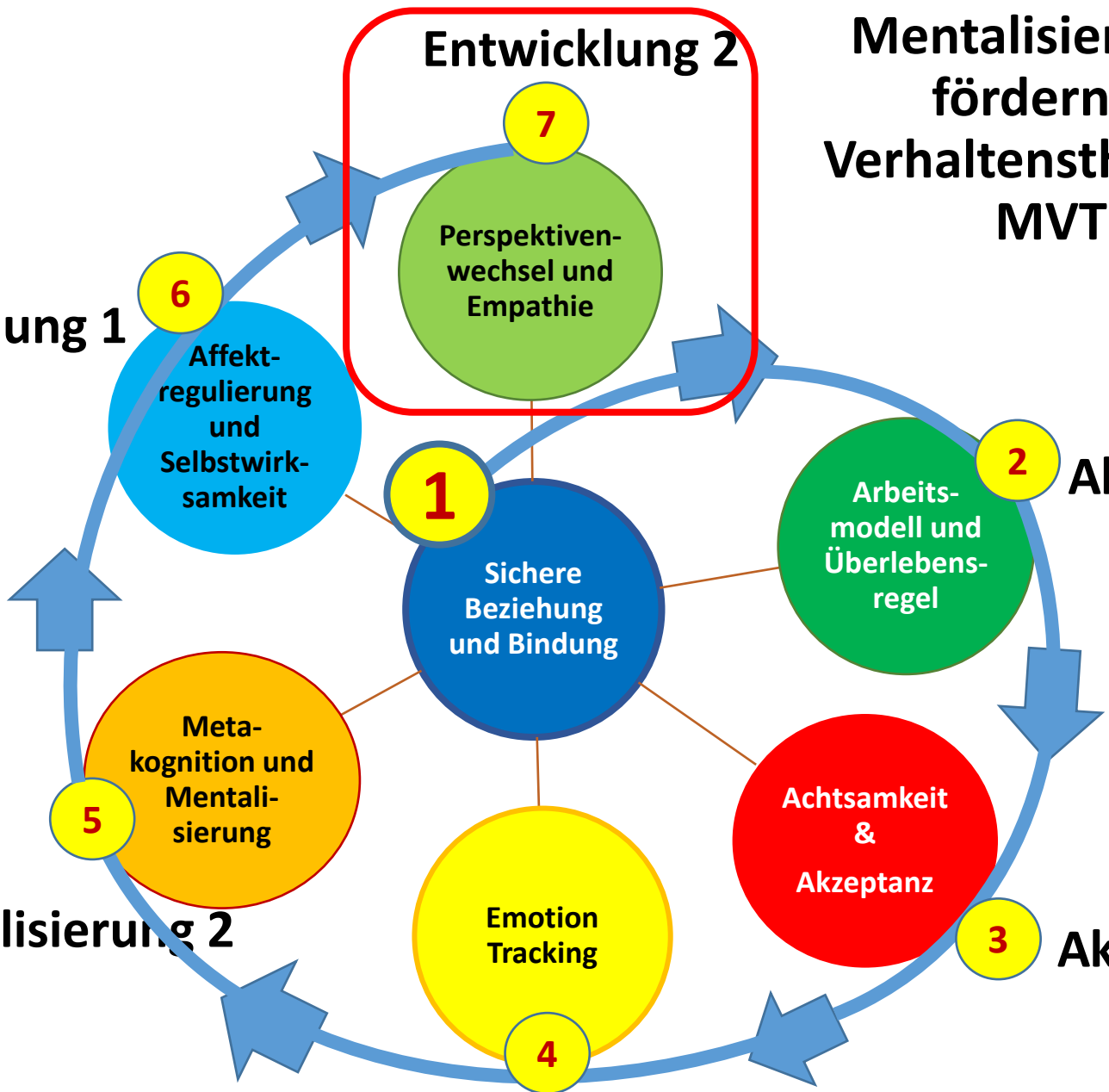
Entwicklung 2

Akzeptanz 1

Akzeptanz 2

Mentalisierung 2

Mentalisierung 1



Liste der Übungen

7.0 Entwicklung auf die EMPATHIE-Stufe

7.1 Gefühle aussprechen, damit der andere mich versteht

7.2 Fragen, was der andere gefühlt hat

7.3 Verstehen wollen

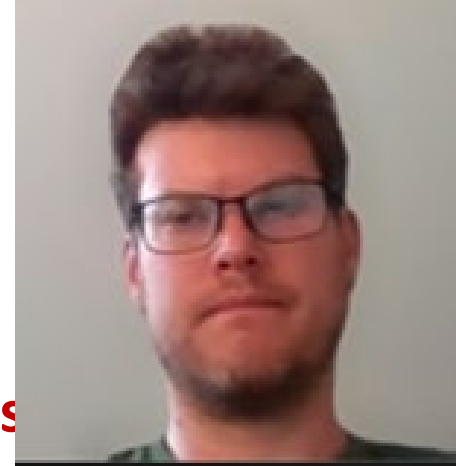
7.4 Empathische Kommunikation 1: Sprechen

7.5 Empathische Kommunikation 2: Hören

MODUL 7

7 Probleme des Patienten

7. Mitgefühl) **Ich kann mich nicht in andere hineinversetzen**



7 Ziele der MVT

7. Entwicklung von der Denken- auf die Empathie-Stufe
(Empathie und Mitgefühl) **MITFÜHLEND SEIN**

7 Therapie-Module der MVT

7. Entwicklung von der Denken- auf die Empathie-Stufe (Empathie
und Mitgefühl) **Empathische Kommunikation**

Unser Gehirn: Schrittweise funktionelle PFC-Reifung*

- Vor-/nachgeburtlich: Stressverarbeitung
- Früh nachgeburtlich: Beruhigung
- Erste Lebensjahre: Motivation
- 1. – 20. Lebensjahr: Impulshemmung
- **3. – 20. Lebensjahr: Theory of Mind**
und Realitätssinn, Risikoeinschätzung
- **3. – 20. Lebensjahr: Empathie**
- **Roth (2011), Roth & Strüber (2016)*

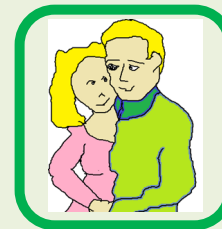


AFFEKT

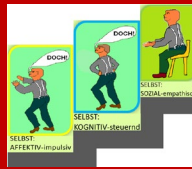
DENKEN



EMPATHIE



→ Schrittweise Entwicklung der Theory of Mind TOM



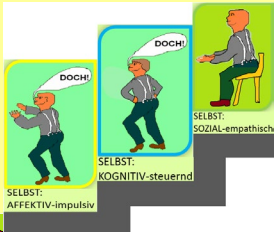
Entwicklung auf die zwischenmenschliche EMPATHIE-Stufe (sozial-empathisch)

Übung 7.0

Entwicklung auf
die Empathiestufe

Entwicklung auf die zwischenmenschliche EMPATHIE-Stufe (sozial-empathisch)

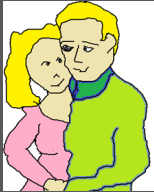
Jetzt wird Zuneigung zum Verständnis genutzt



Ärgerlich durchsetzen



EMPATHIE



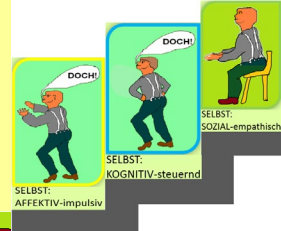
DENKEN



AFFEKT

Entwicklung auf die
zwischenmenschliche
EMPATHIE-Stufe
(sozial-empathisch)

Jetzt wird
Zuneigung
zum
Verständnis
genutzt

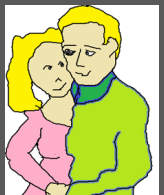


Statt ärgerlich
durchsetzen
gemeinsamen
Weg anbieten

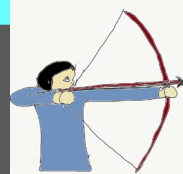


Ärgerlich
durchsetzen

EMPATHIE



DENKEN

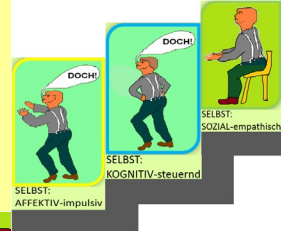


AFFEKT



Entwicklung auf die
zwischenmenschliche
EMPATHIE-Stufe
(sozial-empathisch)

Jetzt wird
Zuneigung
zum
Verständnis
genutzt



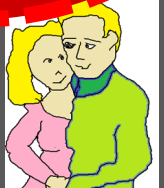
Statt ärgerlich
durchsetzen
gemeinsamen
Weg anbieten



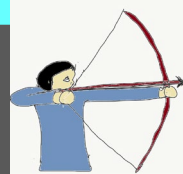
**TRAINING:
Empathische
Kommunikation**

Ärgerlich
durchsetzen

EMPATHIE



DENKEN



AFFEKT

Entwicklung auf die zwischenmenschliche EMPATHIE-Stufe (sozial-empathisch)

DENKEN-Selbstmodus

EMPATHIE-Selbstmodus

Statt ärgerlich durchsetzen gemeinsamen Weg anbieten

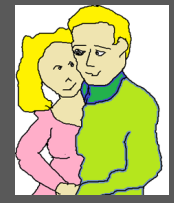
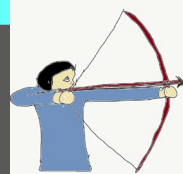
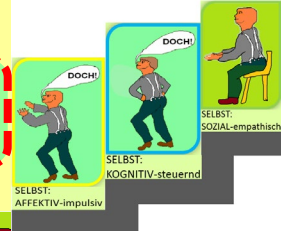
TRAINING:
Empathisch fragen, was der andere fühlt

Ärgerlich durchsetzen

EMPATHIE

DENKEN

AFFEKT



EMPATHIE-Stufe

Das EMPATHIE-Selbst

ist Beziehung

kann empathisch sein

kann die Perspektive des anderen einnehmen

(kann auf sich selbst mit den Augen des anderen blicken und dabei erleben, was er sich vorstellt, was der andere über ihn denkt und fühlt, als Quelle für seine eigenen möglicherweise traurigen Gefühle)

kann gut für den anderen und die Beziehung sorgen

kann eigene Interessen zurückstellen

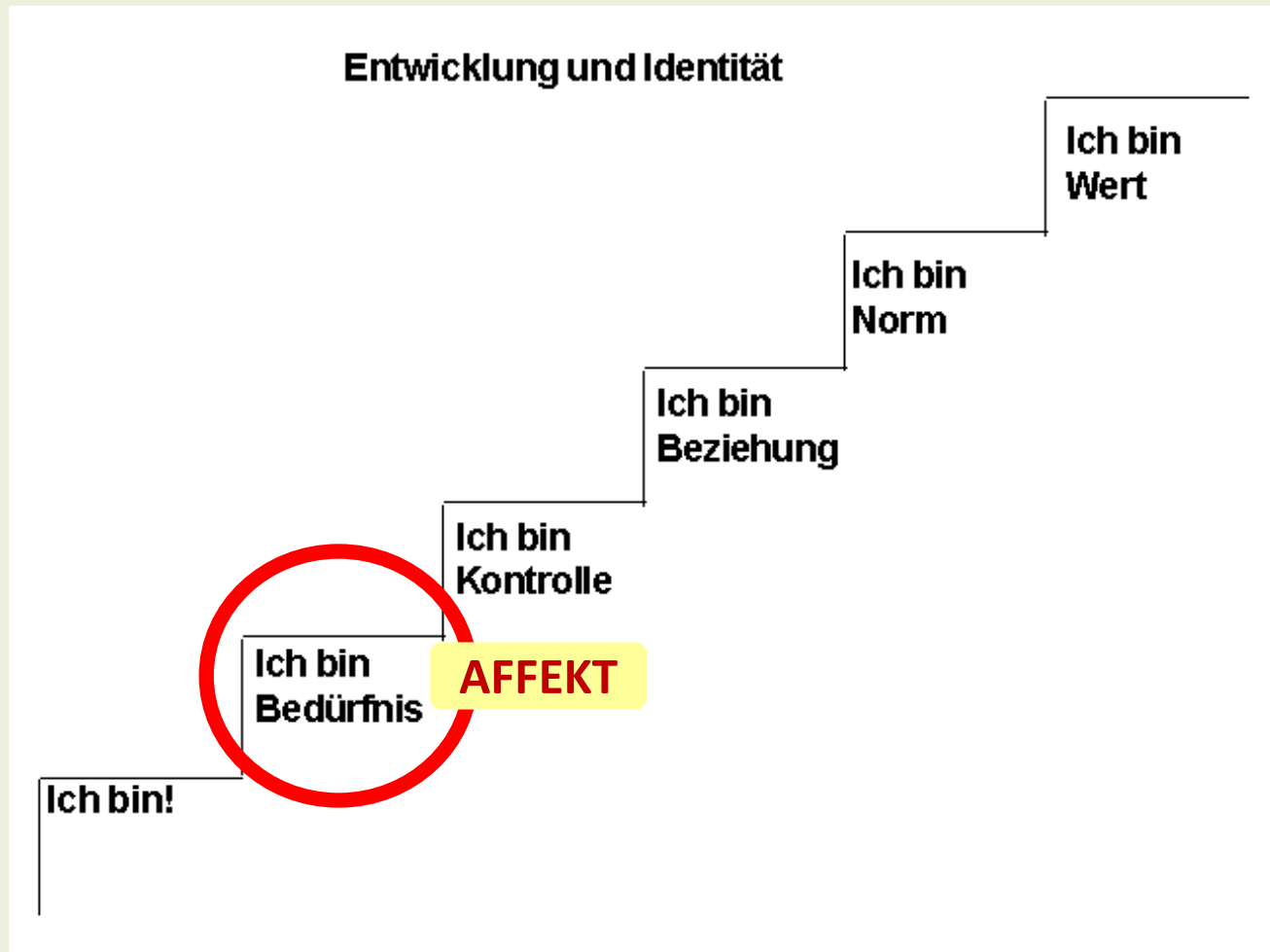
kann tiefgehende und feste (beste) Freundschaft pflegen

Meine Gefühle werden dadurch bestimmt, wie gut es Dir mit mir und mir mit unserer Beziehung geht

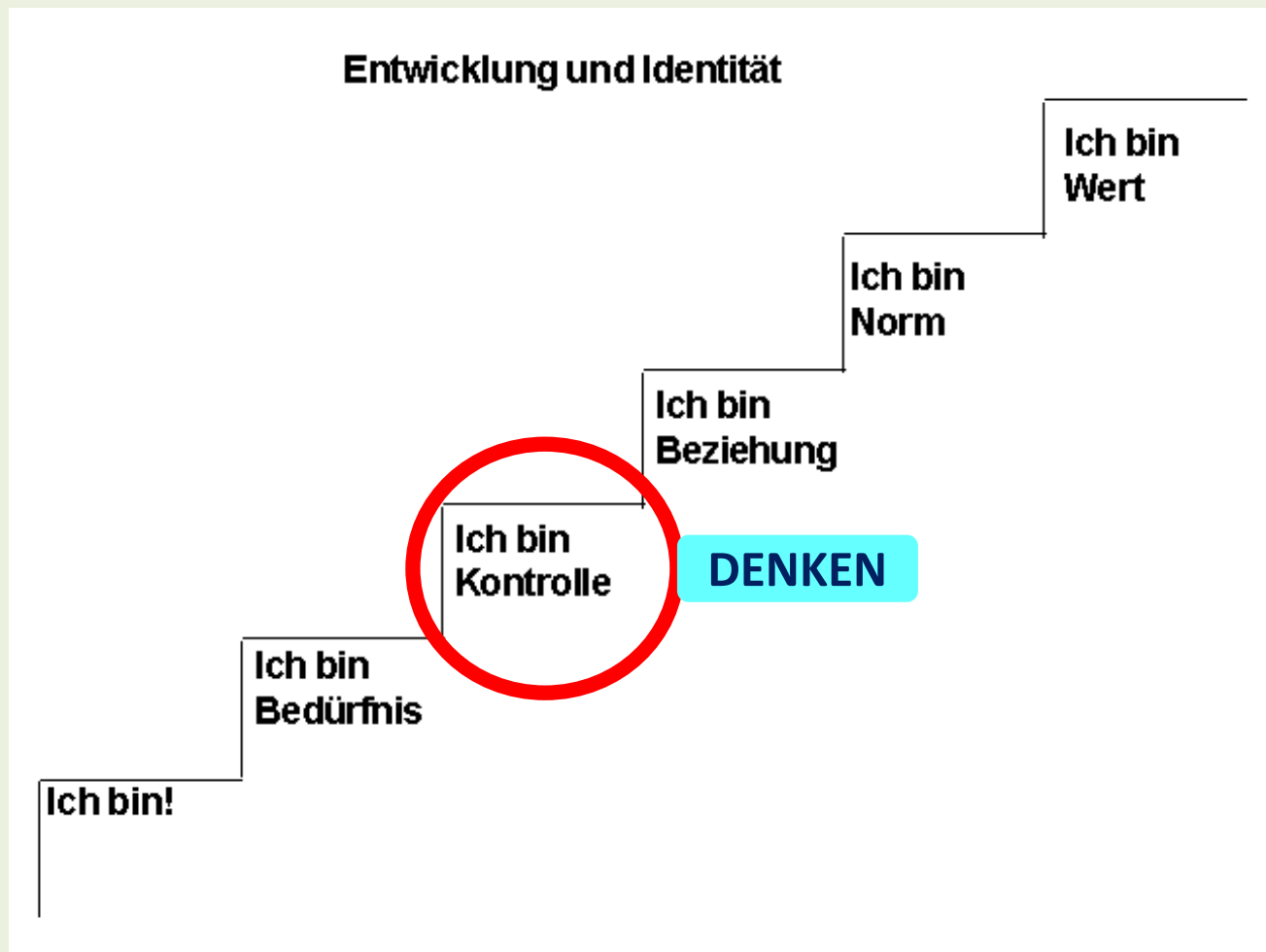
Entwicklung und Identität: Körper-Stufe



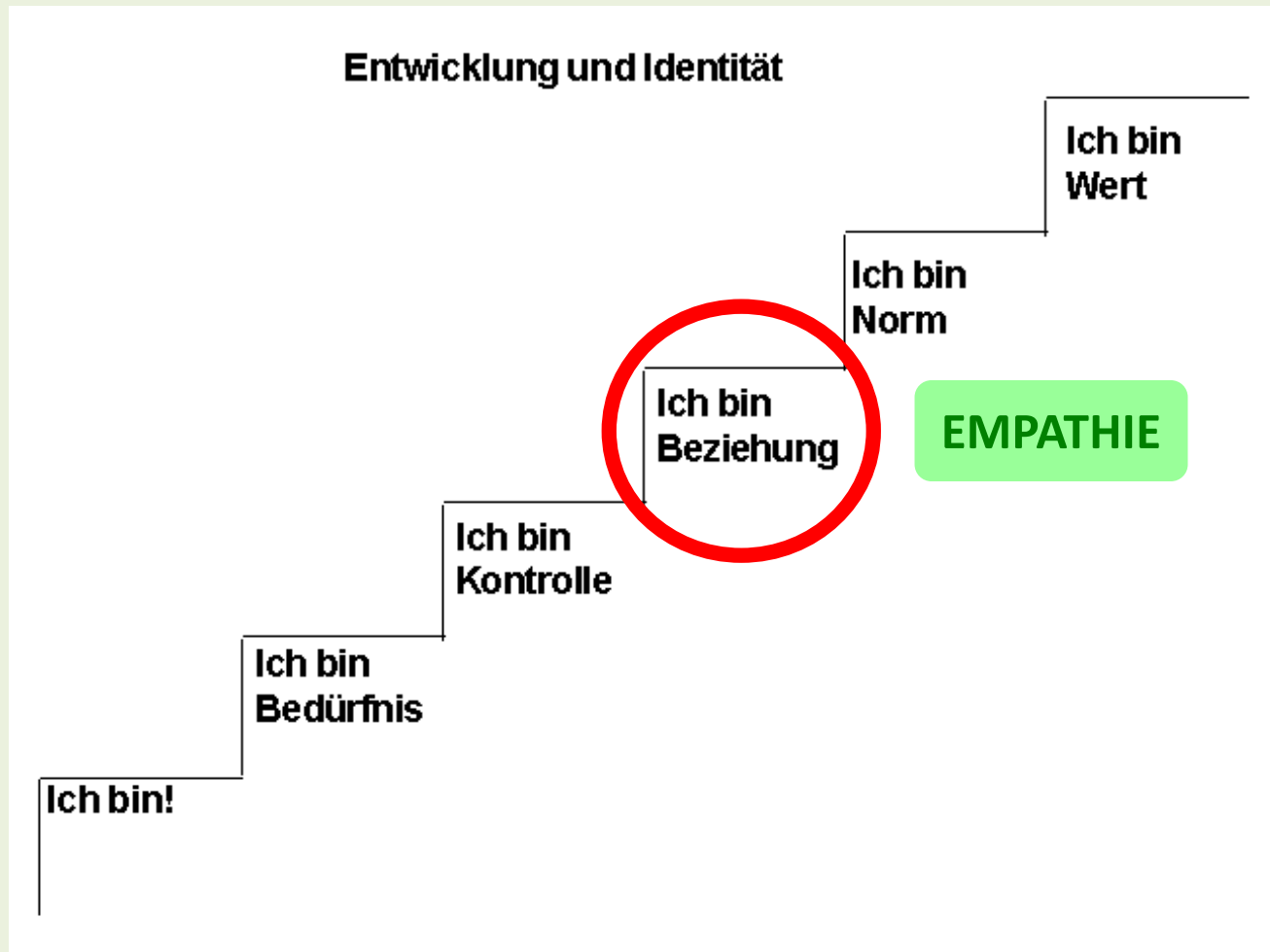
Entwicklung und Identität: AFFEKT-Stufe



Entwicklung und Identität: DENKEN-Stufe



Entwicklung und Identität: EMPATHIE-Stufe

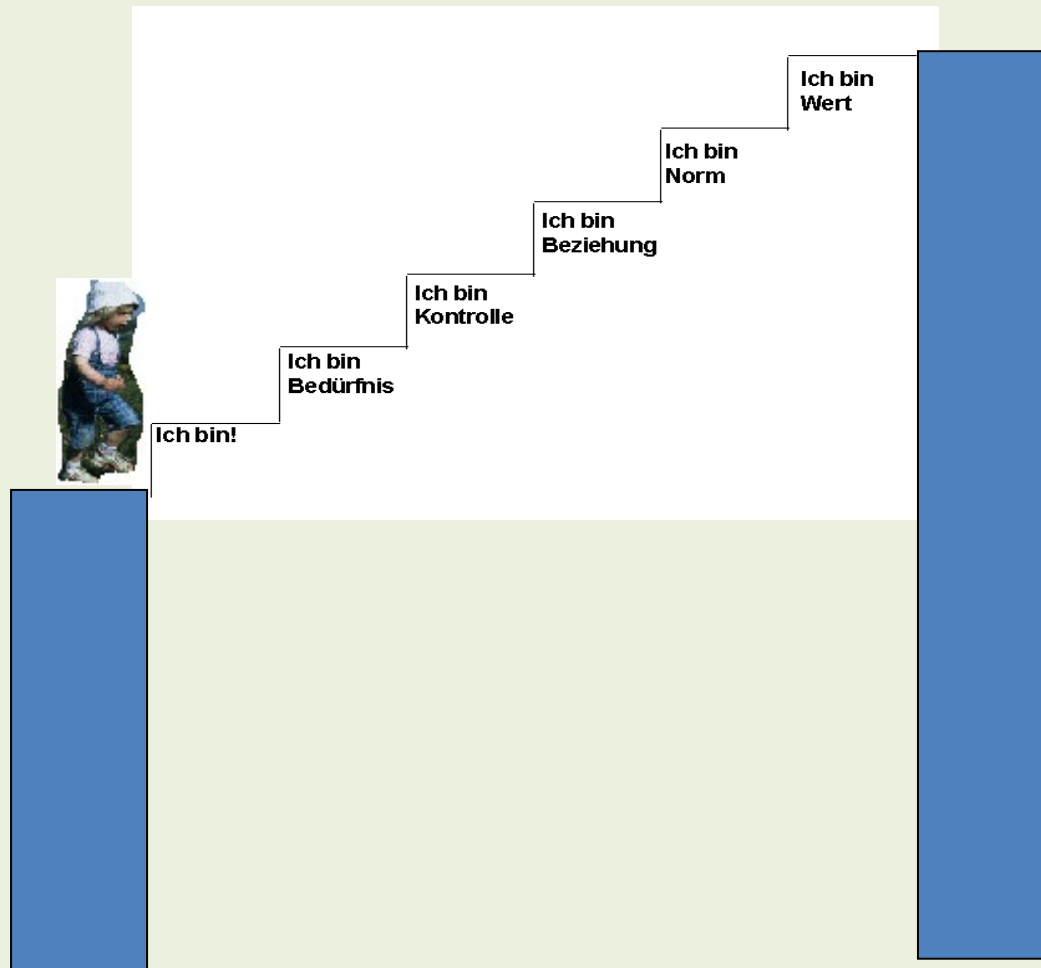


Einbindende Kulturen

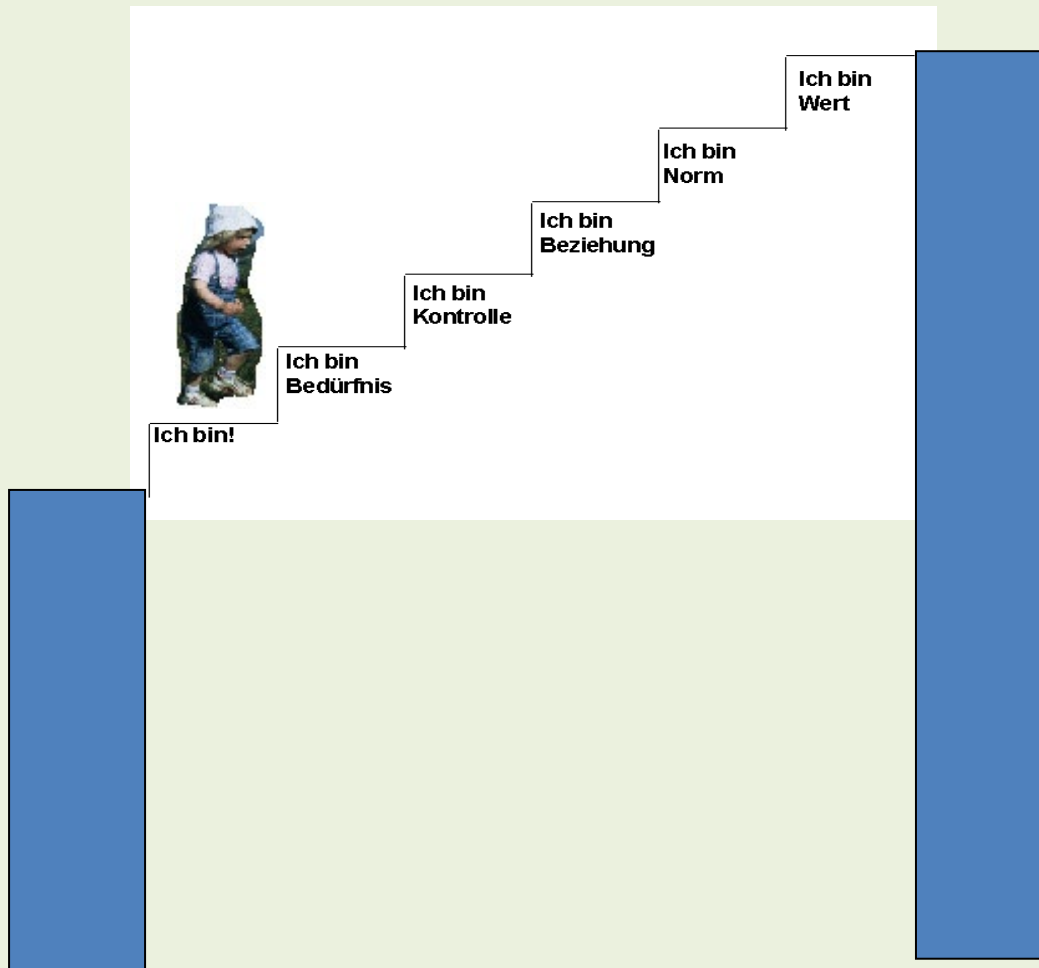
- Staat, Gesellschaft, soziale Gemeinschaft und Ehe können Entwicklungsbarrieren schaffen.
- Sie können Entwicklung hemmen.
- Dabei ist ihre Aufgabe aber, **entwicklungsfördernde Kultur** zu sein,
- indem sie das Individuum einbinden

→ als **einbindende Kultur**

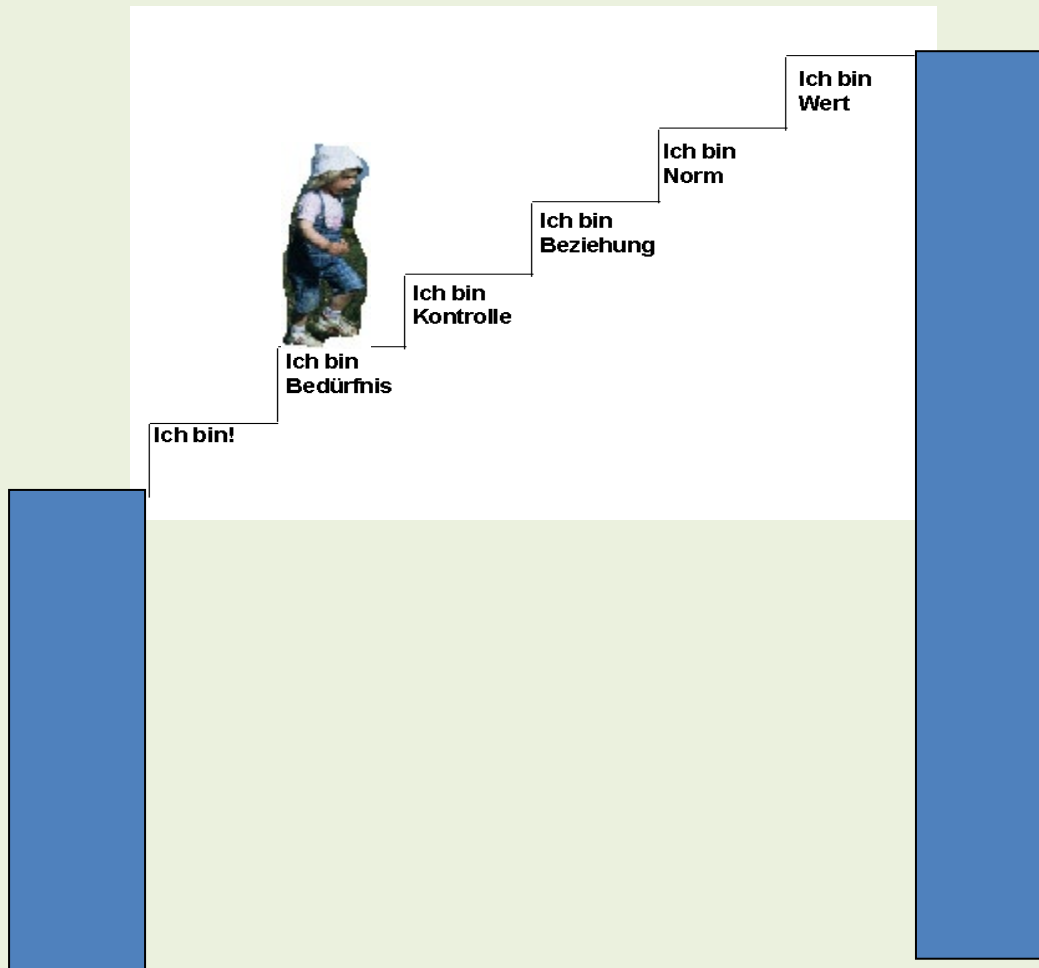
Entwicklung ohne einbindende Kultur 1



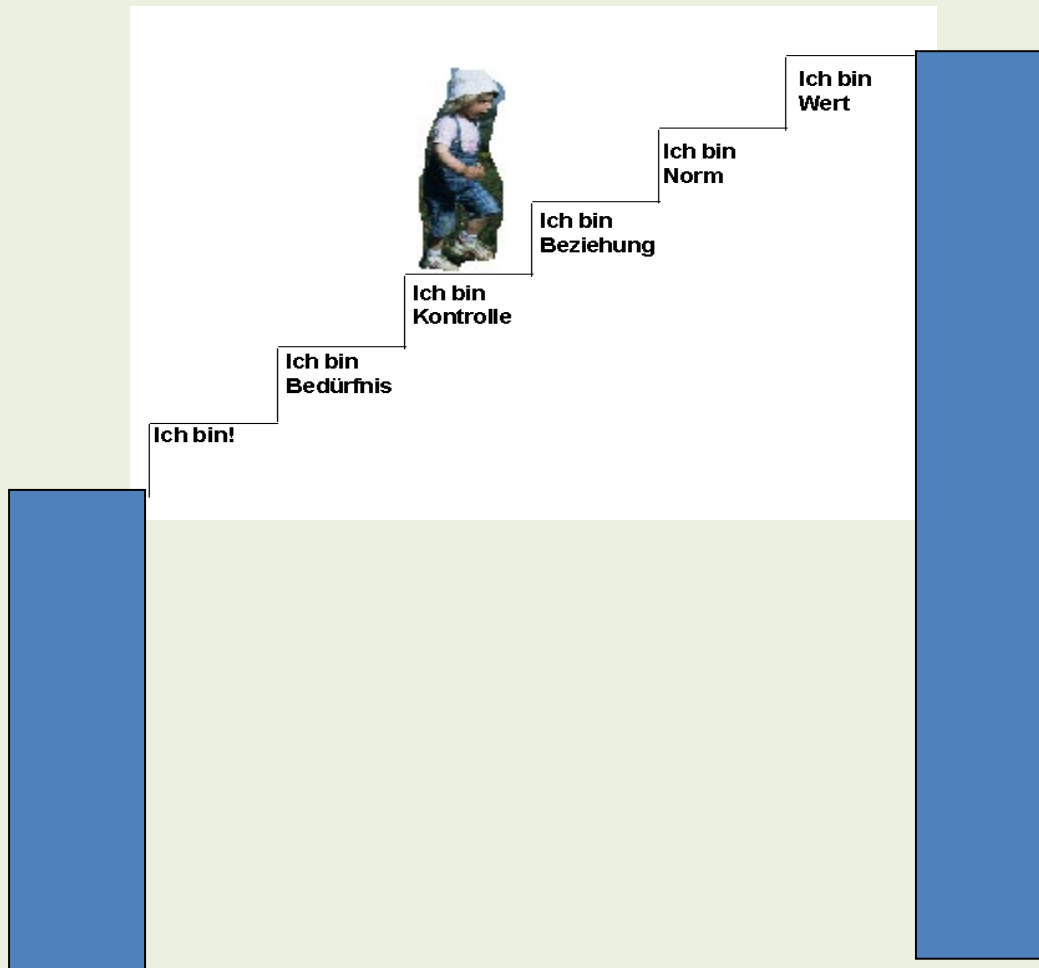
Entwicklung ohne einbindende Kultur 2



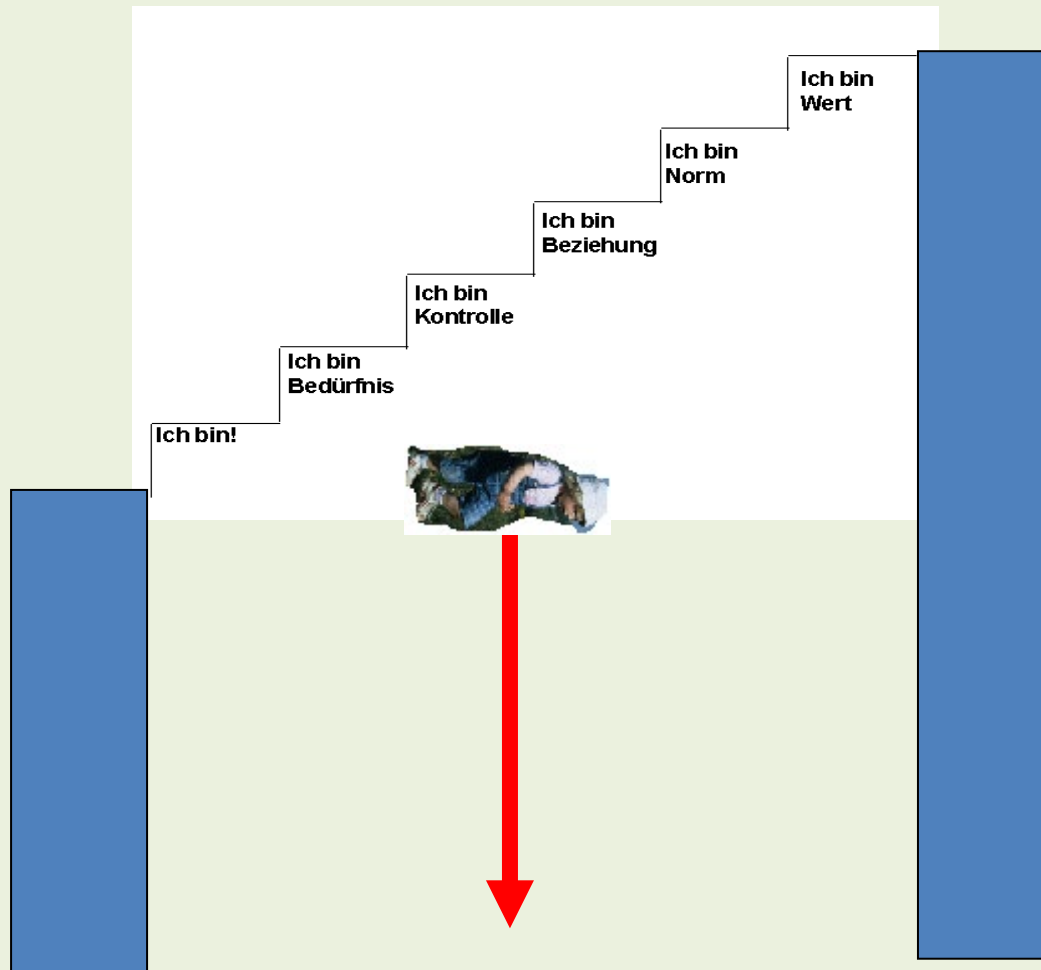
Entwicklung ohne einbindende Kultur 3



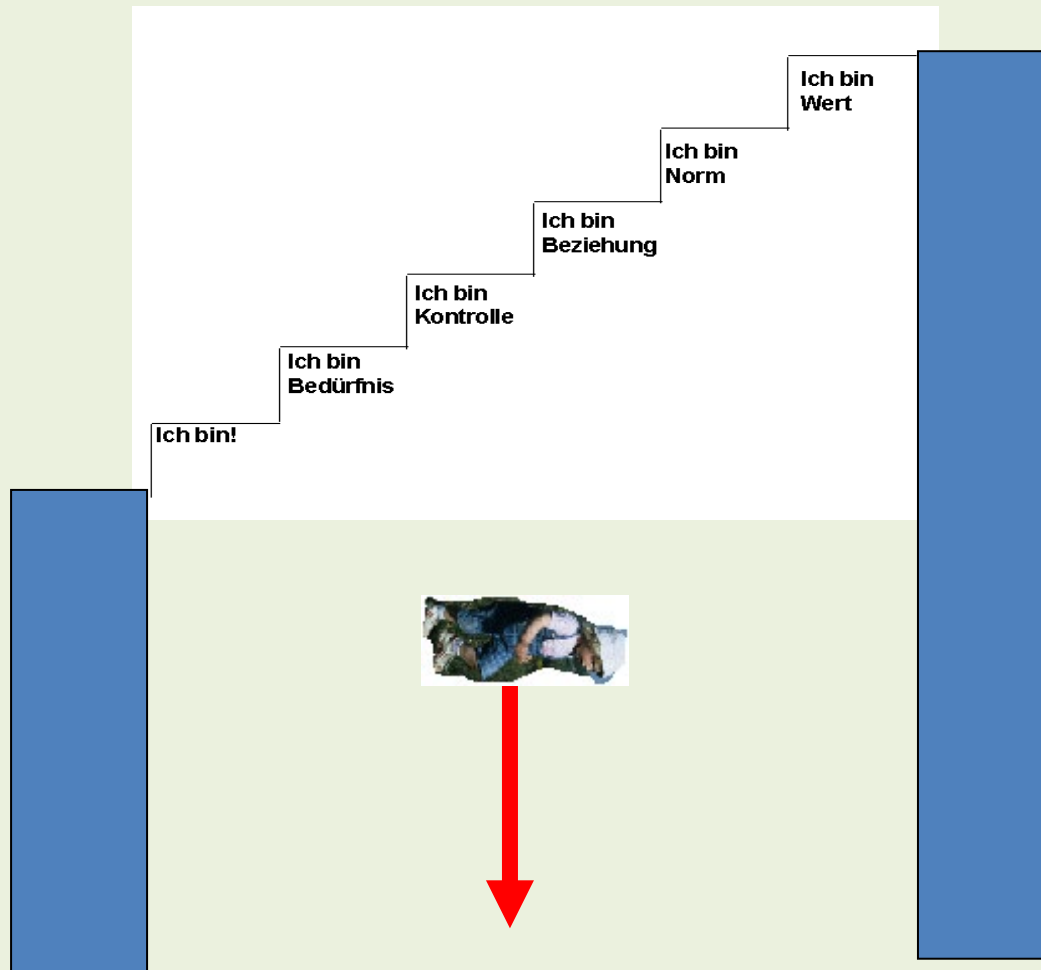
Entwicklung ohne einbindende Kultur 4



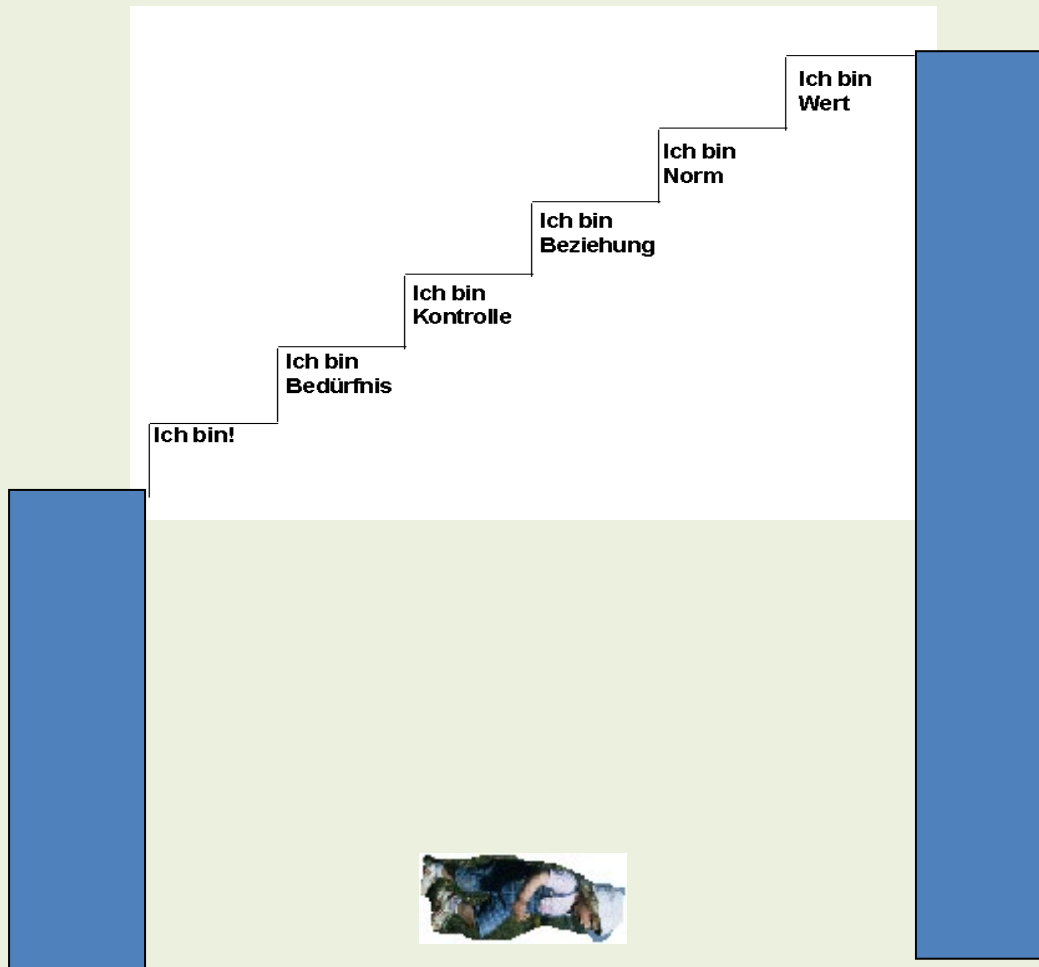
Entwicklung ohne einbindende Kultur 5



Entwicklung ohne einbindende Kultur 6



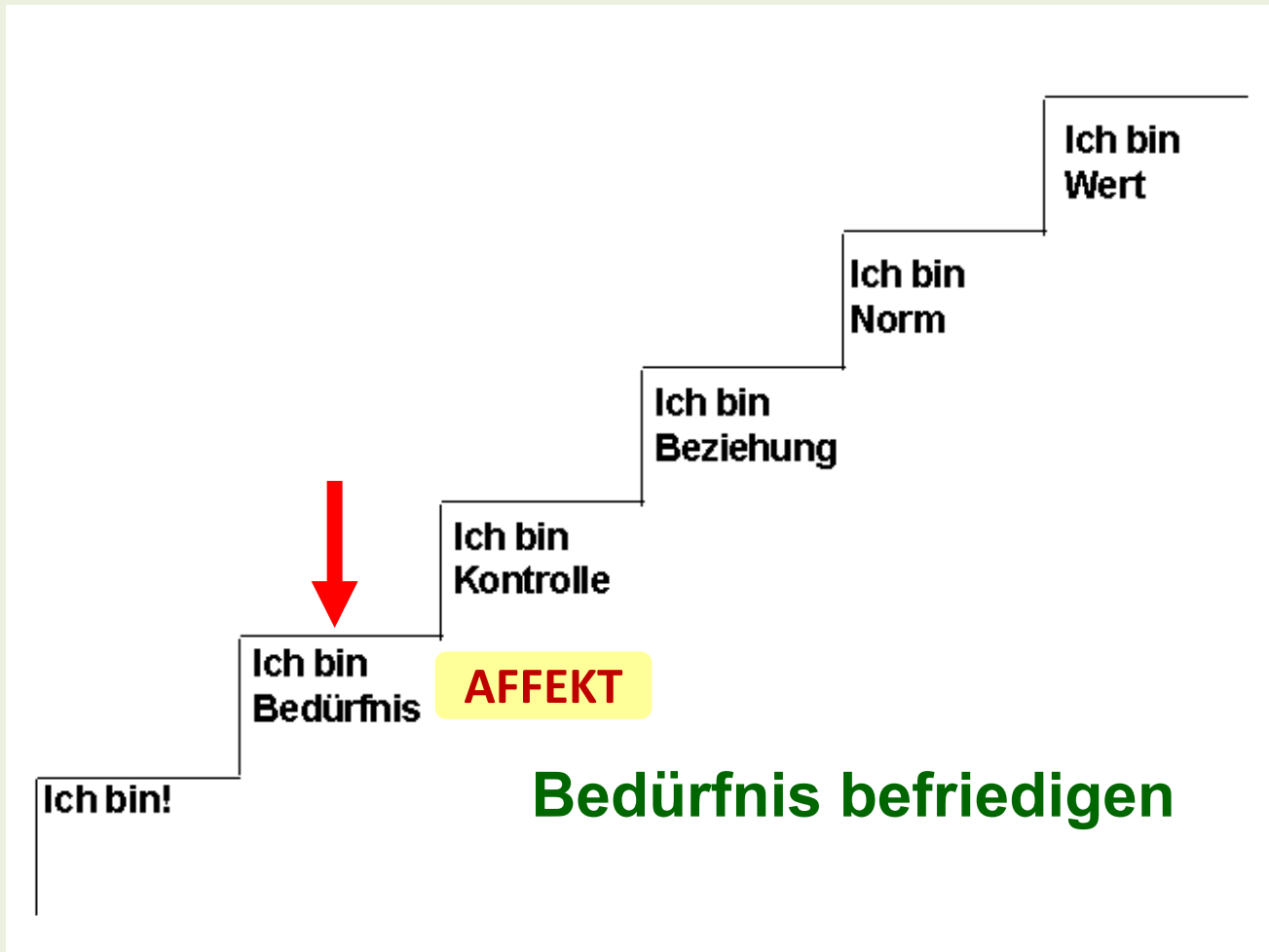
Entwicklung ohne einbindende Kultur 7



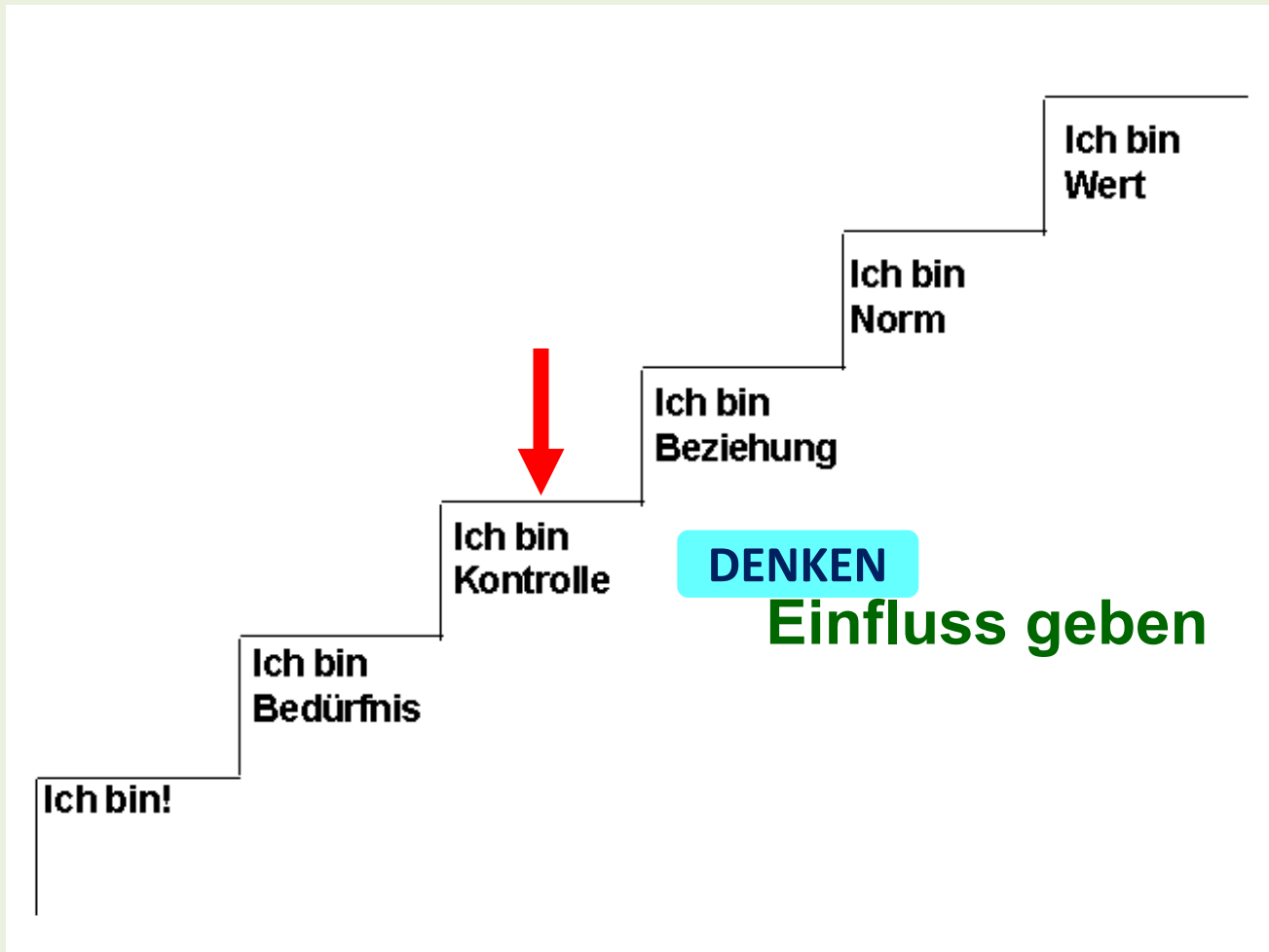
Aufgabe der einbindenden Kultur – einverleibende Stufe



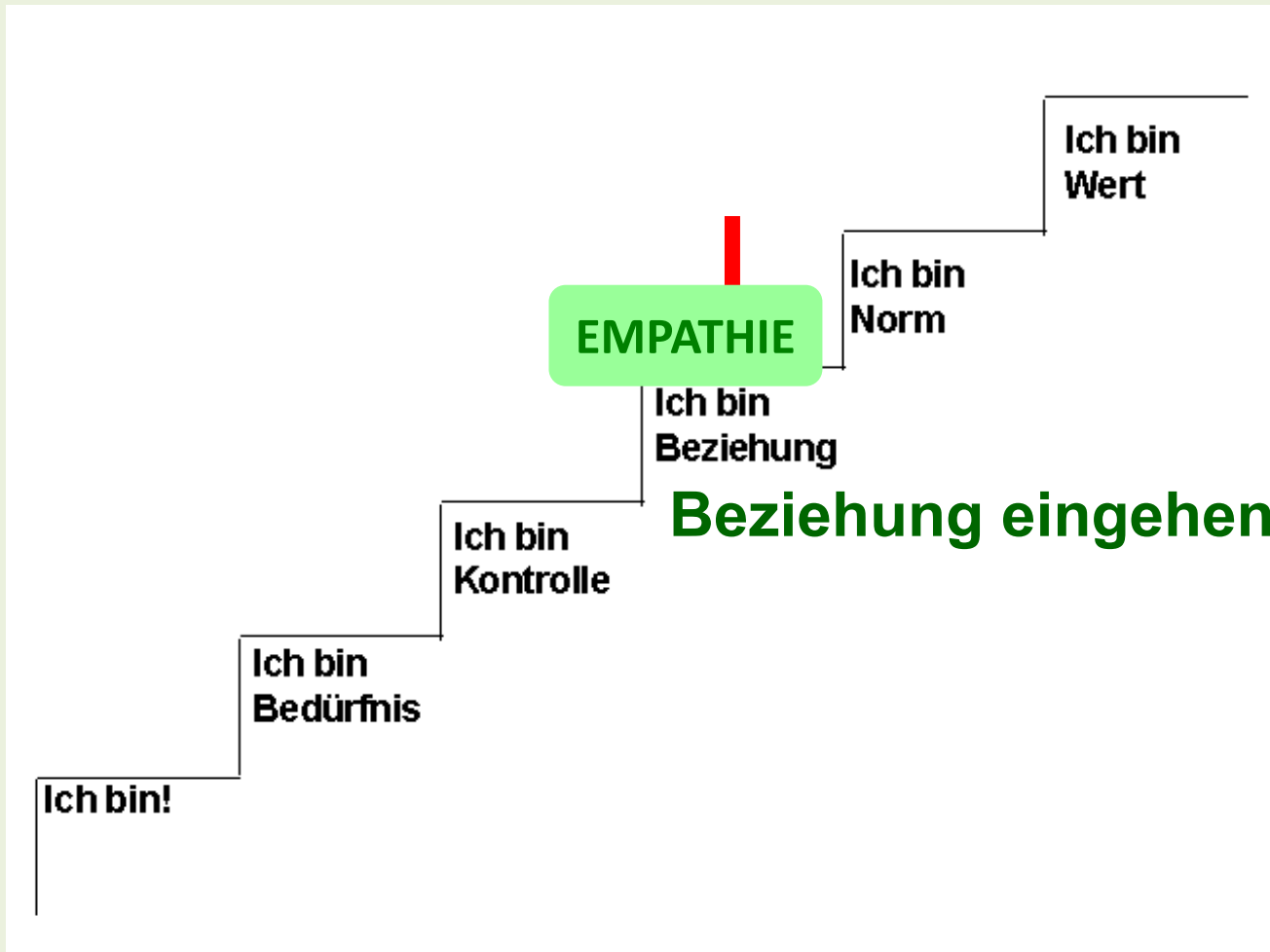
Aufgabe der einbindenden Kultur – impulsive Stufe



Aufgabe der einbindenden Kultur – souveräne Stufe

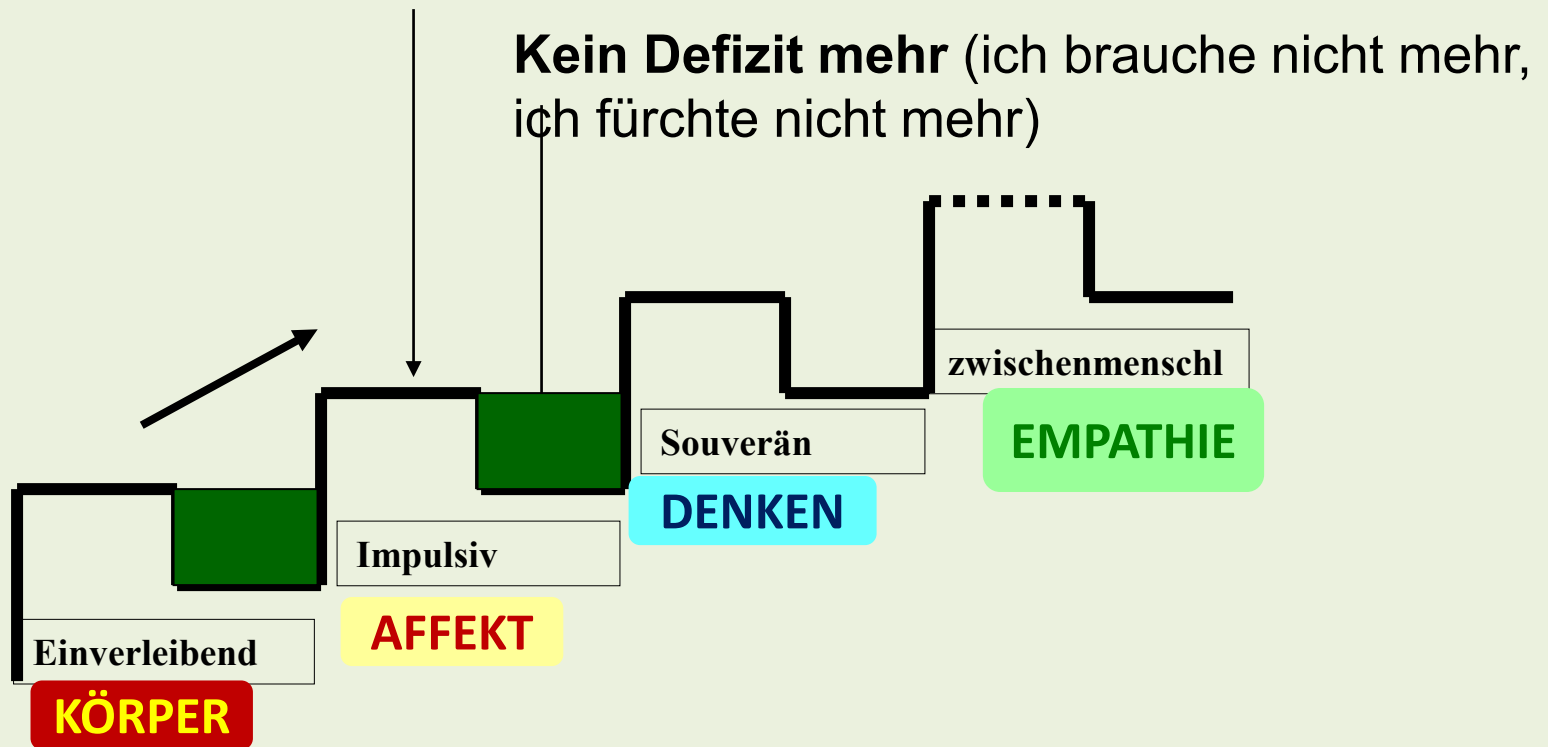


Aufgabe der einbindenden Kultur – zwischenmenschliche Stufe

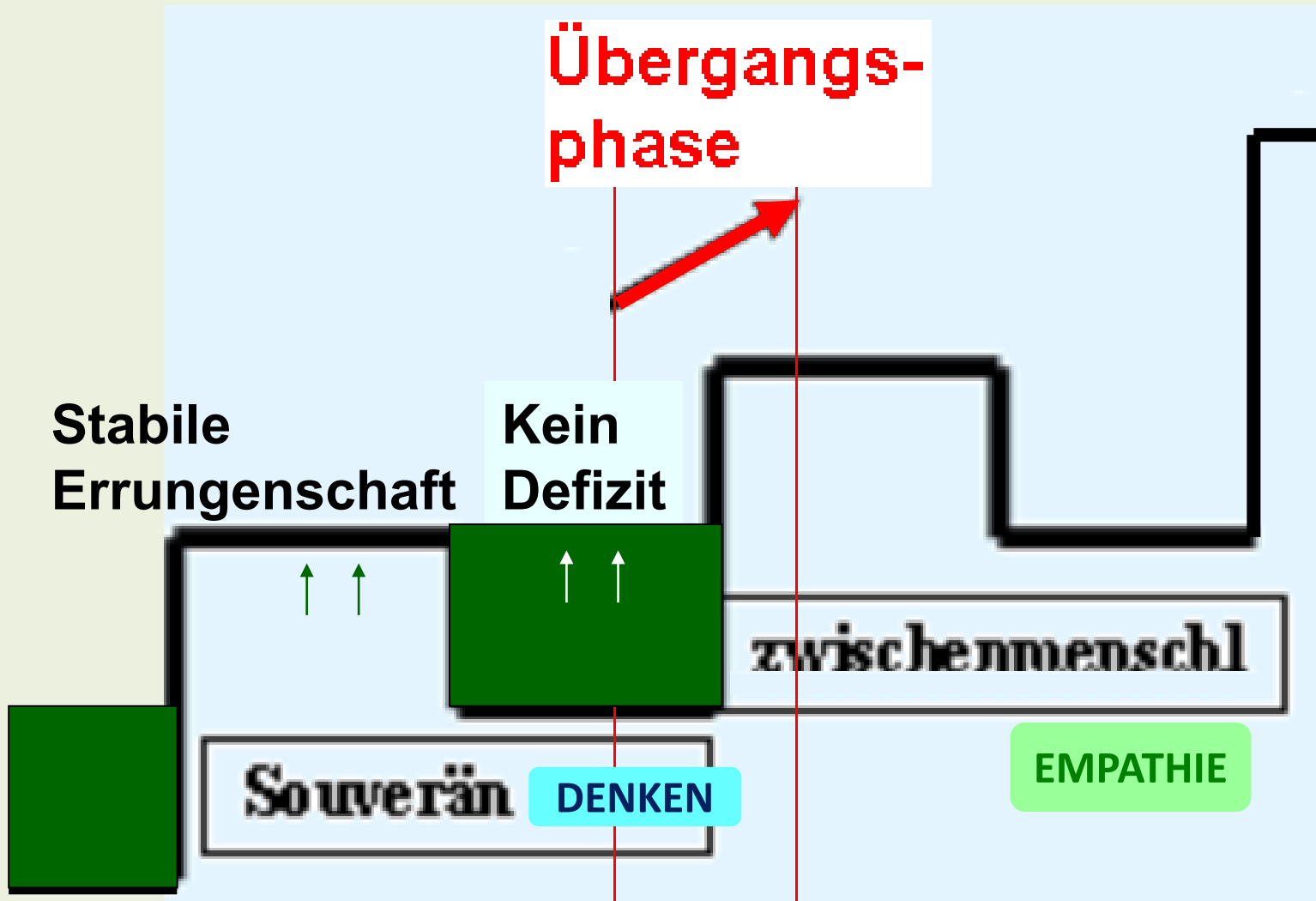


Übergang zur nächsten Entwicklungsstufe

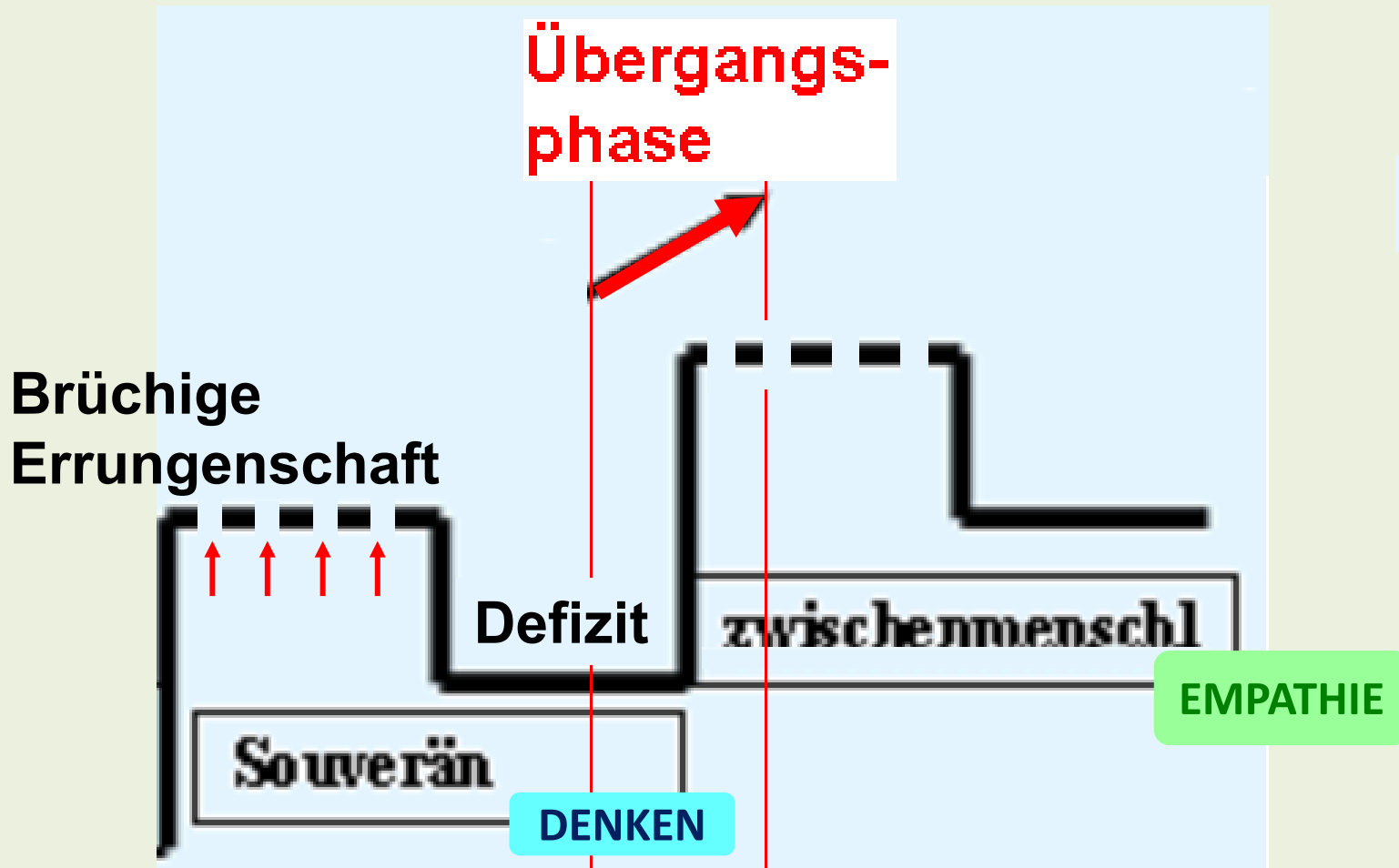
Errungenschaft (ich kann schon)



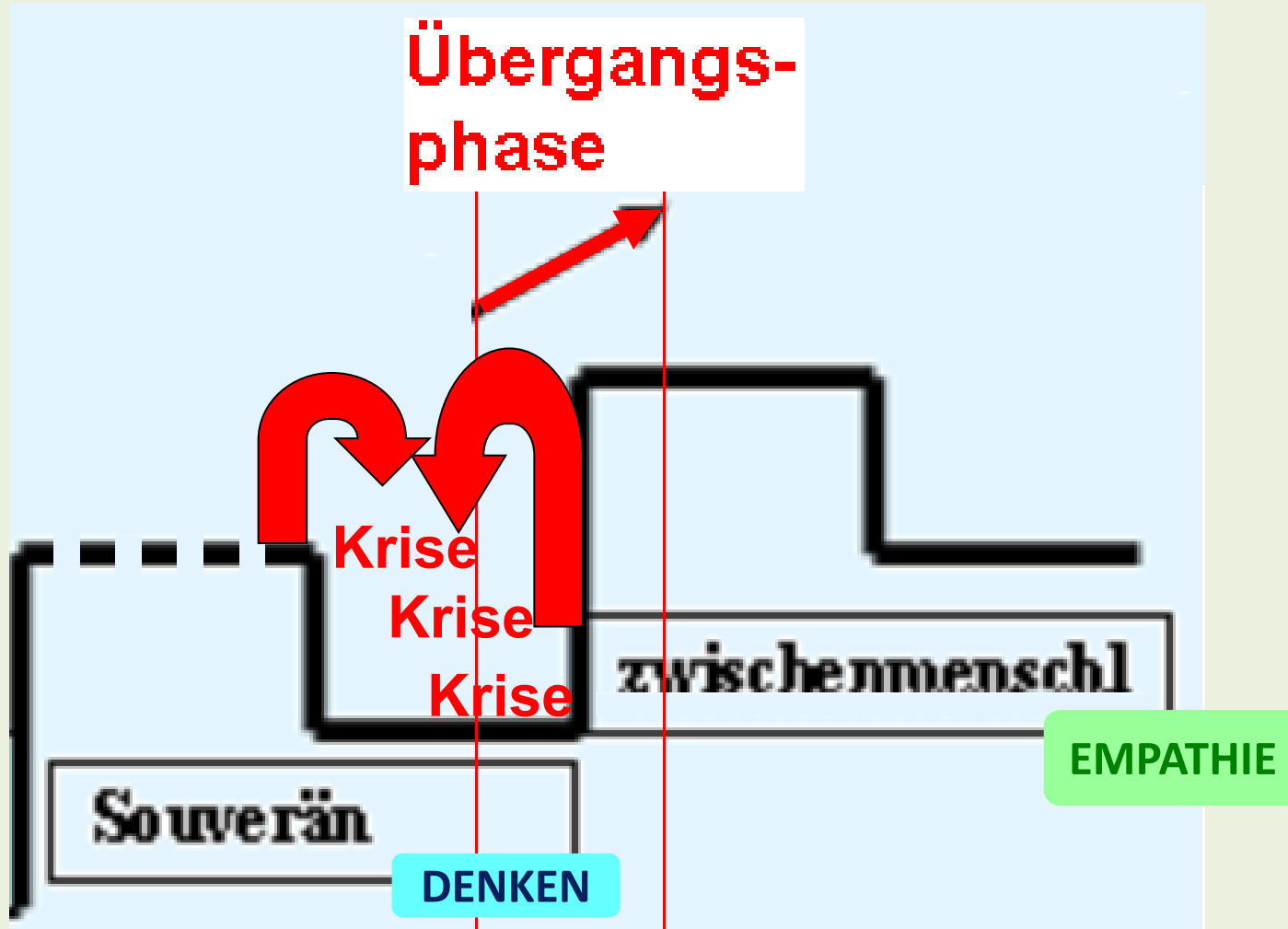
Übergangsphase



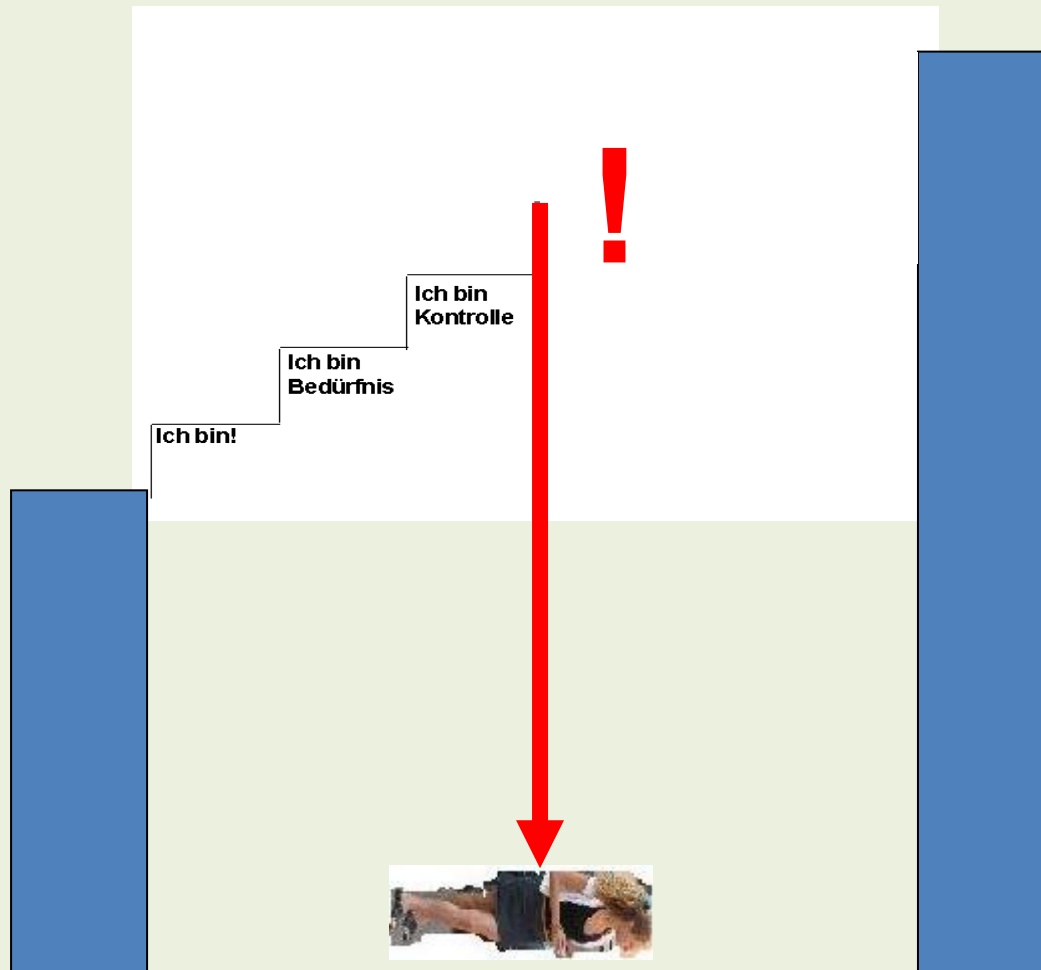
Übergangsbarrieren



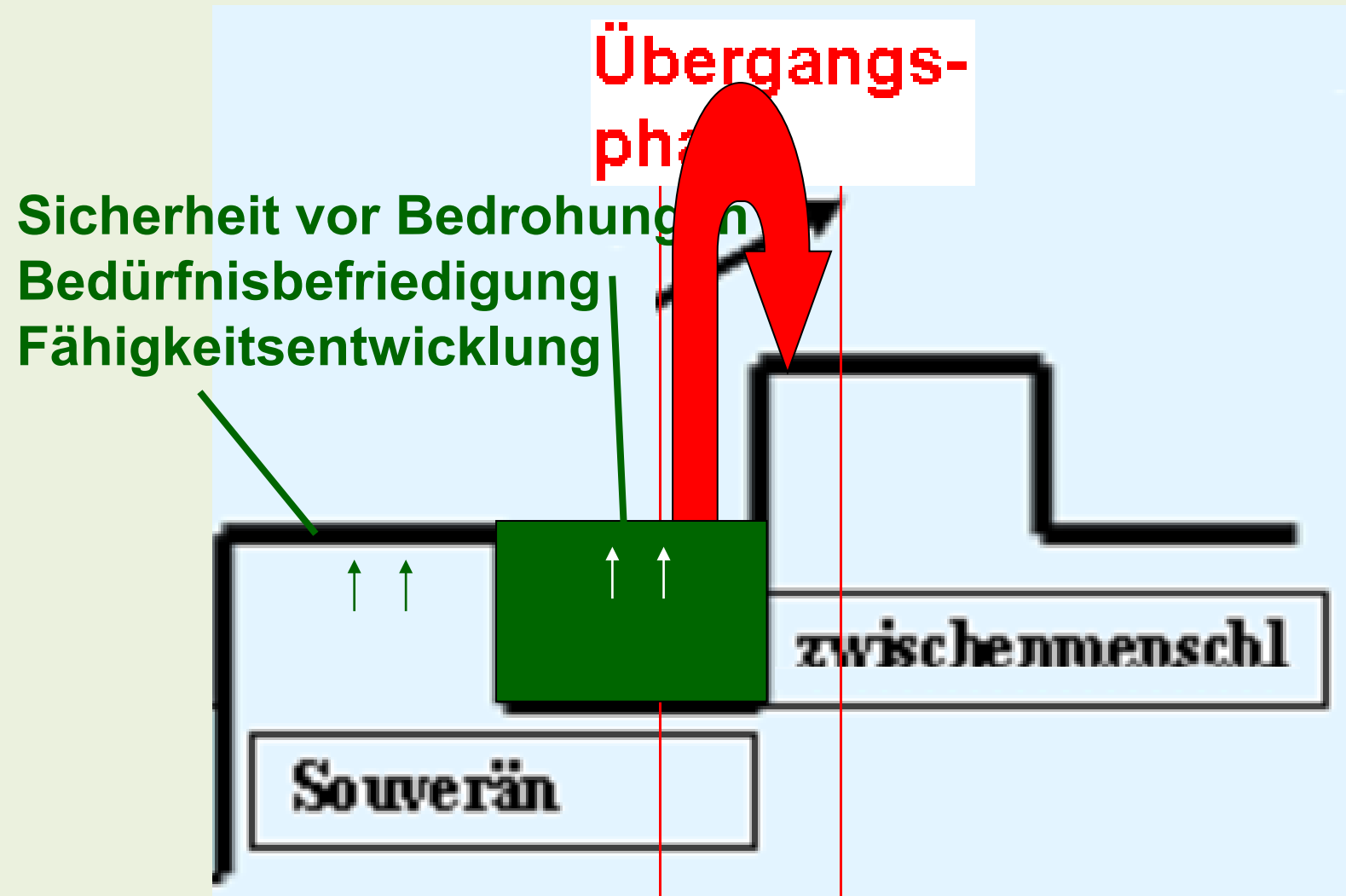
Übergangskrise



Übergangskrise



Überwindung der Übergangskrise durch ...



Übergang ist **Abschied** von Illusionen

Von KÖRPER (einverleibend)

KÖRPER

- – dass ich rundum versorgt werde

Von AFFEKT (impulsiv)

AFFEKT

- – dass der andere gleich denkt und fühlt wie ich

Von DENKEN (souverän)

DENKEN

- – dass der andere ganz kontrollierbar ist

Von EMPATHIE (zwischenmenschlich)

- – dass wir zu zweit eins sind

Von NORM (institutionell)

- – dass es eine richtige Norm gibt, durch die sich die Welt verwalten lässt

Ich verliere die Illusion, im Zentrum des Weltgeschehens zu sein

Übergang ist Abschied von der alten Welt

Von KÖRPER

KÖRPER

- – von der immer anwesenden Mutter

Von AFFEKT

AFFEKT

- – von Eltern, die spüren, was ich brauche und es mir geben

Von DENKEN

DENKEN

- – von den kontrollierbaren Bezugspersonen

Von EMPATHIE

- – von der verschmolzenen Symbiose mit einem anderen Menschen

Von NORM

- – von verwaltbaren und regelbaren Beziehungen

Ich verliere die Welt, in die ich eingebunden war

Übergang ist Abschied vom alten Selbst

Von KÖRPER

KÖRPER

- – ich werde nicht mehr Reflex und Empfindung sein

Von AFFEKT

AFFEKT

- – ich werde nicht mehr Bedürfnis sein

Von DENKEN

DENKEN

- – ich werde nicht mehr Kontrolle sein

Von EMPATHIE

- – ich werde nicht mehr Teil einer Zweierbeziehung sein

Von NORM

- – ich werde nicht mehr Verwalter geregelter Beziehungen sein

Ich verliere mein altes Selbst

Übergang heißt Verloren geben

- Die alte Welt zerbricht
- Das alte Selbst löst sich auf
- Stabilität geht verloren
- Identität geht verloren
- Was untrennbar zu mir gehörte, muss ich an die Welt abgeben, frei geben
- **Und trauernd Abschied nehmen**

Piagets zweifache Definition von Empathie

*2000

Sulz & Groeger MVT-Ausbildung
7. Modul Entwicklung auf die
Empathie-Stufe 2024-07-29

Piagets Definition von Empathie

Piaget (1954) weist darauf hin, dass Empathiefähigkeit zwei Aspekte hat:

1. Das Bedürfnis und die Fähigkeit, den anderen Menschen **zu verstehen**
2. Das Bedürfnis und die Fähigkeit, vom anderen Menschen **verstanden zu werden**

Hierzu ist **sprachliche** Kommunikation erforderlich. Während des Sprechens wird synchron die **Perspektive des Zuhörers** eingenommen.

→ Nach Piaget ist **hierzu formal-operatives Denken (Abstraktionsfähigkeit) erforderlich**

**Empathiefähigkeit als Voraussetzung befriedigender
Beziehungsgestaltung entsteht erst auf der zwischenmenschlichen
Stufe (formal-operative Stufe Piagets)**

EMPATHIE

- Um dies zu schaffen, muss der Schritt auf die nächst höhere Stufe (formal-operativ) geschafft werden:
- Es entsteht Empathiefähigkeit
- **Eigenes Verhalten dient nun nicht nur dazu, eigene Wünsche zu erfüllen, sondern auch dazu, dass sich die Bezugsperson in und nach der Begegnung wohl fühlt.**

Doppelte Empathie nach Piaget

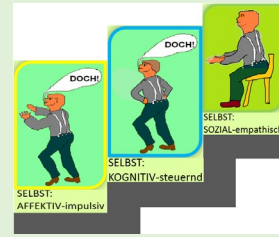
EMPATHIE

Einerseits: die Perspektive des anderen einnehmen,
mich in den anderen hineinversetzen,
mitfühlen

Andererseits: Meine Gefühle ausdrücken und aussprechen,
so dass der andere eine Chance hat,
empathisch mit mir zu sein,
der andere sich in mich hineinversetzen kann

Übun 7.1.1

Entwicklung von Empathiefähigkeit - Fragen, was die Bezugsperson fühlt ...



A) Der Trainer lenkt bei der gemeinsamen Betrachtung von Situationen die Aufmerksamkeit des Klienten durch Fragen immer wieder darauf,

B) was die Bezugsperson

- gefühlt,
- gedacht,
- gebraucht
- gefürchtet

haben könnte.

Und inwiefern eigenes Verhalten darauf Einfluss nahm oder nehmen könnte



→ DURCH FRAGEN (z.B. nach Gefühl des Anderen) reflektierte Affektivität anregen

Beispiel 1 - Fragen, was die Bezugsperson fühlt ...

Situation: Ich habe meiner Frau gesagt, dass ich ab jetzt jeden Tag eine Stunde später nach Hause komme, weil ich ins Fitnesscenter gehe.

Der Trainer lenkt bei der gemeinsamen Betrachtung von Situationen die Aufmerksamkeit des Klienten durch Fragen immer wieder darauf, was die Bezugsperson

- gefühlt,

Klient: sie hat sich mit den Kindern im Stich gelassen gefühlt

- gedacht,

Klient: dass mir die Familie nicht mehr wichtig ist

- gebraucht

Klient: dass ich berücksichtige, ob sie mich abends mal früher braucht

- gefürchtet

Klient: dass der nächste Schritt die Trennung ist

- haben könnte.

→ DURCH FRAGEN (z.B. nach Gefühl des Anderen) reflektierte Affektivität anregen

>  Videos MVT 1-7 Frau KJ

Video Frau KJ
Bitte hier [→ klicken](#)

Empathische Kommunikation 1 und 2:



Video Frau KJ Empathische Kommunikation

Minute 4:44 Beginn



Übung 7.4

Empathische Kommunikation 1:
Über mich so sprechen, dass der andere mich
verstehen kann und will

Übung 7.4

Entwicklung von Empathiefähigkeit

Empathische Kommunikation 1 (weniger fordernd und durchsetzend, mehr bittend und Bedürfnis aussprechend)

Sagen, welches Verhalten welches Gefühl auslöste, weil welches Bedürfnis frustriert wurde. Bitten um neues Verhalten, das zu welcher Befriedigung und Freude führt.

- Situation
 - Die Situation – Dein Verhalten, die/das ärgerliche Gefühle bei mir auslöste **Ich habe Dich gefragt, ob du mit zu unseren Freunden gehst**
- Frustration
 - Der Umstand /Dein Verhalten **du hast abgelehnt, mit zu unseren Freunden zu gehen**
- Emotion
 - führte bei mir zu großer/m **Enttäuschung, Wut**
- Bedürfnis
 - Das hat mein Bedürfnis nach **Gemeinsamkeit**
- Wunsch
 - Ich **wünsche mir und bitte Dich, dass Du mit mir gehst**
- Befriedigung
 - Das hätte mein **Bedürfnis** nach **Zusammengehörigkeit** befriedigt
- Gutes Gefühl
 - Darüber hätte **ich mich sehr gefreut.**



Übung 7.4

Empathische Kommunikation 1: über mich so sprechen, dass der Andere empathisch sein kann

Situation	Ich erzähl Dir mal die Situation, die heftige Gefühle bei mir auslöste. (Erzählen)	Situation
Frustration	Der Umstand /Dein Verhalten (was genau war so frustrierend)	Frustration
Emotion	führte bei mir zu großer/m (Gefühl spüren und aussprechen)	Emotion
Bedürfnis	Das hat mein Bedürfnis nach frustriert. (Spüren, was ich von Dir brauche und aussprechen)	Bedürfnis
Wunsch	Ich wünsche mir und <u>bitte</u> Dich, dass Du: (welches Verhalten ich mir wünsche)	Wunsch
Befriedigung	Das hätte mein Bedürfnis nach befriedigt (wie fühlt sich die Befriedigung an?)	Befriedigung
Gutes Gefühl	Ich würde mich mit Dir so fühlen:	Gutes Gefühl

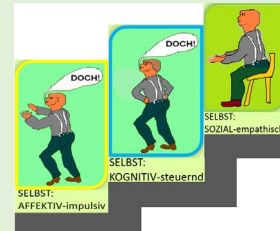


Übung 7.5

Empathische Kommunikation 2:
Mitfühlend zuhören, dass der andere sich
verstanden fühlt

Empathische Kommunikation 2 → Der Sprecher geht verständnisvoll auf diejenigen ein, der sich über ihn geärgert hat. Rückmelden, welches Verhalten welches Gefühl auslöste, weil welches Bedürfnis frustriert wurde. Die Bitte um neues Verhalten bekräftigen, das zu welcher Befriedigung und zu Freude führt.

- Situation • Die Situation – mein Verhalten, die/das ärgerliche Gefühle bei Dir auslöste **Du hast mich gefragt, ob ich mit zu unseren Freunden gehe.**
- Frustration • Der Umstand /mein Verhalten **Ich habe abgelehnt, mit zu unseren Freunden zu gehen**
- Emotion • führte bei Dir zu großer/m **Enttäuschung, Wut**
- Bedürfnis • Denn das hat Dein Bedürfnis nach **Gemeinsamkeit**
- Wunsch • Du hättest Dir **gewünscht, dass ich mit Dir gehe**
- Befriedigung • Das hätte Dein **Bedürfnis** nach **Zusammengehörigkeit** befriedigt
- Gutes Gefühl • Darüber hättest **Du Dich sehr gefreut.**



Übung 7.5

Empathische Kommunikation 2: Zuhören, sich in den Anderen hineinversetzen, mitfühlen

		Situation
Situation	Beschreib mir doch die Situation, die Dein heftiges Gefühl auslöste. (Zuhören)	
Frustration	Der Umstand /mein Verhalten hat Dich so frustriert (in den anderen hineinversetzen)	Frustration
Emotion	führte bei Dir zu einem Gefühl großer/m (Empathie empfinden)	Emotion
Bedürfnis	Denn das hat Dein Bedürfnis nach frustriert. (Verstehen)	Bedürfnis
Wunsch	Du hättest Dir gewünscht, dass ich: (Mitfühlen)	Wunsch
Befriedigung	Das hätte Dein Bedürfnis nach befriedigt (Validieren)	Befriedigung
Gutes Gefühl	Und Du würdest Dich mit mir fühlen	Gutes Gefühl

Aktion jeder Stufe:

Ganz Denken und Wille

Ganz Körper und Affekt



AFFEKT

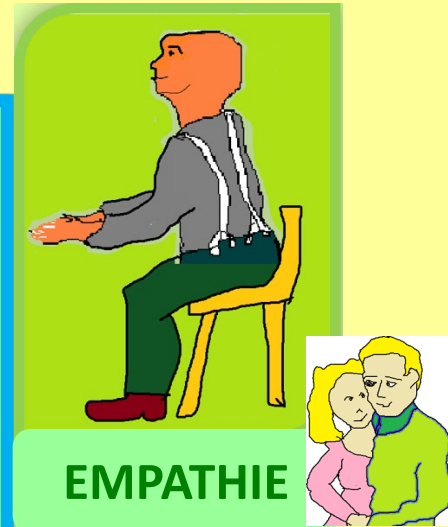
**Wütend auf
den Tisch
hauen
→ Vitalität**



DENKEN

**Ich will das
von Dir,
lasse nicht
locker
→ Selbst-
wirksamkeit**

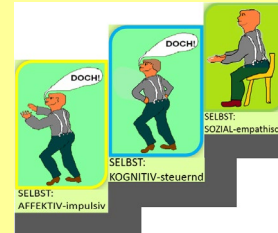
Ganz Empathie und Zuneigung



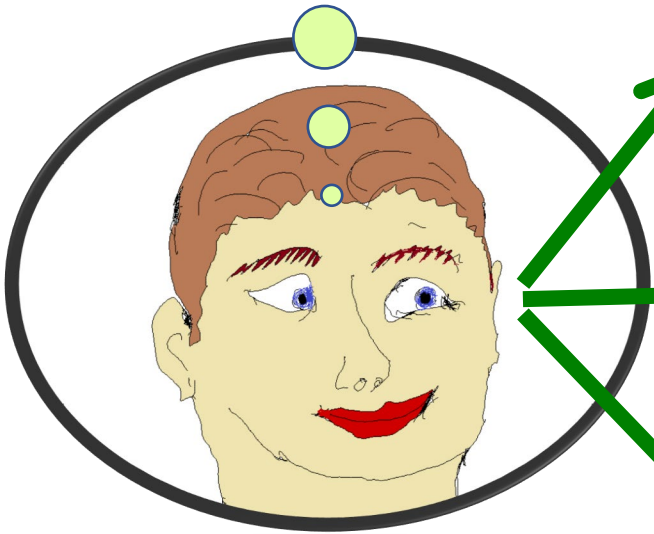
EMPATHIE

**Empathische
Kommuni-
kation**

**→ Beziehungs-
kompetenz**



Leben
mit Erlaubnis zur
freien
Entscheidung.



EMPATHIE

3. Und ich kann empathisch sein
(quartärer Selbstmodus)

Jetzt gibt es
das UND



DENKEN

2. Und kann wehrhaft sein
(tertiärer Selbstmodus)



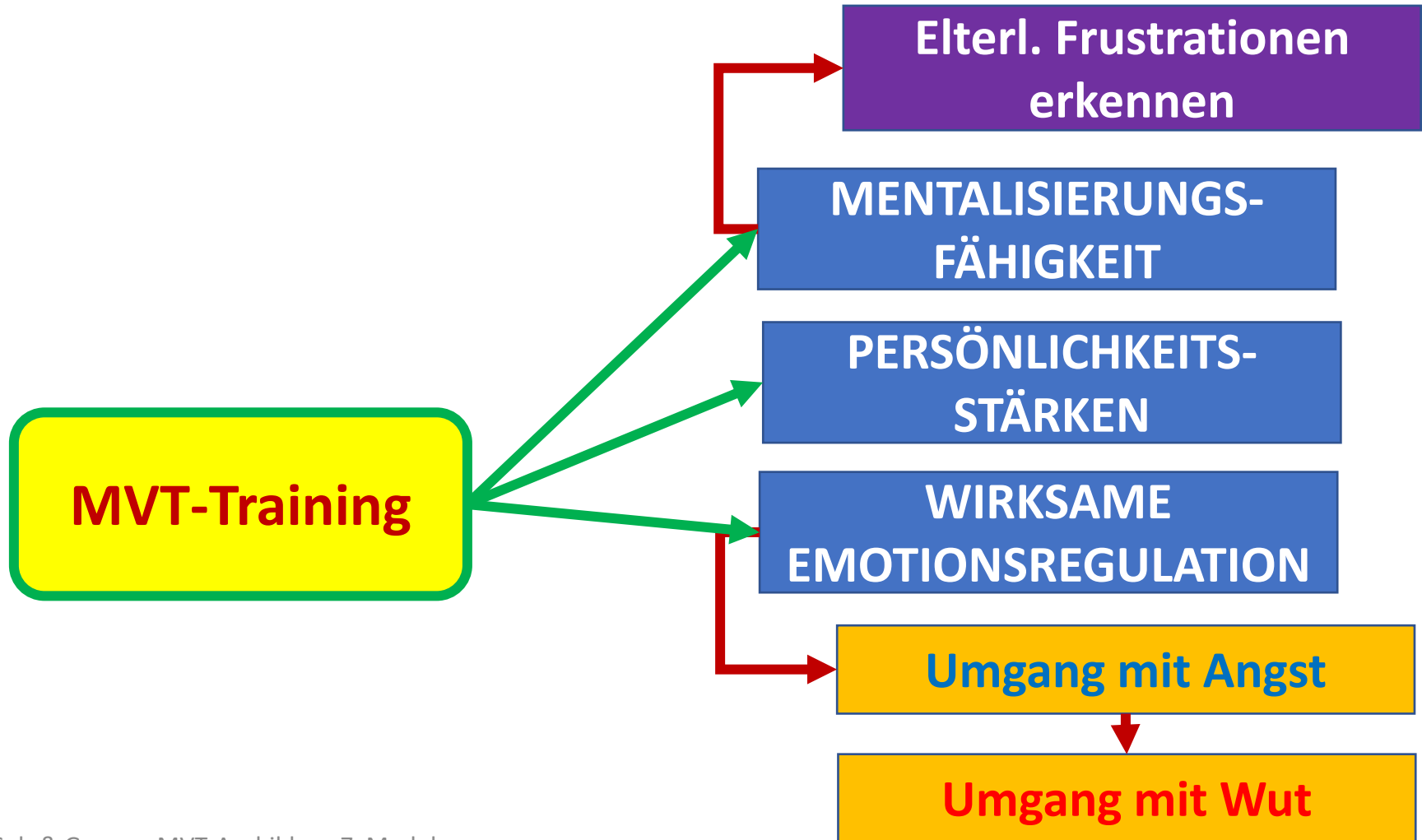
AFFEKT

1. Ich kann wütend sein
(primärer Selbstmodus)

~~Sekundärer Selbstmodus:
dysfunktionale Persönlichkeit~~

OUTCOME-STUDIEN

MVT-Evaluationsstudie (Sulz, Brejcha, Koch et al.)



Zum Schluss ...

- ...noch ein Gedicht

Hermann Hesse **Stufen**

- Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muß das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.
- Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.
- Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegen senden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!

Einführung und Anleitung zum selbständigen Üben

siehe Youtube-Video: <https://www.youtube.com/watch?v=Kddtpvdd35Q>

MVT-Schulungen
Powerpoint-Folien d. Kursinhalte

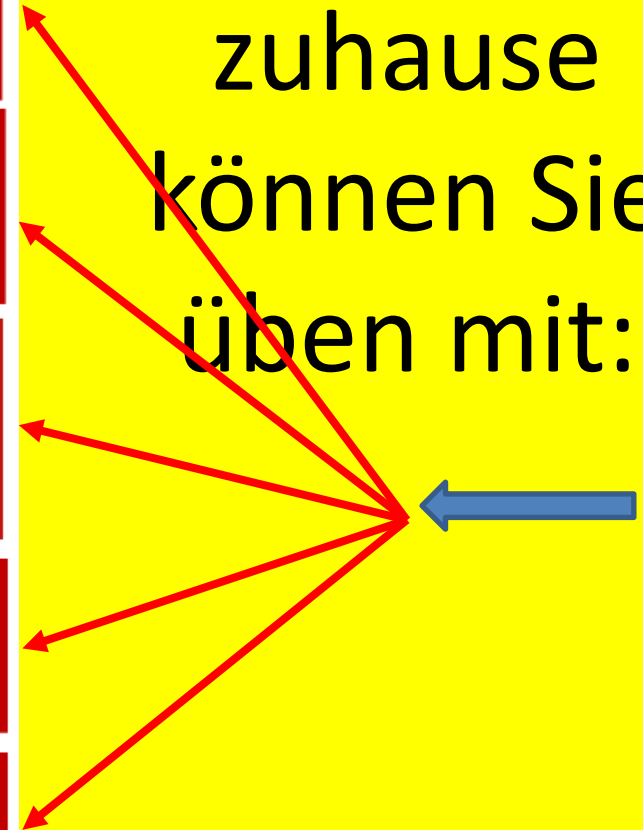
MVT-VORLESUNGEN
alle 7 Module (Youtube-Videos)

MVT-Videos von
Therapiesitzungen alle 7 Module

Training des Therapeut.-verhaltens
– gut vorbereitet sein

MVT-HANDBÜCHER
Praxismanual - Anleitung zur Therapiedurchführung

Selbst
zu Hause
können Sie
üben mit:



Entwicklung ist durch Mentalisierungsförderung möglich!

Unser Reichtum besteht darin, dass wir wählen können:

Mal ganz Körper sein,

Mal ganz Gefühl sein,

Mal ganz Denken sein,

Und immer wieder ganz Beziehung sein

MVT-
Ausbildung
(Mentalisierungs-
fördernde
Verhaltens-
therapie)

KOSTENLOSE
ÜBUNGS-
MATERIALIEN:

[Ausbildungs-
und Trainings-
Bereiche MVT –
EUPEHS](#)

MVT-Schulungen
Powerpoint-Folien d. Kursinhalte



MVT-VORLESUNGEN
alle 7 Module (Youtube-Videos)



**MVT-Videos von
Therapiesitzungen alle 7 Module**



**Training des Therapeut.-verhaltens
– gut vorbereitet sein**

MVT-HANDBÜCHER

Praxismanual - Anleitung zur Therapiedurchführung

Monatliche kostenlose MVT-Tutorials – theoriegeleitete Supervision per zoom um 20.15 eine Stunde lang

- August: 26.8. Theßen
- September: 30.9. Sulz
- Oktober: 28.10. Sulz
- November: 25.11. Sulz
- Dezember Theßen
- Zoom-Meeting beitreten:
- <https://us02web.zoom.us/j/8447818940?pwd=VnVUdzd0dXVwVFVlQ0NuL1lwSWMFMUT09> Meeting-ID: 844 781 8940
- Kennwort 741328
- **Es ist immer dasselbe Link!**

Mein Tipp!
**Bilden Sie eine kleine MVT-
Arbeitsgruppe zur Intervention!**

Serge Sulz

Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie

»Das Buch von Serge K.D. Sulz zur Mentalisierungsfördernden Verhaltenstherapie ist ein Muss für jeden, der Verhaltenstherapie nicht nur an der Oberfläche verstehen will.«

Prof. Dr. Michael Linden

Mit dem Ansatz der Mentalisierungsfördernden Verhaltenstherapie vereint Serge K.D. Sulz erfolgreiche Konzepte der Verhaltenstherapie und der psychodynamischen Psychotherapie und vermittelt anschaulich notwendige Kompetenzen für die klinische Praxis, denen eine zentrale Therapiestrategie zugrunde liegt: Zunächst wird mit dem Aufbau einer sicheren Bindung und selbstwertstärkenden Beziehung begonnen. Aus der Biografie wird die kindliche Überlebensstrategie (Inneres Arbeitsmodell) als heute dysfunktional gewordene Überlebensregel offengelegt und durch eine Erlaubnis gebende Lebensregel ersetzt. Mit Aufmerksamkeit werden die Emotionsprozesse in den Fokus der Aufmerksamkeit geholt und mit dem Emotion Tracking in der Tiefe erfahren und reflektiert. Schließlich wird die Stagnation der Entwicklung behoben, indem der Schritt von den nicht-mentalisierten (impulsiven oder affektiven) Stufen auf die mentalen Stufen (Selbstwirksamkeit und Empathie) gefördert wird.



Serge K. D. Sulz, Prof. Dr. phil., Dr. med., ist Psychiater (Verhaltenstherapie), Psychosomatiker (Psychoanalyse) und Honorarprofessor an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Er ist Lehrbuchherausgeber und Autor zahlreicher Fachbücher. Seine Schwerpunkte sind Entwicklungspsychologie und Emotionsregulation. Er befasst sich mit dem Emotion Tracking als ersten Schritt der Mentalisierungsförderung und die Integration psychodynamischer und behavioraler Ansätze zur Entwicklung einer stabilen Theory of Mind/Theorie des Mentalen.

Serge K. D. Sulz: Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie

Serge K.D. Sulz

Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie

Entwicklung von
Affektregulierung,
Selbstwirksamkeit
und Empathie



Serge Sulz Praxisleitfaden MVT

Serge K. D. Sulz

Heilung und Wachstum der verletzten Seele

Praxisleitfaden
Mentalisierungsfördernde
Verhaltenstherapie

Fast 100 Übungen:



cp Psychosozial-Verlag



Serge K. D. Sulz: Heilung und Wachstum der verletzten Seele

Dieser psychotherapeutische Praxisleitfaden gehört zum Buch „Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie“. Dort ist zu finden WAS WANN WARUM und WOZU getan wird, um Mentalisierungsförderung in der Verhaltenstherapie noch mehr zu betonen. Dadurch wurde aus der kognitiven Verhaltenstherapie eine metakognitive Verhaltenstherapie, bestehend aus den sieben Modulen Bindungssicherheit, inneres Arbeitsmodell und neue Lebensregel, Achtsamkeit und Akzeptanz, Emotion Tracking, Mentalisierung und Theory of Mind, Entwicklung 1 (Affektregulierung und Selbstwirksamkeit) und 2 (Empathiefähigkeit). Zu jedem dieser Therapiemodule wird die Frage danach, WAS WIE gemacht wird, durch detailliert beschriebene Übungen beantwortet. Die insgesamt 94 Übungen decken das Therapiespektrum vollständig ab und bilden einen Leitfaden für das therapeutische Handeln, der jederzeit Orientierung gibt hinsichtlich des konkreten Therapieprozesses und auch hinsichtlich Störungs- und Therapietheorie.

ww

Diese Praxis-Kompetenz ist Voraussetzung

Serge K.D. Sulz

Serge K.D. Sulz
Praxismanual Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie

Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie ist ein anspruchsvolles Behandlungskonzept integrativer Psychotherapie. Mit diesem Leitfaden für die praktische Durchführung gibt Serge K.D. Sulz auch erfahrenen Therapeut*innen ein Manual an die Hand, das durch die einzelnen Episoden der therapeutischen Interaktion führt. Das Gespräch mit den Patient*innen bekommt so eine sichere Struktur. Die sieben Module, die sich unter anderem mit Metakognition, Emotionsregulation und Selbstwirksamkeit befassen, werden anschaulich beschrieben, sodass die Begegnung mit den Patient*innen von Anfang an Bindungssicherheit ermöglicht und zu tiefer emotionaler Erfahrung führt, aus der heraus bei ihnen die Kraft erwächst, einen neuen Umgang mit sich selbst und mit anderen Menschen zu schaffen.



Serge K. D. Sulz, Prof. Dr. phil. Dr. med., ist Psychiater (Verhaltenstherapie), Psychosomatiker (Psychoanalyse) und Honorarprofessor an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Er ist Lehrbuchherausgeber und Autor zahlreicher Fachbücher. Seine Schwerpunkte sind

Entwicklungspsychologie und Emotionsregulation. Er beforscht das Emotion Tracking als ersten Schritt der Mentalisierungsförderung und die Integration psychodynamischer und behavioraler Ansätze zur Entwicklung einer stabilen Theory of Mind/ Theorie des Mentalen.

Praxismanual Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie

Anleitung zur
Therapiedurchführung



Serge K.D. Sulz

Praxismanual Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie

Anleitung zur
Therapiedurchführung



Dieses Handbuch für die täglichen
Therapien in Praxis oder Klinik
erscheint im Frühjahr 2023.

Es ist ein Leitfaden für die
praktische Durchführung der
Mentalisierungsfördernden
Verhaltenstherapie MVT, die durch
metakognitives Training und
Emotion Tracking zu
Bindungssicherheit, gelingender
Emotionsregulation,
Selbstwirksamkeit und Empathie
führt.

Im A4-Format ist es ideal für das
Kopieren von Arbeitsblättern für
den Patienten.

Alle 7 Module werden detailliert im
konkreten Handeln der TherapeutIn
beschrieben: Bindung,
Überlebensregel, Achtsamkeit,
Emotion Tracking, Mentalisierung,
Entwicklung metakognitiven
Denkens, Entwicklung von Empathie

Serge Sulz Mit Gefühlen umgehen

Serge K.D. Sulz

Mit Gefühlen umgehen

Praxis der Emotionsregulation in der Psychotherapie

ca. 295 Seiten · Broschur · 32,90 € (D) · 33,90 € (A)

ISBN 978-3-8379-3058-0 · ISBN E-Book 978-3-8379-7768-4

Buchreihe: CIP-Medien

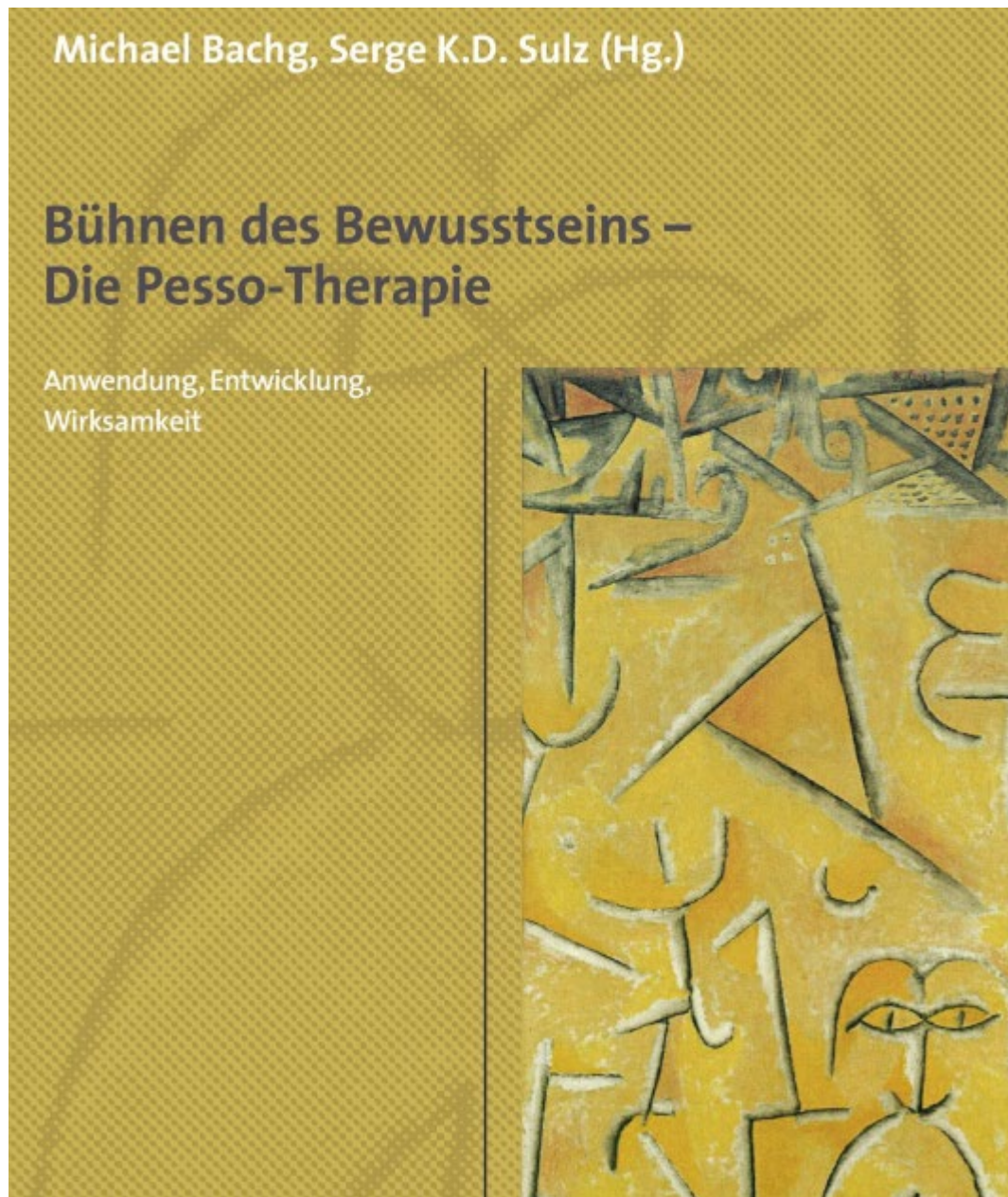


Serge K.D. Sulz bietet Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten jeglicher Therapierichtung einen gut erlernbaren, sicheren Weg zu einer effizienten Therapie, in deren Mittelpunkt die Emotionsregulation steht. Sie können sich so eine effektive emotive Gesprächsführung auf wissenschaftlicher Basis aneignen. Durch das integrative Moment des Ansatzes kann jeweils das ergänzt werden, was der eigene Therapieansatz vermissen lässt.

Zwei Vorgehensweisen sind bei der Emotionstherapie zentral: das Emotion Tracking und das Emotionsregulationstraining. Das Ziel ist die Formulierung einer neuen Lebensregel, die die dysfunktionale Überlebensregel ersetzt. Ausgehend von der Entwicklungspsychologie können unbewusste pathogene Fehlregulationen der Affekte aufgegriffen und durch einfache Interventionen modifiziert werden, sodass sowohl eine gesunde Affektregulierung als auch eine metakognitive Entwicklung mit der Erfahrung von Selbstwirksamkeit und der Befähigung zur Empathie möglich werden. Emotionsexposition mit Wut- und Trauerexposition nimmt dabei eine entscheidende Rolle ein.

Bachg & Sulz:
Die Bühnen des
Bewusstseins –
die
Pessotherapie.
Psychosozial-
Verlag 2022

→ Original-
Artikel von Albert
Pesso, Lowjjs
Perquin u.a.



Vielen Dank!
Und ...



Willkommen in der Kunst
der modernen Entwicklungspsychotherapie
und der
Mentalisierungsfördernden
Verhaltenstherapie

Literatur siehe Sulz 2017b,c und 2021

Sie erreichen mich so:
Prof. Dr. Dr. Serge Sulz
Nymphenburger Str. 155
80634 München
Tel. 0171-3615543
<https://eupehs.org>
Prof.Sulz@eupehs.org