

## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

- **Sie können ein Drehbuch eines Emotion Tracking schreiben.**

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

1. Wie Sie beginnen

2. Wie Sie das Tracking durchführen

3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können

4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren

5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten

6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen

7. Wie Sie den idealen Elternteil ins Therapiezimmer holen

8. Wie Sie ihn/sie am richtigen Ort auf die richtige Weise zum Stehen/Sitzen kommen lassen

9. Wie Sie körperliches Zueinander-Miteinander entstehen lassen

10. Wie Sie bei all diesen Schritten auftretende Gefühle benennen

11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)

12. Wie Sie Traurigkeit, dass es im realen Leben nicht so war, validieren/bezeugen

13. Wie Sie beim vollkommenen Glück der Bedürfnisbefriedigung ankommen

14. Wie Sie dem Pat. das gespeicherte Bild dieses Glücks zum häufigen Erinnern mitgeben

# Das sollten Sie zuvor gelesen haben

**a) Sulz S. (2017b). Sulz S. K. D. (2017b). Gute Verhaltenstherapie lernen und beherrschen - Band 1: Verhaltenstherapie-Wissen: So gelangen Sie zu einem tiefen Verständnis des Menschen und seiner Symptome.**

- **Kapitel Gefühle: S. 168 – 192**
- **Kapitel Bedürfnisse: S. 92 – 122**

**b) Sulz S. K. D. (2021): Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie. Gießen: Psychosozial-Verlag**

- **Kapitel 4: Mentalisierung 1 – Emotion Tracking S. 293-326**

→ Damit Sie **Gefühle & Bedürfnisse** hinreichend gut kennen

# Bitte vor dem Üben anschauen VIDEOVOTRAG MVT MODUL 4:

<https://www.youtube.com/watch?v=kfLF4Wu3dgl&t=4s>

und  
[video Frau N Fallbeispiel – YouTube](#)  
sowie gern auch alle 8 Videovorträge auf Youtube.  
Im Suche-Feld eingeben: „Serge Sulz MVT“

Zu den Gefühlen finden  
Tiefe emotionale Erfahrung

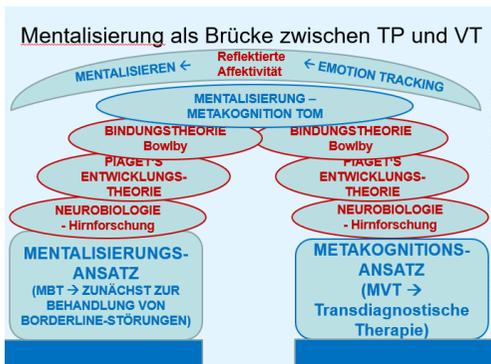
## 4. MODUL EMOTION TRACKING\*



### Fallbeispiel Frau N

Frau N ist 35 Jahre alt. Sie ist beruflich erfolgreich als Inhaberin eines gut gehenden Kleidungsgeschäfts. Mit Männern hat sie bislang kein großes Glück. Sie ärgert sich, dass alle ihrem Vater ähnlich werden. Dieser wurde von ihrer Mutter abgelehnt, so dass die Pat. dem liebesbedürftigen Vater ihre Liebe gab. Erst spät merkte sie, dass sie nichts zurückbekam. Er holte sich von seiner Tochter die Liebe, die er von seiner Frau gebraucht hätte.

© Serge Sulz, Emotion Tracking Fallbeispiel  
Frau N



Von der verbietenden und gebietenden Überlebensregel (inneres Arbeitsmodell) zur neuen Erlaubnis gebenden Lebensregel. - Ohne Erlaubnis bleibt der Widerstand unüberwindbar

### 2. MODUL ÜBERLEBENSREGEL UND ERLAUBNIS GEBENDE LEBENSREGEL

© Serge Sulz Überlebensregel 2. Modul MVT  
www.eupehs.org

Nicht das FRÜHER sondern das JETZT fokussieren  
Ändern kommt erst dann, wenn akzeptiert werden kann, was ist

### 3. MODUL ACHTSAMKEIT & AKZEPTANZ

Nicht das MORGEN sondern das HEUTE leben.  
Ändern entsteht aus dem, was jetzt sich ergibt

© Sulz 3. MVT-Modul Achtsamkeit

Zu den Gefühlen finden  
Tiefe emotionale Erfahrung

### 4. MODUL EMOTION TRACKING\*

\*geht aus dem Microtracking von Pessó & Perquin (2008) hervor

© Sulz 4. MVT-Modul Emotion Tracking

### SERGE SULZ

### 5. MODUL DER MENTALISIERUNGSFÖRDERNDEN VERHALTENSTHERAPIE MVT: METAKOGNITION UND MENTALISIERUNG

Reflektierte Affektivität:  
Verhalten auf Intentionen zurückführen – Theory of Mind TOM

© Serge Sulz MVT 2021-05-08 www.eupehs.org

Von Stufe zu Stufe höher entwickeln  
Von der Vitalität zur Selbstwirksamkeit

### 6. MODUL ENTWICKLUNG VON DER AFFEKT- AUF DIE DENKEN-STUFE

© Serge Sulz MVT 6. SCHULUNG Denken-Stufe

Von Stufe zu Stufe höher entwickeln  
Von der Selbstwirksamkeit zur Empathiefähigkeit

### 7. MODUL ENTWICKLUNG VON DER DENKEN- ZUR EMPATHIESTUFE

© Sulz MVT 7. Modul Entwicklung auf die Empathie-Stufe

# Was Sie bisher gelernt & geübt haben

A Sich einen Überblick über MVT (Mentalisierungs-fördernde Verhaltenstherapie) verschafft: 2 Bücher, 7 Powerpoint-Präsentationen, 7 Youtube-Videos

B [Anleitung zum Üben von MVT](#)

C Gleich ins Emotion Tracking eingestiegen:

1. - [Video-Vortrag MVT 4 Emotion Tracking](#)
2. - [video Frau N Fallbeispiel – YouTube](#)(gesprochen)
3. - [Video einer realen Patientin \(ohne Übungen\)](#)
4. - Video einer realen Patientin (mit Übungen)
5. - [Frau N Schritt für Schritt Emotion Tracking verstehen](#)
6. - [Fotos: 43 Gefühle erkennen](#)
7. - [Lernprogramm: RMET Reading the Mind in the Eyes](#)
8. - [Übungen zum Antidot: Fallbeispiele zu den 21 Grundbedürfnissen](#)
9. - [Herr C Übernehmen Sie die Therapeutenrolle](#)
10. - [Ihre erste eigene Emotion Tracking Sitzung \(vereinfacht für Beginner\)](#)
11. [Jetzt sind Sie fit für Ihre Patienten anhand des Gesprächsleitfadens](#)

# Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

Wie Sie diesen Gesprächsleitfaden zum Üben und zum Einsatz in Ihren Therapien nutzen können:

- a) Zuerst diesen Gesprächsleitfaden interaktiv lesen und sprechen: Für jeden der Punkte 1 bis 14 überlegen, wie Sie es dieser Patientin sagen würden und es laut aussprechen. Dann erst weiterblättern und vergleichen, was Sulz der Patientin sagte. Das muss nicht identisch sein, aber die Richtung sollte grob eingehalten werden.
- b) Dann quasi auswendig lernen der 14 Punkte. Mental vergegenwärtigen, was ich der Reihe nach mache:
- c) **Beginnen – Gefühlstracking starten – Zeugenaussage – Antidot - ideale Eltern – inneres Bild – ins Zimmer holen - wo platzieren – Körperliches Zueinander – Gefühle bezeugen – Elternteil sprechen lassen – Traurigkeit validieren – Glück nach Click of Closure bezeugen – Ideale Eltern abspeichern**
- d) Bis alle 14 Schritte automatisiert sind

# Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

START:

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

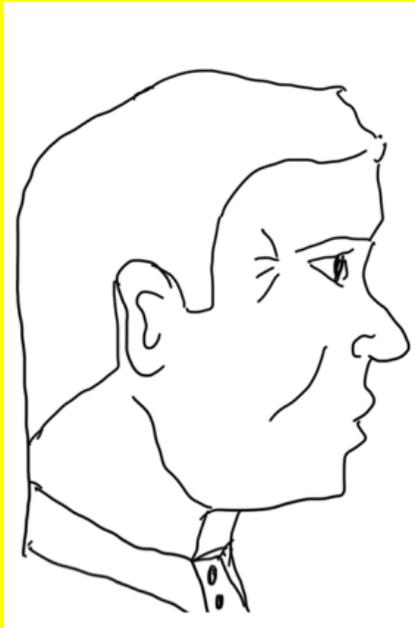
a) zuerst noch einmal üben mit der uns schon bekannten Frau N – noch differenzierter und selbständiger als bisher

b) dann geht es los mit Ihrem eigenen Patienten

# 1. Frau N final (ohne Embodiment): Zur Illustration - das typische Beispielgespräch

- **Hören Sie gut zu** (genauer: Lesen Sie und stellen sich vor, sie würde zu Ihnen sprechen)
- Lassen Sie die Erzählung der Patientin **auf sich wirken**, als ob sie es Ihnen erzählen würde.
- Gehen Sie mit Ihren Gefühlen **ganz mit**.
- Lassen Sie sich nicht von klugen Gedanken ablenken.
- Vielleicht entstehen **innere Bilder** vom berichteten Geschehen.
- Und von der Erzählerin.





## Wir nehmen wieder das Fallbeispiel Frau N

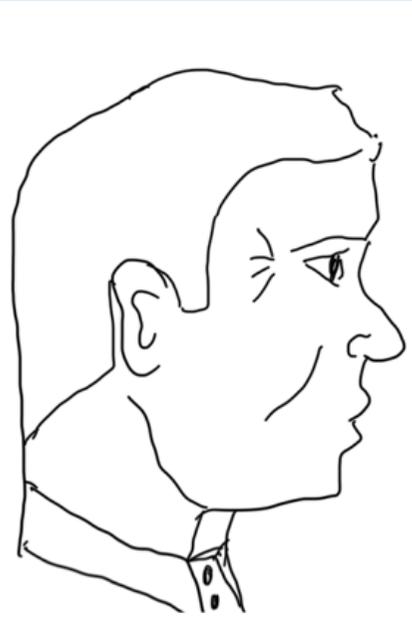
Frau N ist 35 Jahre alt. Sie ist beruflich erfolgreich als Inhaberin eines gut gehenden Kleidungsgeschäfts. Mit Männern hat sie bislang kein großes Glück. Sie ärgert sich, dass alle ihrem Vater ähnlich werden. Dieser wurde von ihrer Mutter abgelehnt, so dass die Pat. dem liebesbedürftigen Vater ihre Liebe gab. Erst spät merkte sie, dass sie nichts zurückbekam. Er holte sich von seiner Tochter die Liebe, die er von seiner Frau gebraucht hätte.

## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

### 1. Wie Sie beginnen

# 1. Wie Sie beginnen

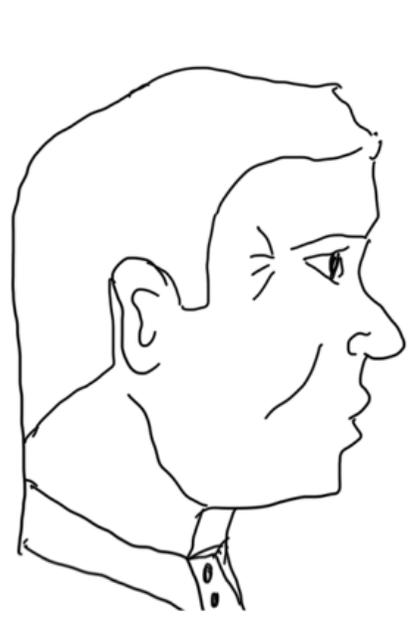


Ich möchte Sie einladen, über ein Problem zu sprechen, das Sie belastet und nicht loslässt. Wir werden uns dabei auf Ihre Gefühle und Bedürfnisse konzentrieren.

Ich möchte heute gern über meinen Vater sprechen und darüber, dass ich mich von ihm missbraucht gefühlt habe.



## Wie Sie beginnen 2

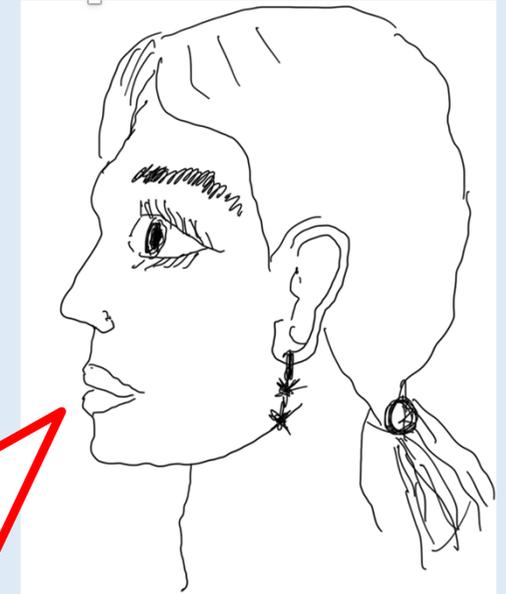


Ja, Sie sagten schon, dass das Ihr großes belastendes Thema ist. Beginnen Sie zu erzählen.

Er macht mir Vorwürfe, dass ich ihn mir so vehement vom Leib halte. Er hat mich nicht sexuell missbraucht, sondern emotional. Ich habe ihm Liebe und Zuwendung geben müssen, die er von meiner Mutter nicht bekam. Für mich selbst ist da nichts übrig geblieben, aber das merkte ich lange Zeit gar nicht.



*(mit Tränen in den Augen):* Ich fühlte mich gut, wenn es ihm gut ging. Da er sehr lieb zu mir war, liebte ich ihn sehr. Aber in Wirklichkeit ging es um ihn, um seine Bedürfnisse und es ging nicht um mich. Er brauchte was zum Liebhaben. Das hat er sich genommen. Und ich bekam nicht, was ich gebraucht hätte.



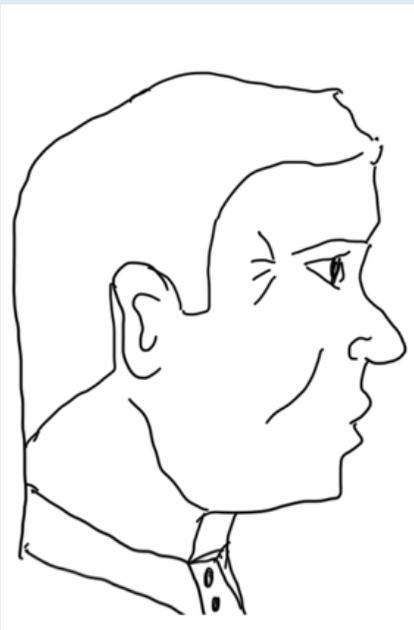
## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

- Sie können ein Drehbuch eines Emotion Tracking schreiben.

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

1. Wie Sie beginnen

### 2. Wie Sie das Tracking durchführen



## 2. Wie Sie das Tracking durchführen

*(Ich nenne das Gefühl, das ich sehe und füge den auslösenden Kontext noch einmal dazu):*  
Sie sind sehr traurig und es tut sehr weh, dass Sie von ihm nicht bekommen haben, was Sie brauchten.

**Oder** einen Zeugen sprechen lassen:

„Ich sehe, wie traurig Du bist, wenn Du erinnerst, dass Du von ihm nicht bekommen hast was Du brauchtest.“

(weinend): Ja es tut so weh, dass er mich und mein Bedürfnis nicht wahrnahm. Ich war doch das Kind, dem der Vater geben sollte, was es braucht. Das stimmte doch nicht!



## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

- Sie können ein Drehbuch eines Emotion Tracking schreiben.

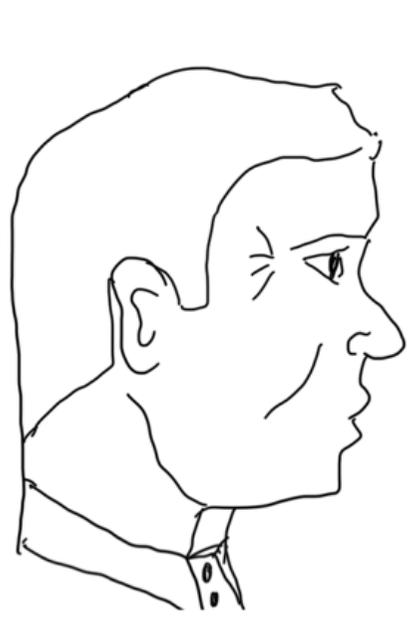
0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

1. Wie Sie beginnen

2. Wie Sie das Tracking durchführen

**3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können**

### 3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können



*(Ich entdecke Ärger im Gesicht der Patientin und höre ihren ärgerlichen Ton):*

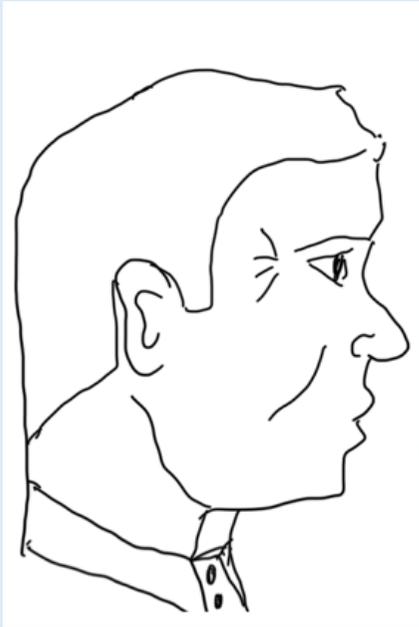
**(Ich kann ihr Gefühl selbst bezeugen)**

Sie erkennen, dass das nicht richtig vom Vater war. Und Sie ärgern sich jetzt, dass er sich von seiner Tochter etwas holte, anstatt ihr was zu geben.

Oder ich kann diesen Satz **einen virtuellen Zeugen sprechen lassen:**  
„Ich sehe wie Sie sich jetzt ärgern, wenn Sie sich vorstellen,  
dass er sich von Ihnen etwas holte, anstatt Ihnen was zu geben.“



Ich habe so einen großen Zorn! Ich bin voll  
Wut!

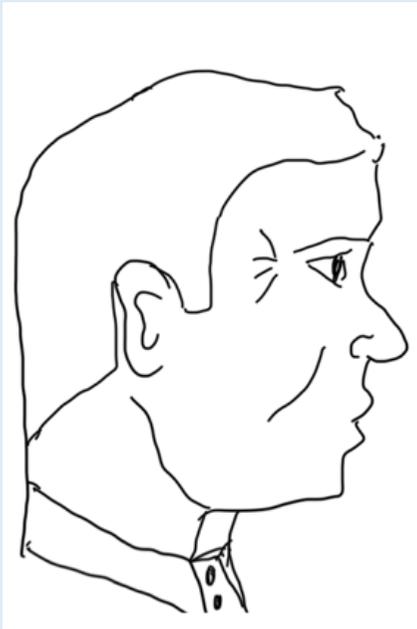


### 3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können: Spiegeln, wie das Gefühl im Körper ist und welche Bewegung entsteht

*(Ich sehe ihre körperliche Wehrhaftigkeit):* Sie haben so einen großen Zorn, dass Sie ihn auch körperlich spüren. Wut und Zorn wollen sich vielleicht Ausdruck verschaffen. Welche Bewegung will entstehen, was will die Wut tun?

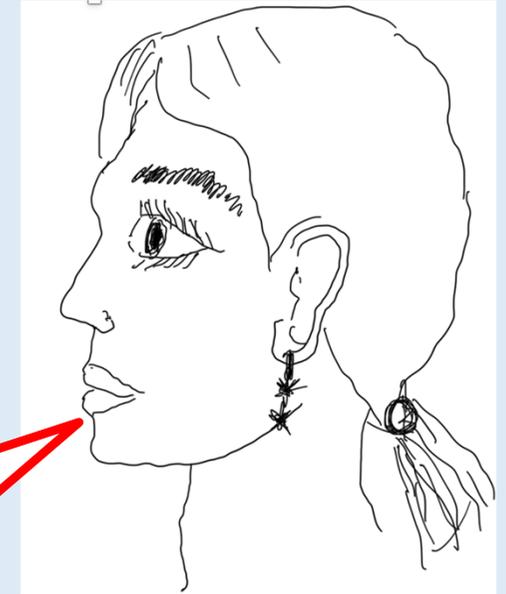
Ich möchte ihn wegstoßen, nur weg!  
Er ekelt mich an.



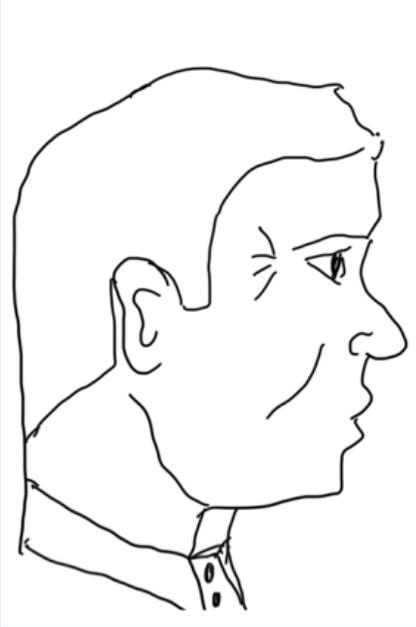


3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können:  
Spiegeln, wie das Gefühl im Körper ist und welche Bewegung entsteht

*(Sie hat bereits eine stoßende Bewegung mit den Armen gemacht)*  
Er ekelt Sie an. Und auch aus Wut über seinen Egoismus wollen Sie ihn zurückstoßen.



*(Sie streckt die Arme aus, die Handflächen wie zum Stoppen gegen ihn gerichtet)*  
Mit aller Kraft will ich ihn zurückstoßen.



### 3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können: Spiegeln, wie das Gefühl im Körper ist und welche Bewegung entsteht

**Das ist WUT-Exposition**

Dazu können Sie aufstehen und sich vorstellen, dass er vor Ihnen steht und sich wieder Ihr Liebhaben holen will.

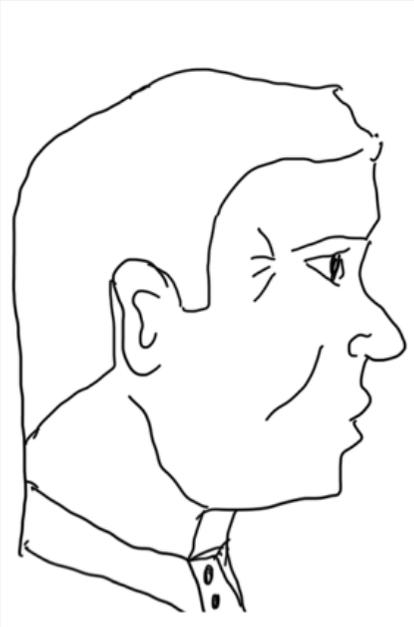
*(Sie steht auf)*

Sind Sie soweit?

Ja ich sehe ihn vor mir – ekelig -  
und ich bin so wütend, dass ich ihn  
nur weg haben möchte.



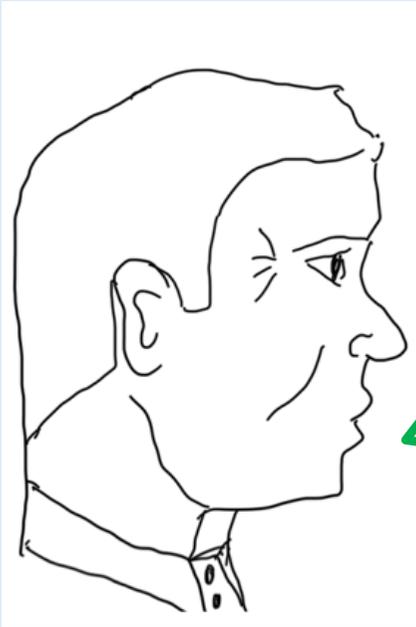
### 3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können: Spiegeln, wie das Gefühl im Körper ist und welche Bewegung entsteht



(seitlich neben der Patientin stehend): Sie können das jetzt machen. Sie können Ihre Arme richtig strecken, und ihn mit aller Kraft zurückstoßen.

**Das ist WUT-Exposition**

### 3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können: Spiegeln, wie das Gefühl im Körper ist und welche Bewegung entsteht



**Das ist WUT-Exposition**

Stellen Sie sich sein Gesicht vor und seinen Blick.

Schauen Sie ihm in die Augen.

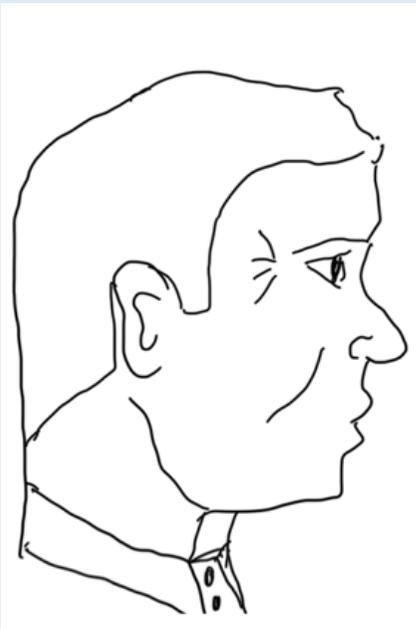
Vergegenwärtigen Sie, dass er sich wieder von Ihnen etwas holen will und dass das nicht richtig ist.

Und dass Sie ihn jetzt stoppen, mit der Energie, die in Ihrem Zorn steckt. Mit der Kraft, die Sie in Ihren Armen spüren. Und mit dem Willen, einen Schlussstrich zu setzen.

**Die Wut ist weg und Traurigkeit ist da**



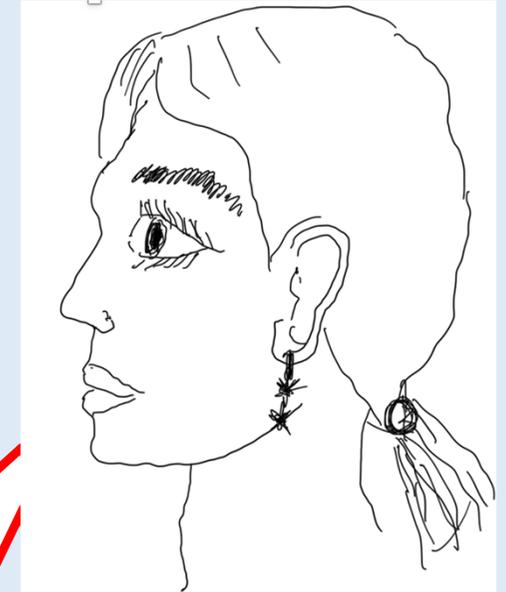
*(voll Tränen)* Du warst bedürftig,  
ich musste mich um Dich  
kümmern. Und ich hatte niemand,  
der mich tröstet und wirklich für  
mich da ist.



3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können:  
Spiegeln, welches Gefühl JETZT vom Körper ausgeht und fehlende Bedürfnisbefriedigung aussprechen

*(Die Spannkraft schwindet, sie sackt in sich zusammen):* Es macht Sie unendlich traurig, wenn Sie sich bewusst machen, dass Sie keinen Vater hatten, der für seine Tochter da ist, der spürt was sie braucht und ihr das gern gibt und so gut geben kann, dass sie sich gesehen, geborgen und beschützt fühlen kann.

*(sie bleibt bei ihrer Traurigkeit):* Ich hätte es gebraucht, dass Du siehst, wie allein gelassen ich mich von Dir und Mama fühlte, und dass Du mich in den Arm nimmst, um MICH zu trösten.



## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

- **Sie können ein Drehbuch eines Emotion Tracking schreiben.**

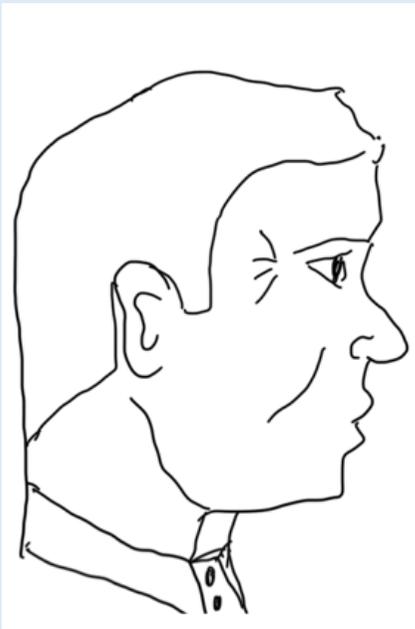
0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

1. Wie Sie beginnen

2. Wie Sie das Tracking durchführen

3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können

**4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren (Sie hätten gebraucht, ...)**



#### 4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren (Sie hätten gebraucht, ...)

*(Ich konzentriere mich auf das Bedürfnis und spreche empathisch aus, was der Patienten fehlte): **Sie hätten einen Vater gebraucht**, der sieht, wie allein seine Tochter sich fühlt, und der zu ihr kommt und Sie tröstet. Ein Vater, der die Tochter nicht zum Liebhaben braucht, der das mit seiner Frau austauscht und mit dieser glücklich ist.*

## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

- Sie können ein Drehbuch eines Emotion Tracking schreiben.

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

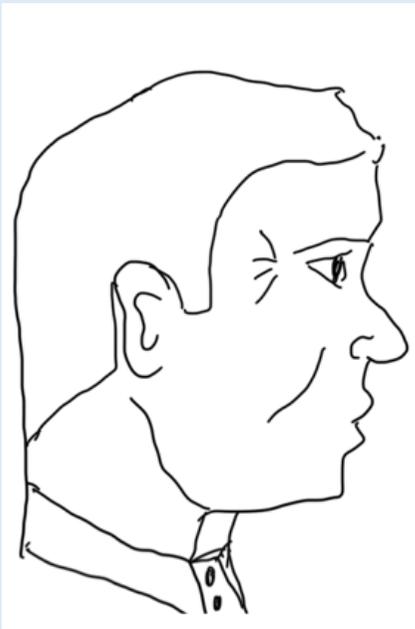
1. Wie Sie beginnen

2. Wie Sie das Tracking durchführen

3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können

4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren

**5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten**



## 5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten

Wenn Sie wollen, können wir in einer Imagination diesen Vater, den Sie gebraucht hätten, phantasieren.

*(zuerst zögerlich, dann bereit)*

Ja ich merke, dass ich das jetzt  
gern spüren würde.



## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

- **Sie können ein Drehbuch eines Emotion Tracking schreiben.**

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

1. Wie Sie beginnen

2. Wie Sie das Tracking durchführen

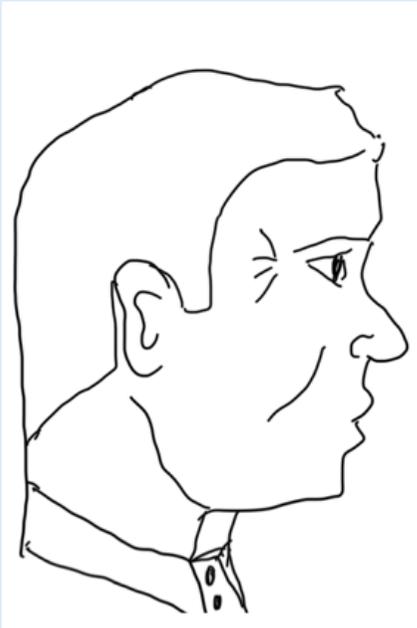
3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können

4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren

5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten

**6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen**

## 6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen



Lassen Sie zuerst ein inneres Bild des Vaters entstehen, so wie Sie ihn gebraucht hätten. Was hätte anders sein müssen als bei Ihrem realen Vater? **Wie sieht er aus, wie ist er als Mensch? Wie ist er zu Ihnen?**



*(langsam kommt sie in Schwung):* Er ist stark, selbstbewusst, holt sich woanders, was er braucht z.B. mit meiner Mutter als Liebespaar. Wenn er zu mir liebevoll ist, dann merke ich, dass das nicht für ihn sondern für mich als seinem Kind ist.

## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

- **Sie können ein Drehbuch eines Emotion Tracking schreiben.**

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

1. Wie Sie beginnen

2. Wie Sie das Tracking durchführen

3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können

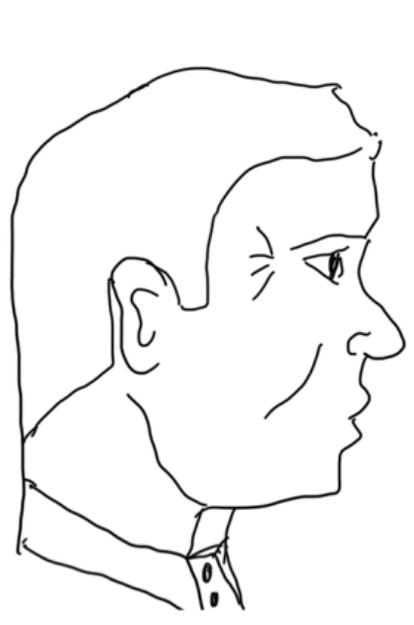
4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren

5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten

6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen

**7. Wie Sie den idealen Elternteil ins Therapiezimmer holen**

## 7. Wie Sie den idealen Elternteil ins Therapiezimmer holen



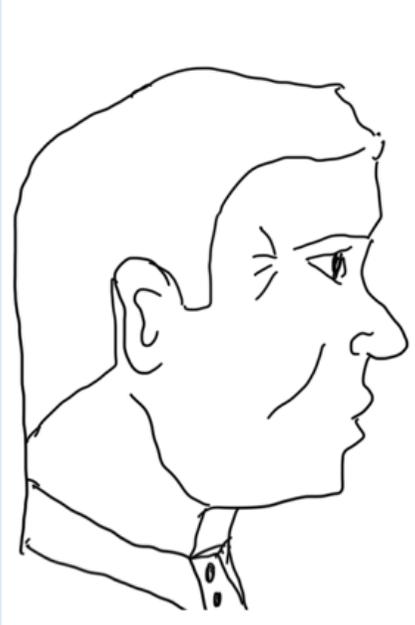
Jetzt haben Sie ein inneres Bild des idealen Vaters. Können Sie versuchen, sich vorzustellen, dass er **jetzt hier im Raum** wäre?

Ich versuche es mal. Ja  
ich sehe ihn.



## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)
  1. Wie Sie beginnen
  2. Wie Sie das Tracking durchführen
  3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können
  4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren
  5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten
  6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen
  7. Wie Sie den idealen Elternteil ins Therapiezimmer holen
- 8. Wie Sie ihn/sie am richtigen Ort auf die richtige Weise zum Stehen/Sitzen kommen lassen**



8. Wie Sie ihn/sie am richtigen Ort auf die richtige Weise zum Stehen/Sitzen kommen lassen

Wenn er hier im Raum wäre, **wo sollte er stehen oder sitzen?**



Ich möchte, dass er dicht  
hinter mir steht, seine  
Hände auf meinen  
Schultern.

## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

1. Wie Sie beginnen

2. Wie Sie das Tracking durchführen

3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können

4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren

5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten

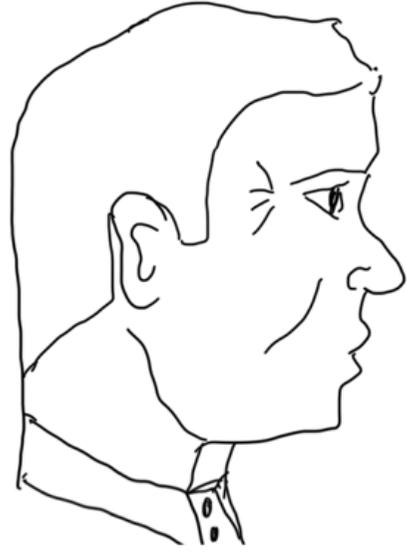
6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen

7. Wie Sie den idealen Elternteil ins Therapiezimmer holen

8. Wie Sie ihn/sie am richtigen Ort auf die richtige Weise zum Stehen/Sitzen kommen lassen

**9. Wie Sie körperliches Zueinander-Miteinander entstehen lassen**

## 9. Wie Sie körperliches Zueinander-Miteinander entstehen lassen



**Was wäre ein wohltuender Körperkontakt?**

Wollen Sie sich mal vorstellen, dass Sie Ihren Kopf zurücklehnen, so dass er ihn stützt?

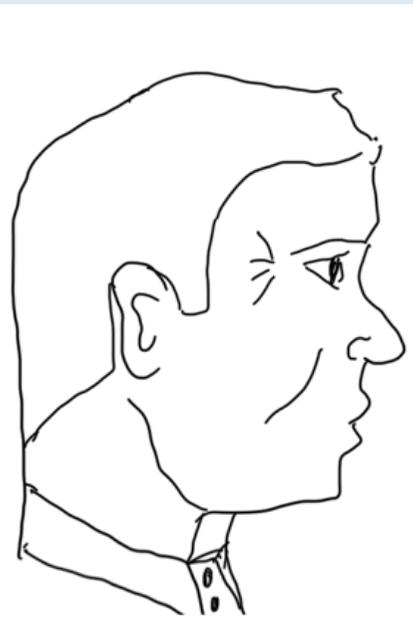


Ja das tut gut.

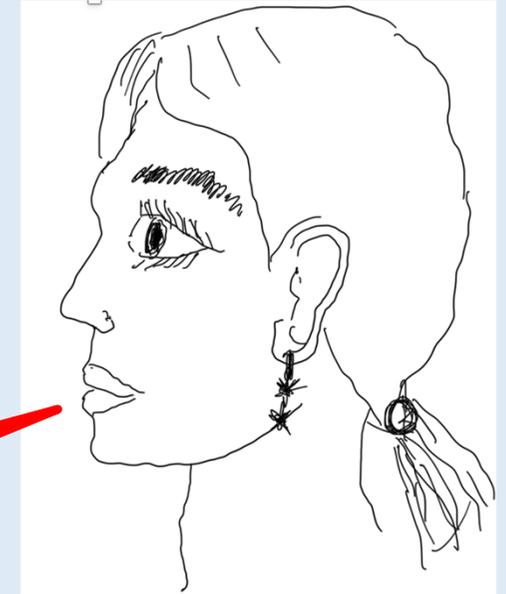
## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)
  1. Wie Sie beginnen
  2. Wie Sie das Tracking durchführen
  3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können
  4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren
  5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten
  6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen
  7. Wie Sie den idealen Elternteil ins Therapiezimmer holen
  8. Wie Sie ihn/sie am richtigen Ort auf die richtige Weise zum Stehen/Sitzen kommen lassen
  9. Wie Sie körperliches Zueinander-Miteinander entstehen lassen
10. Wie Sie bei all diesen Schritten auftretende Gefühle benennen

10. Wie Sie bei all diesen Schritten auftretende Gefühle bezeugen (Benennen und auslösenden Kontext aussprechen)



Wenn jemand Sie so sehen würde, könnte er sagen: „**Ich sehe, wie** Du Dich geschützt und unterstützt fühlst, wenn Du Dir vorstellst, dass Dein idealer Vater hier so stehen würde.“



Ja, ich fühle mich wirklich  
umsorgt, nicht allein,  
unterstützt und geschützt

## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

1. Wie Sie beginnen

2. Wie Sie das Tracking durchführen

3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können

4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren

5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten

6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen

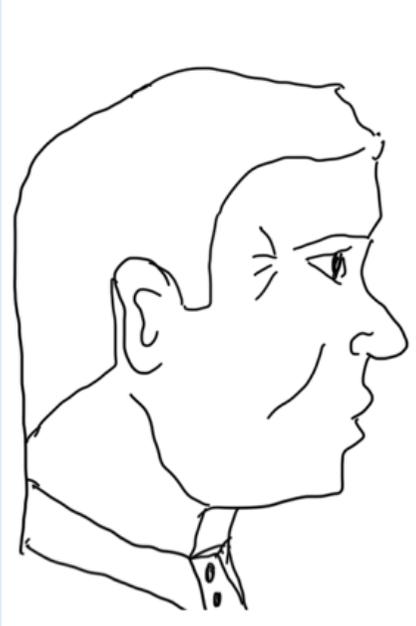
7. Wie Sie den idealen Elternteil ins Therapiezimmer holen

8. Wie Sie ihn/sie am richtigen Ort auf die richtige Weise zum Stehen/Sitzen kommen lassen

9. Wie Sie körperliches Zueinander-Miteinander entstehen lassen

10. Wie Sie bei all diesen Schritten auftretende Gefühle benennen

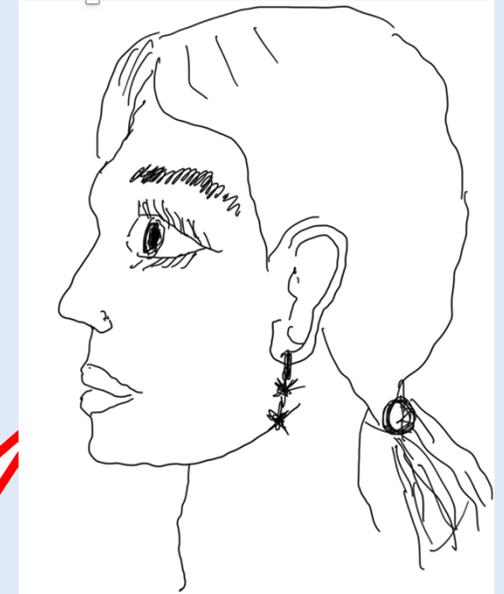
**11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)**



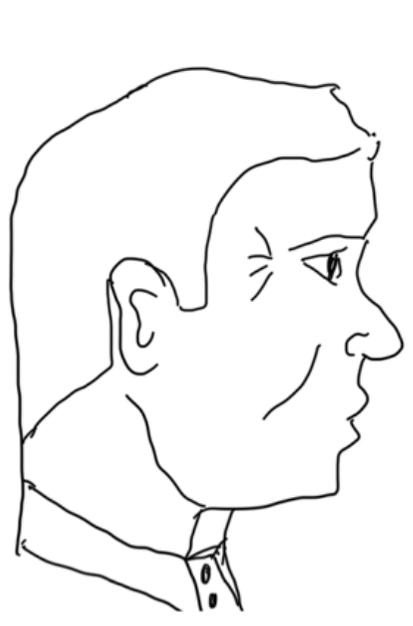
11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)

**Was könnte er sagen?**

Er soll sagen, dass er für mich da ist. Dass es ihm gut geht mit Mutter und sie sich beide geben, was sie brauchen. Dass ich nicht für ihn da sein muss.



## 11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)



Ich leihe ihm meine Stimme. Schauen Sie aber während dessen nicht zu mir:  
„Ich bin für Dich da. Mir geht es gut mit Deiner Mutter. Wir geben uns gegenseitig, was wir brauchen. Ich brauche nichts von Dir. Du musst nicht für mich da sein.“

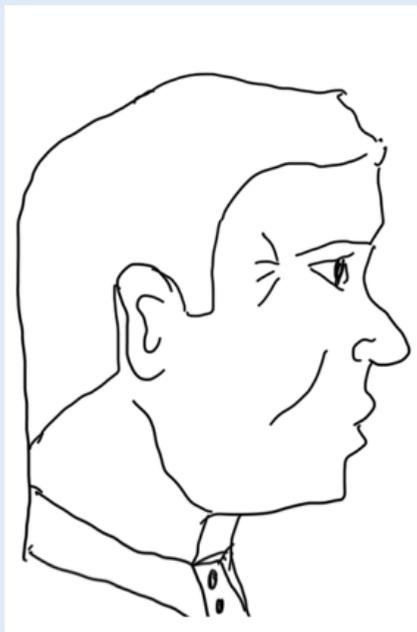


## 11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)

*(Ich spreche weiter für den Vater, den sie gebraucht hätte): „Ich sehe, wenn Du Dich allein fühlst. Und ich komme zu Dir und bin da. Du kannst Dich an mich lehnen und Dich gut aufgehoben fühlen bei mir.“*

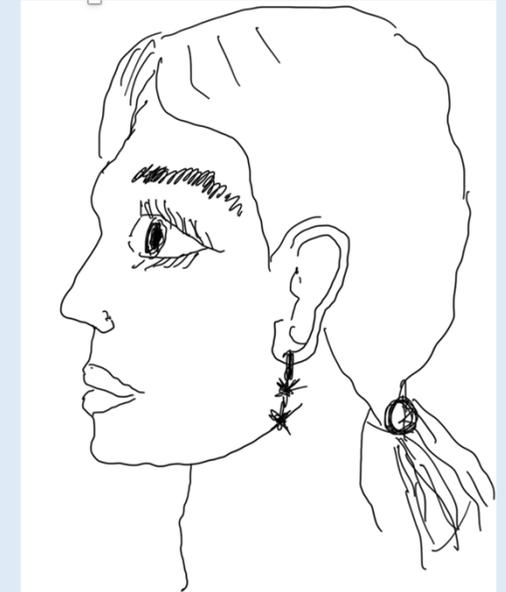


*(entspannt und ruhig, ganz in der Szene drin):* Da geht so viel Anspannung raus, endlich kann ich loslassen.

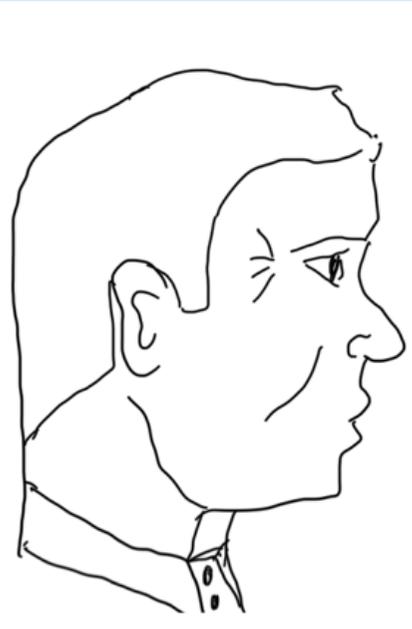


## 11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)

*(weiter dem idealen Vater meine Stimme leihend): „Deine Mutter und ich sind für Dich da, nicht umgekehrt!“*

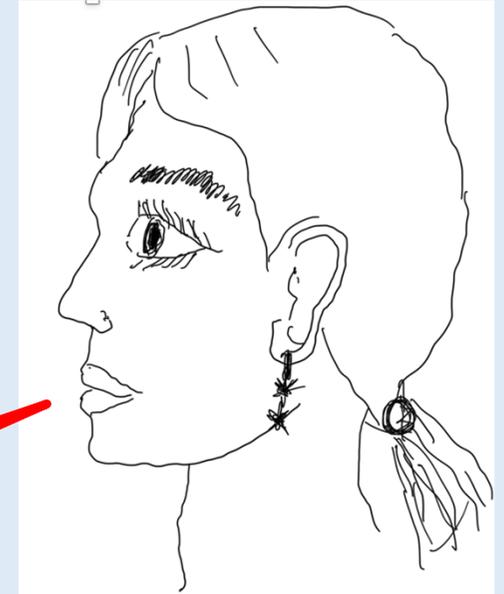


*(wieder kommen Tränen):* Und  
Ihr versteht Euch auch gut?

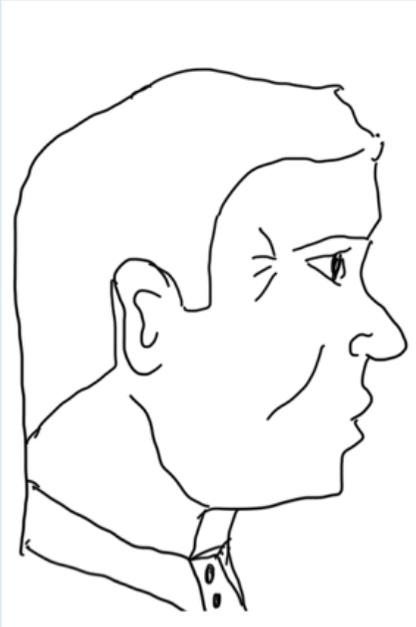


## 11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)

*(wieder dem idealen Vater die Stimme leihend): „Ja wir haben eine schöne Mann-Frau-Beziehung. Ich liebe Deine Mutter als meine Frau und Dich als meine Tochter.“*



Da geht es mir  
richtig gut mit Euch.



## 11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)

*(ich spreche wieder für den idealen Vater): „Ja wir sind ein glückliches Paar und wir sind glücklich, Dich als unsere Tochter zu haben.“*



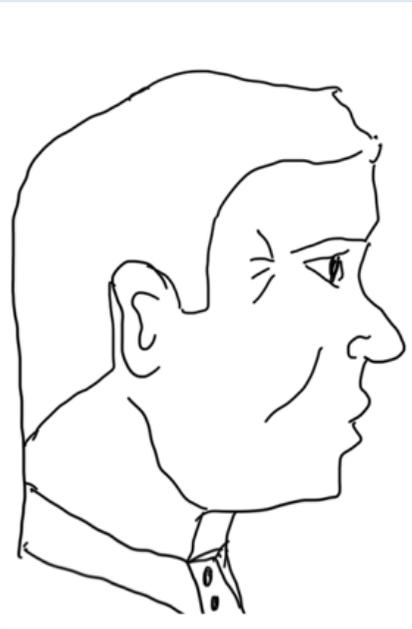
*(mit Tränen und Traurigkeit):* Das hat mir so gefehlt.

## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)

1. Wie Sie beginnen
2. Wie Sie das Tracking durchführen
3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können
4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren
5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten
6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen
7. Wie Sie den idealen Elternteil ins Therapiezimmer holen
8. Wie Sie ihn/sie am richtigen Ort auf die richtige Weise zum Stehen/Sitzen kommen lassen
9. Wie Sie körperliches Zueinander-Miteinander entstehen lassen
10. Wie Sie bei all diesen Schritten auftretende Gefühle benennen
11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)

**12. Wie Sie Traurigkeit, dass es im realen Leben nicht so war, validieren/bezeugen**



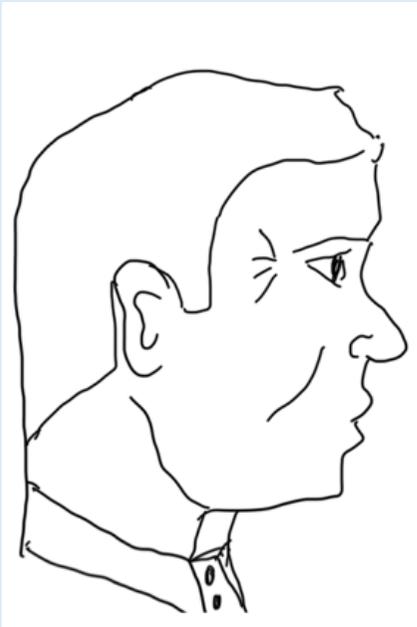
## 12. Wie Sie Traurigkeit, dass es im realen Leben nicht so war, validieren/bezeugen

*(nicht mehr für den idealen Vater sprechend):* **Es macht Sie so traurig und tut weh, dass es in Ihrem realen Leben nicht so war.**

Man könnte diesen Satz auch den Zeugen sagen lassen:  
„Ich sehe, wie traurig es Dich macht und wie weh es tut, dass es im realen Leben nicht so war.“

## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

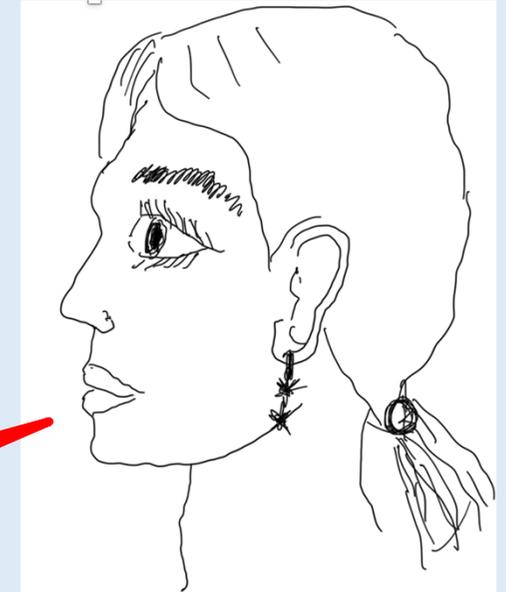
**12b. Nachdem Sie die Traurigkeit, dass es im realen Leben nicht so war, validiert haben, laden Sie den Patienten ein, wieder zurück zu der beglückenden Imagination mit den idealen Eltern zu kommen**



12b. Nachdem Sie die Traurigkeit, dass es im realen Leben nicht so war, validiert haben, laden Sie den Patienten ein, wieder zurück zu der beglückenden Imagination mit den idealen Eltern zu kommen

**Kehren Sie noch einmal zurück in die Imagination**, in die Situation mit dem Vater, den Sie gebraucht hätten. Geht das?

Gibt es noch andere Sätze, die Sie gern von ihm hören würden?

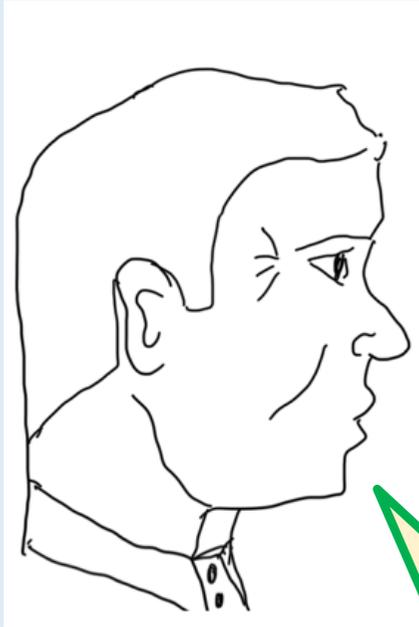


Ja, dass ich meiner selbst  
willen geliebt werde, so wie  
ich bin, ohne mich um die  
Eltern kümmern zu müssen.

## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)
1. Wie Sie beginnen
2. Wie Sie das Tracking durchführen
3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können
4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren
5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten
6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen
7. Wie Sie den idealen Elternteil ins Therapiezimmer holen
8. Wie Sie ihn/sie am richtigen Ort auf die richtige Weise zum Stehen/Sitzen kommen lassen
9. Wie Sie körperliches Zueinander-Miteinander entstehen lassen
10. Wie Sie bei all diesen Schritten auftretende Gefühle benennen
11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)
12. Wie Sie Traurigkeit, dass es im realen Leben nicht so war, validieren/bezeugen

### **13. Wie Sie beim vollkommenen Glück der Bedürfnisbefriedigung ankommen**



## 13. Sie Sie beim vollkommenen Glück der Bedürfnisbefriedigung ankommen

**Empathisch spüren Sie, was völlige Befriedigung wäre, was das beglückendste Erleben ist**

*Ich leihe dem idealen Vater noch einmal meine Stimme: „Wir lieben Dich genau so wie Du bist. Du darfst auch anstrengend sein, widerwillig sein, Dinge anders machen als wir meinen. Auch dafür lieben wir Dich.“*



Danke, das ist eine Erlösung. Ich fühle mich so gut, angekommen, bei dem, was ich wirklich gebraucht hätte.

## 4. Gesprächsleitfaden Emotion Tracking

0. Wie Sie sich darauf vorbereiten (siehe MVT-Handbuch 4)
1. Wie Sie beginnen
2. Wie Sie das Tracking durchführen
3. Wann und wie Sie das Gefühl bezeugen & spiegeln können
4. Wie und wann Sie das Antidot platzieren
5. Wie Sie zu den idealen Eltern überleiten
6. Wie Sie ein inneres Bild des idealen Vaters/der idealen Mutter entstehen lassen
7. Wie Sie den idealen Elternteil ins Therapiezimmer holen
8. Wie Sie ihn/sie am richtigen Ort auf die richtige Weise zum Stehen/Sitzen kommen lassen
9. Wie Sie körperliches Zueinander-Miteinander entstehen lassen
10. Wie Sie bei all diesen Schritten auftretende Gefühle benennen
11. Wie Sie den idealen Elternteil sprechen lassen (nach Wünschen des Pat.)
12. Wie Sie Traurigkeit, dass es im realen Leben nicht so war, validieren/bezeugen
13. Wie Sie beim vollkommenen Glück der Bedürfnisbefriedigung ankommen

**14. Wie Sie dem Pat. das gespeicherte Bild dieses Glücks zum häufigen Erinnern mitgeben**



14. Wie Sie dem Pat. das gespeicherte Bild dieses Glücks zum häufigen Erinnern mitgeben

Sie können sich **diesen Vater gut einprägen** und sich immer wieder an ihn erinnern - so oft Sie wollen. Sich einfach vorstellen, Sie hätten diesen Vater gehabt und hätten ihn noch. Einen Vater, der für Sie da ist.

Prägen Sie sich ein, was Sie gerade erlebt haben – **mit allen Sinnen**: das Gehörte, das vor dem inneren Auge Gesehene, das Körperliche.

# Das der Gesprächsleitfaden des Emotion Tracking

**Konnten Sie den jeweils nächsten Schritt formulieren?  
Ist ein Gefühl für die Abfolge der Interventionen  
entstanden?  
Nehmen Sie die 14 Punkte als Spickzettel in Ihr  
nächstes Gespräch mit!**

# LITERATUR: 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 Achtsamkeit 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

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.

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

Serge K. D. Sulz

## Heilung und Wachstum der verletzten Seele

Praxisleitfaden  
Mentalisierungsfördernde  
Verhaltenstherapie



ww



Cp  Psychosozial-Verlag

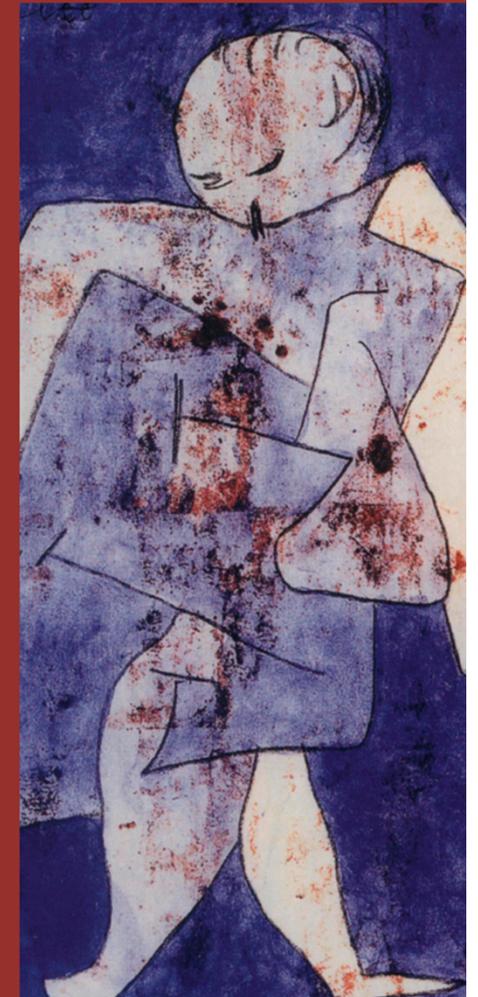
# Serge Sulz: Mit Gefühlen umgehen

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 dazu geholt 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 wird. Emotionsexposition mit Wut- und Trauerexposition nehmen dabei eine entscheidende Rolle ein.

Serge K.D. Sulz

## Mit Gefühlen umgehen

Praxis der Emotionsregulation  
in der Psychotherapie



Serge K.D. Sulz

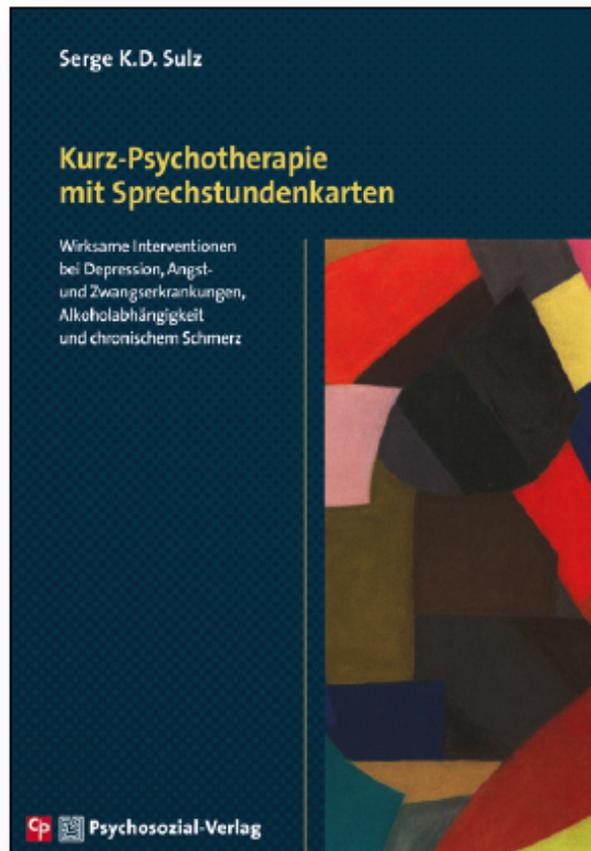
# PKP Kurz-Psychotherapie mit Sprechstundenkarten

Wirksame Interventionen bei Depression, Angst- und Zwangserkrankungen, Alkoholabhängigkeit und chronischem Schmerz

ca. 150 Seiten · Broschur · 22,90 € (D) · 23,60 € (A)

ISBN 978-3-8379-3019-1 · ISBN E-Book 978-3-8379-7714-1

Buchreihe: CIP-Medien · Erscheint im Oktober 2020



Jenseits der Richtlinienpsychotherapie benötigen Psychiatrische Kliniken, Ambulanzen und Praxen kurze Interventionen, die im 20-Minuten-Setting der Sprechstunde und der Klinikvisite wirksam einsetzbar sind und die beim nächsten Gespräch nahtlos weitergeführt werden können. Die Psychiatrische Kurz-Psychotherapie PKP bietet evidenzbasierte störungsspezifische Psychotherapie bei Depression, Angst, Zwang, Alkoholabhängigkeit und chronischem Schmerz.

Serge K. D. Sulz gibt eine Einführung in und einen Überblick über die Psychiatrische Kurz-Psychotherapie und verbindet dabei die Störungs- und Therapietheorie mit der Praxis. Er verdeutlicht, dass eine systematische psychotherapeutische Behandlung durch kurze Interventionen möglich ist, die aufeinander aufbauen. Sprechstunden- oder Therapiekarten stellen dabei einen zentralen Bestandteil dar und führen durch die Behandlung. Diese können sowohl in 24 x 20-Minuten-Settings als auch in 12 x 50-Minuten-Sitzungen eingesetzt werden. Der Autor bietet einen Praxis-Leitfaden, der hilft, sofort die richtigen Interventionen wirksam einzusetzen.



Kurzzeittherapie ist eine Kunst, wenn sie erreichen soll, dass der Patient anschließend keine weitere Therapie mehr braucht.

Sie wird effektiv, wenn strategisch vorgegangen wird – nachdem ein tiefes und recht umfassendes Verständnis des Menschen zu einer stimmigen Fallkonzeption geführt hat.

Die Strategie wirksamer Kurzzeittherapie

- gründet auf einem tiefen Verständnis des Patienten,
- entspringt einem ganzheitlichen integrativen Menschenbild,
- konzipiert klar den Therapiefall,
- ist in der Anwendung auf den individuellen Menschen bezogen,
- geht einerseits empathisch mit dessen emotionalem Erleben mit,
- fordert ihn andererseits zu neuen Wagnissen heraus,
- die ihm die Erfahrung vermitteln, dass er einer sein darf und kann,
- der sein Leben und seine Beziehungen selbstbestimmt auf eine neue Weise angeht

# Sulz Gute Verhaltenstherapie lernen und beherrschen Band 1

Gute Verhaltenstherapie  
lernen und beherrschen - Band 1

Verhaltenstherapie-Wissen:  
So gelangen Sie zu einem  
tiefen Verständnis des Menschen  
und seiner Symptome

Serge K. D. Sulz

## **Serge Sulz Gute Verhaltenstherapie lernen und beherrschen - Band 1**

### **Verhaltenstherapie-Wissen: So gelangen Sie zu einem tiefen Verständnis des Menschen und seiner Symptome**

Wer nichts weiß, kann auch nichts. Wer nichts verstanden hat, kann keine Therapie machen. Um zu dem notwendigen tiefen Verständnis des Menschen zu gelangen, der zu Ihnen in Psychotherapie kommt, ist ein profundes Wissen unverzichtbar. Da ist einerseits die umfangreiche empirische Forschung aus Psychologie und Neurobiologie und andererseits die aktuelle wissenschaftliche Erkenntnis und Theoriebildung.

Hier wird nur das für die Psychotherapie Wichtigste aufgegriffen und zusammengefasst - was unbedingt benötigt wird, um die menschliche Psyche und die Bedingungen psychischer und psychosomatischer Symptombildung zu verstehen. Es handelt sich um eine Auswahl für eine Wissensbasis, die hilft, zu einer stimmigen Fallkonzeption, einer klaren Therapiestrategie und einer effektiven Behandlung für die eigenen Patienten zu gelangen und eine sichere und souveräne therapeutische Haltung einzunehmen. Wissen, das man gern mit sich herumträgt.

# Sulz Gute Verhaltenstherapie lernen und beherrschen Band 2

**Serge Sulz**

**Gute Verhaltenstherapie lernen und beherrschen -  
Band 2**

**Verhaltenstherapie-Praxis: Alles was Sie für eine gute  
Therapie brauchen**

Moderne kognitive Verhaltenstherapie mit ihren störungsspezifischen evidenzbasierten Therapien und ihren vielfach evaluierten störungsübergreifenden Interventionen und der Wirkungskraft des Expositionsprinzips einerseits; andererseits auf dem Erkenntnis- und Kompetenzstand der heutigen Verhaltenstherapie der dritten Welle, fokussiert auf Emotionsregulation, korrigierenden Beziehungserfahrungen, Metakognition und Entwicklung des Denkens und Fühlens; dazu die Perspektive der ebenfalls evidenzbasierten Strategisch-Behavioralen Therapie – schemaanalytisch (dysfunktionale Überlebensregel) und funktionsanalytisch (Reaktionskette zum Symptom): Das ist der Verstehenshintergrund, vor dem alle wichtigen Interventionen für alle praktischen Therapie-Schritte und Interventionen anschaulich beschrieben werden – von der ersten Therapiestunde mit dem ersten Patienten an. Ein Therapiebuch als ständiger Begleiter.

Gute Verhaltenstherapie  
lernen und beherrschen - **Band 2**

Verhaltenstherapie-Praxis:  
Alles was Sie für eine gute  
Therapie brauchen

Serge K. D. Sulz

# Verhaltensdiagnostik und Fallkonzeption

VERHALTENS-  
ANALYSE

ZIEL-  
ANALYSE

THERAPIE-  
PLAN

NEUE  
ANTRAG-  
STELLUNG  
NACH DEN  
RICHTLINIEN

VOM  
APRIL 2017

Bericht an die GutachterIn  
und Antragstellung

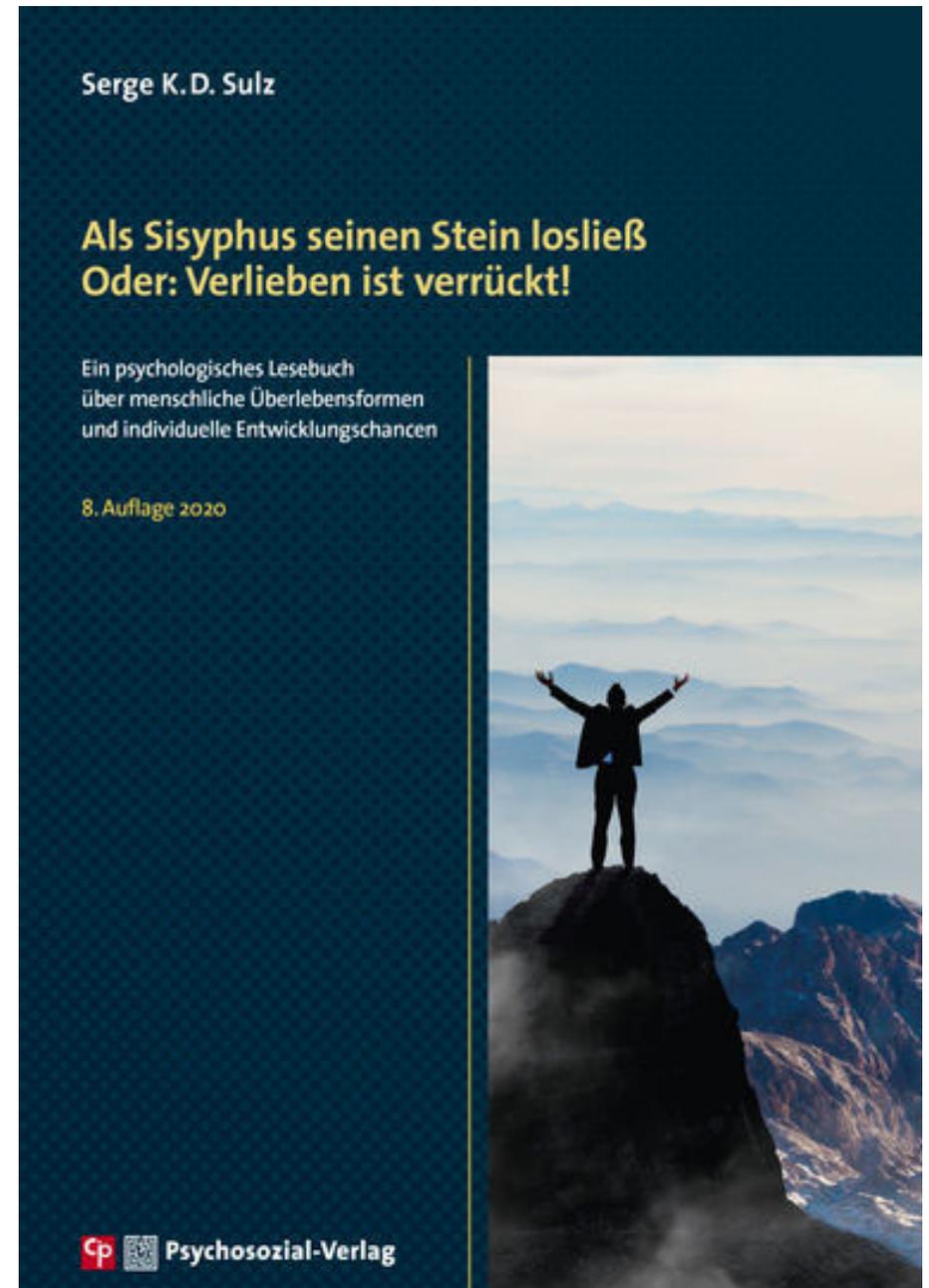
VDS-Handbuch – Neuauflage (7. Auflage)

**M** CIP-  
MEDIEN

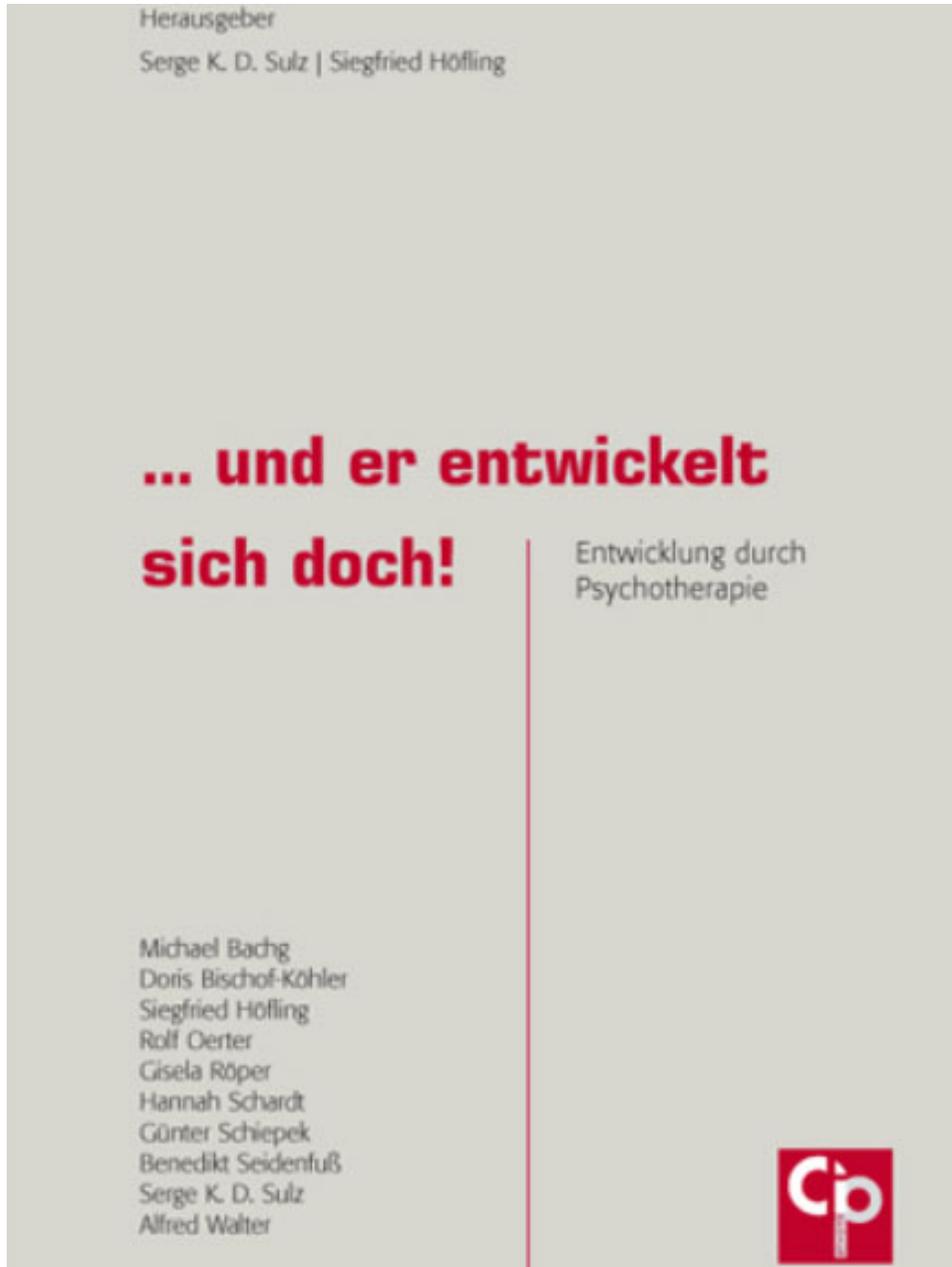
Das Handbuch *Verhaltensdiagnostik und Fallkonzeption* zum Anfertigen der Verhaltensanalyse, der Zielanalyse und des Therapieplans sowie zum Schreiben der Falldokumentation in der Aus- und Weiterbildung Verhaltenstherapie. Von der Erstuntersuchung, der Befunderhebung, der Anamnese, der Verhaltensbeobachtung, die Diagnosestellung über Verhaltens-, Zielanalyse und Therapieplanung findet sich alles Benötigte. Mit ausführlichen Beispiel-Falldokumentationen und anschaulichen Störungsmodellen etc. Wer weitere Hilfestellung haben möchte, a) kann den [NEUEN Leitfaden Bericht an die GutachterIn VT-Langzeittherapie](#) herunterladen b) sei auf unsere Antragstellung-Software [VDS-Report](#) verwiesen, die hilft, die neuen Kassenanträge schnell und qualifiziert zu schreiben.

# Serge Sulz: Als Sisyphus seinen Stein losließ. Oder: Verlieben ist verrückt. Psychosozial-Verlag

Persönlichkeitsentfaltung ist verknüpft mit Erfolg sowohl im Beruf als auch in privaten Beziehungen. Dieses Buch hilft, individuelle Hindernisse der Entfaltung der Persönlichkeit zu entdecken und so den Weg zu ebnen für eine Persönlichkeit, die sich von unnötigen Ketten befreit und so eigene Kräfte und Begabungen optimal für die selbst gesteckten Lebensziele einsetzen kann: Die Befreiung des emotionalen Sisyphus in uns.



# Das Buch zur Entwicklung



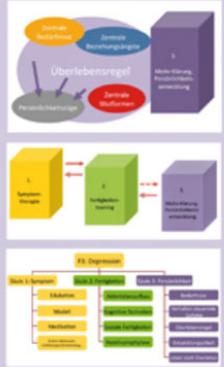
Erst wenn etwas da ist, kann es lernend überformt werden. Entwicklung ist ein fast durchgängig vernachlässigter Aspekt in der Psychotherapie Erwachsener. Auch wenn Therapeuten es nicht wahrhaben, ihre Patienten entwickeln sich doch. Psychotherapie beginnt mit der profunden Kenntnis der kindlichen Entwicklung und deren Störungen. Und sie endet mit der Förderung der Weiterentwicklung des Erwachsenen – durch Überwindung seiner Entwicklungsdefizite.

Serge K. D. Sulz



# Psychotherapie-Grundkurs und Praxisleitfaden: Therapie-Durchführung in Klinik und Praxis

PKP-Handbuch



Serge K. D. Sulz  
Miriam Sichart-Hebing  
Petra Jänsch




# Psychotherapiekarten für die Praxis

## Angst & Zwang

PKP-Handbuch



Serge K. D. Sulz  
Beate Deckert



# Psychotherapiekarten für die Praxis

## Depression

PKP-Handbuch



Serge K. D. Sulz  
Unter Mitarbeit der Arbeitsgruppe Sucht



# Psychotherapiekarten für die Praxis

## Alkoholabhängigkeit

PKP-Handbuch




Vielen Dank!  
Und ...



Willkommen in der Kunst  
der modernen Entwicklungspsychotherapie  
und der  
mentalisierungsfördernden  
Verhaltenstherapie

Sie erreichen mich so:

Prof. Dr. Dr. Serge Sulz

Nymphenburger Str. 155

80634 München

Tel. 0171-3615543

[Prof.Sulz@eupehs.org](mailto:Prof.Sulz@eupehs.org)

[www.eupehs.org](http://www.eupehs.org)

Literatur siehe Sulz 2017b,c, 2021

# Literatur

- Asendorpf, J.B., Banse, R., Wilpers, S. & Neyer, F.J.(1997). Beziehungsspezifische Bindungsskalen für Erwachsene und ihre Validierung durch Netzwerk- und Tagebuchverfahren. *Diagnostica*, 43 (4), 289-313.
- Pessa A., Perquin L. (2008): *Die Bühnen des Bewusstseins. Oder: Werden wer wir wirklich sind.* München: CIP-Medien
- Sulz S. K. D. (2017a). *Gute Kurzzeittherapie in 12 plus 12 Stunden. Für PsychotherapeutInnen, die sich in Kurzzeittherapie einarbeiten wollen.* München: CIP-Medien
- Sulz S. K. D. (2017b). *Gute Verhaltenstherapie lernen und beherrschen - Band 1: Verhaltenstherapie-Wissen: So gelangen Sie zu einem tiefen Verständnis des Menschen und seiner Symptome.* München: CIP-Medien
- Sulz S. K. D. (2017c). *Gute Verhaltenstherapie lernen und beherrschen - Band 2: Verhaltenstherapie-Praxis: Alles was Sie für eine gute Therapie brauchen.* München: CIP-Medien
- Sulz S. K. D. (2021). *Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie MVT.* Gießen: Psychosozialverlag
- Sulz S. K. D. (2022). *Heilung und Wachstum der verletzten Seele. Praxisleitfaden Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie.* Gießen: Psychosozialverlag
- Sulz S (2009): *Als Sisyphus seinen Stein losließ – Oder: Verlieben ist verrückt.* München: CIP-Medien
- Sulz S (2009): *Praxismanual zur Strategische Kurzzeittherapie.* München: CIP-Medien
- Sulz, S. (2005). Gehirn, Emotion und Körper. In S. Sulz, L. Schrenker & C. Schrickler (Hrsg.), *Die Psychotherapie entdeckt den Körper- oder: Keine Psychotherapie ohne Körperarbeit?* (S. 3-23). München: CIP-Medien.
- Sulz S (2006): *Supervision und Intervision in Klinik, Ambulanz und Ausbildung.* München: CIP-Medien
- Sulz, S. & Lenz, G. (Hrsg.). (2000). *Von der Kognition zur Emotion. Psychotherapie mit Gefühlen.* München: CIP-Medien.
- Sulz, S. & Sulz, J. (2005). *Emotionen. Gefühle erkennen, verstehen und handhaben.* München: CIP-Medien.
- Sulz S., Schrenker L. & Schrickler C. (Hrsg. 2005) *Die Psychotherapie entdeckt den Körper- oder: Keine Psychotherapie ohne Körperarbeit?* Gießen: Psychosozial-Verlag
- Sulz, S. K. D., Richter-Benedikt, A. J. & Hebing, M. (2010). Mentalisierung und Metakognitionen als Entwicklungs- und Therapieparadigma in der Strategisch-Behavioralen Therapie. *Psychotherapie in Psychiatrie, Psychotherapeutischer Medizin und Klinischer Psychologie*, 15(1), 117-126.