

Übung ET5

Th Ganzes Emotion Tracking
Fallbeispiel Herr C
mit Erläuterungen

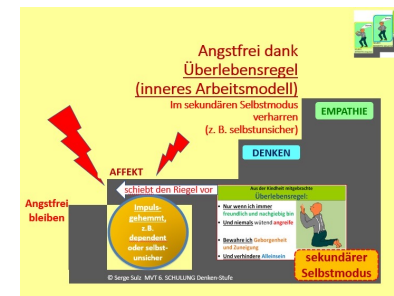
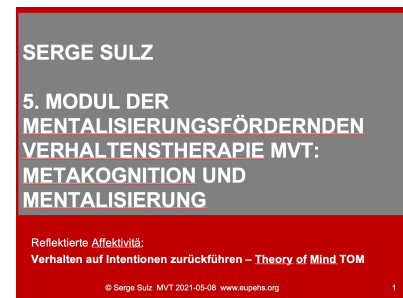
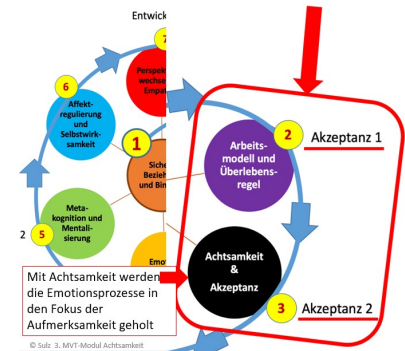
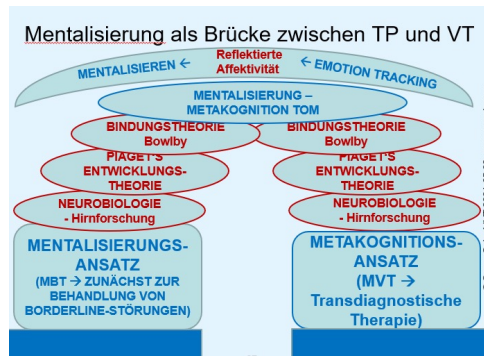
Das sollten Sie zuvor gelesen haben

- 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 Bedürfnisse: S. 92 – 122
- Sulz S. (2017b). Sulz S. K. D. (2021). Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie. Gießen: Psychosozial-Verlag
- **Kapitel 4: Mentalisierung 1 – Emotion Tracking S. 293-326**

→ Damit Sie **Bedürfnisse** hinreichend gut kennen

Bitte vor dem Üben anschauen:

8 Videovorträge auf Youtube: „Serge Sulz MVT“



Übung 13 Instruktion ALLE

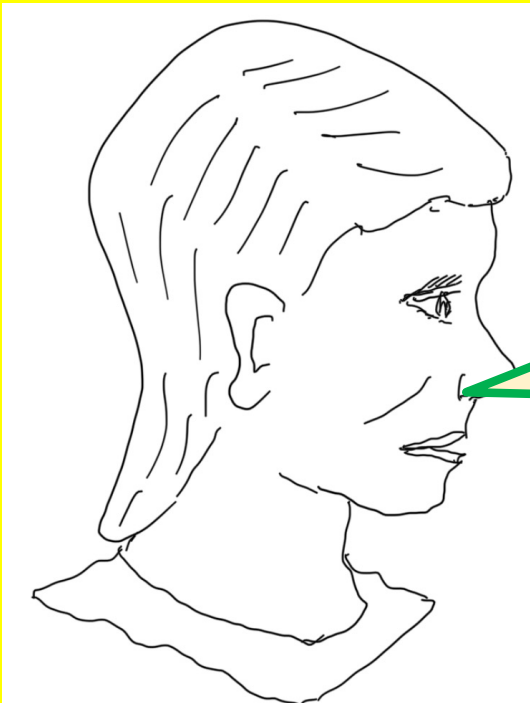
Sie finden jetzt ein Emotion Tracking mit Herrn C und seiner Therapeutin

- Sie werden aufgefordert, auf die Aussage des Patienten als Therapeut*in zu reagieren, zu antworten
- Richtung und Inhalt Ihres Satzes werden vorgeschlagen,
- So dass es nur noch darum geht, dies in eigene Worte zu fassen
- Sie üben als TherapeutIn mit dem Patienten zu sprechen,
- So dass Ihr Gespräch Emotion Tracking ist

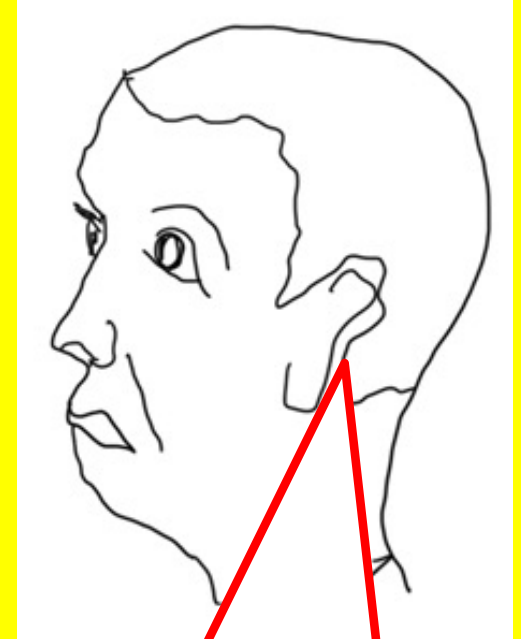
ÜBUNG 13

HANDOUT

Seite 21ff



*Als Ihre Therapeutin
höre ich Ihnen
aufmerksam zu*



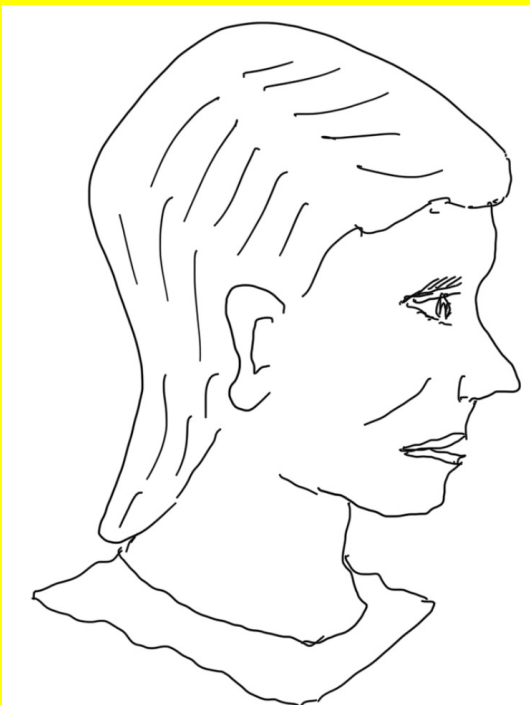
Übungsbeispiel Herr C

Er beginnt über die
problematische
Beziehung zu seinem
Vater zu sprechen

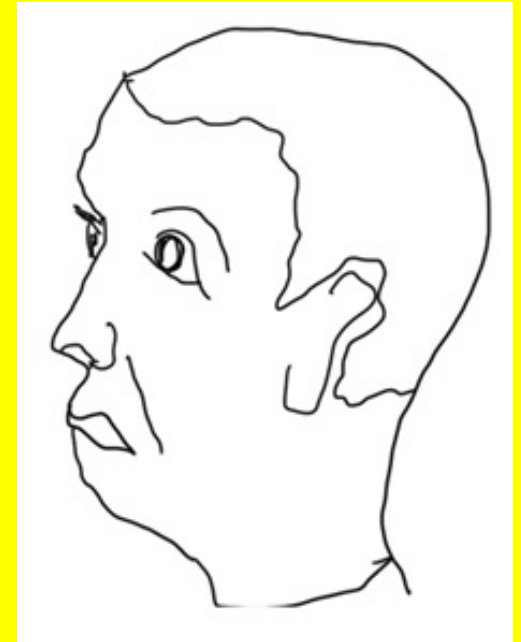
Gruppe zu zweit:

Sie führen das Beispielgespräch in der Therapeutenrolle!

- Hören Sie gut zu.
- Lassen Sie die Erzählung des Patienten auf sich wirken, als ob er es Ihnen erzählen würde.
- Gehen Sie mit Ihren Gefühlen ganz mit.
- Vielleicht entstehen innere Bilder vom berichteten Geschehen.
- Merken Sie sich seine Worte gut, denn Sie müssen ihm diese markiert und wörtlich spiegeln.
- Sprechen Sie anschließend meine Antwort-Empfehlung laut aus. *Aktives Lernen besteht nicht nur aus Lesen, sondern erfordert Ihre Aktion: Das Sprechen.*



Sie sind seine
Therapeutin,
hören gut zu und
antworten ihm:

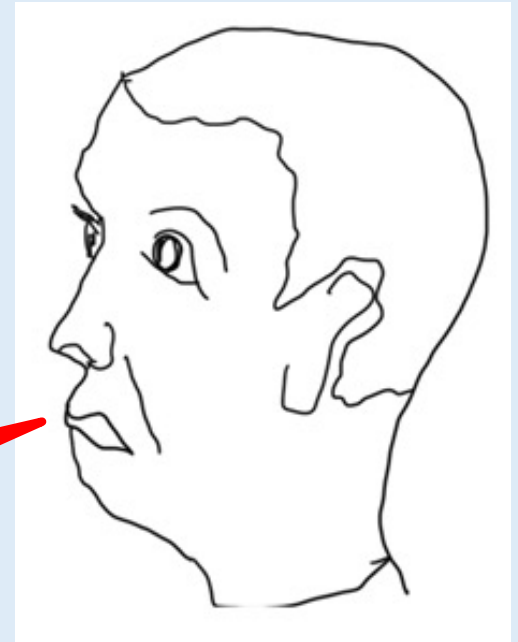


Übungsbeispiel Herr C

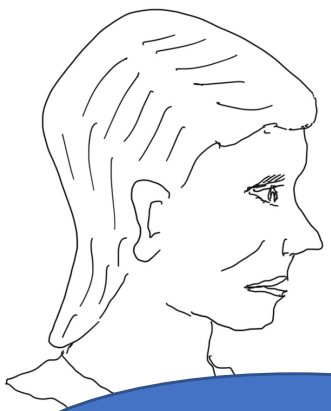
Herr C ist Bildungsberater bei einer gemeinnützigen Einrichtung – durchaus erfolgreich und sehr kompetent. Er hätte am liebsten Musik studiert, traute es sich aber nicht zu.

Er beginnt über die problematische Beziehung zu seinem Vater zu sprechen

Übungsbeispiel 1



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



SIE
ANTWORTEN

Übungsbeispiel 2

Sagen Sie ihm, dass es ein wichtiges Thema ist und Sie bereit sind, ihm zuzuhören

.....
.....

Achtung!

Nicht zurückblättern, sondern sehr aufmerksam hören, was er sagt!

Und sich das in seinen Worten merken!

Sie müssen es ihm gleich spiegeln!

Übungsbeispiel 2

Sie sagen ihm, dass es ein wichtiges Thema ist und dass Sie bereit sind, ihm zuzuhören

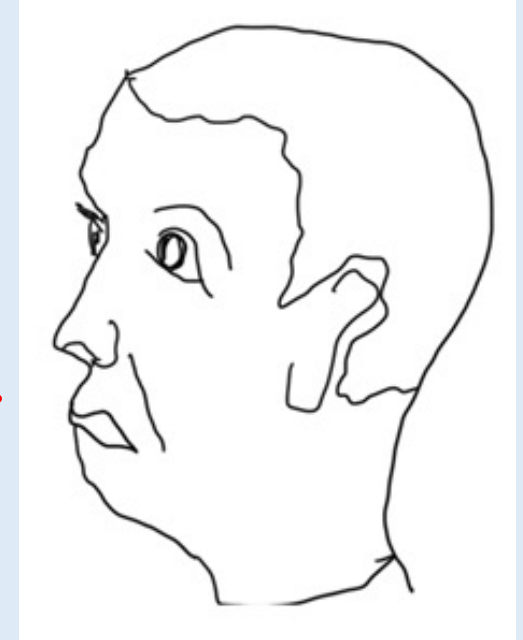
ANTWORT
EMPFEHLUNG

**Sprechen Sie
diesen Satz
noch einmal
laut aus!**

Oh ja, das ist ein sehr wichtiges Thema für Sie. Beginnen Sie zu erzählen.

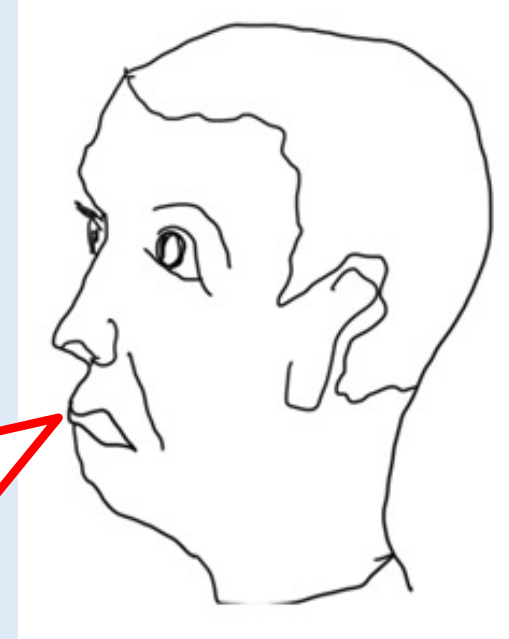
Übungsbeispiel 3

Er hat mich letzte Woche in Berlin besucht. Jetzt wo er berentet ist, ist ihm langweilig und er ruft mich öfter an. Das ist früher nie geschehen.



Übungsbeispiel 4

(mit Tränen in den Augen): Immer gab es Wichtigeres als mich. Immer musste ich um etwas Zeit betteln und nie hat er dann wirklich zugehört. Das hat so weh getan! Ich wundere mich, dass es immer noch so weh tut.

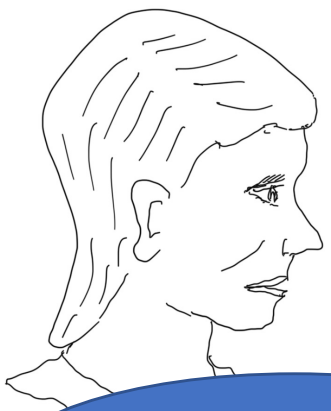


Achtung!

Hören Sie sehr aufmerksam zu, was er sagt!

Merken Sie sich das in seinen Worten!

Sie müssen es ihm gleich spiegeln! (möglichst wörtlich)



SIE
ANTWORTEN

Übungsbeispiel 5

Sie wiederholen: Was war es, was
ihm so weh getan hat?

Und Sie spiegeln ihm, dass es ihn
wundert

.....
.....

Achtung!

Spiegeln Sie es ihm möglichst in seinen Worten!

Übungsbeispiel 5

Sie wiederholen: Was war es, was ihm so weh getan hat?

Und Sie spiegeln ihm, dass es ihn wundert

ANTWORT
EMPFEHLUNG

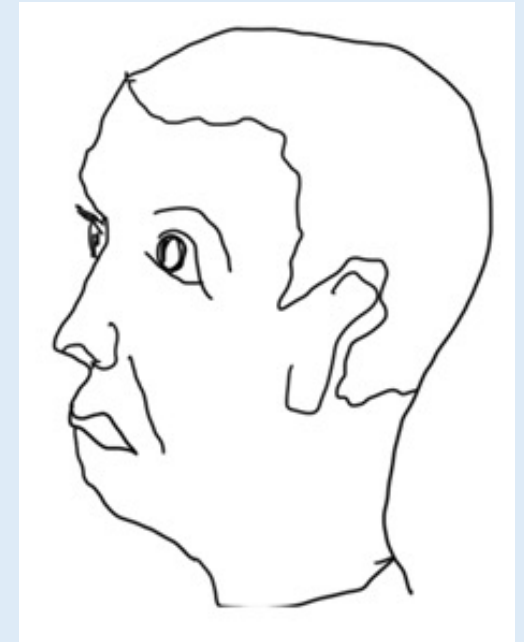
**Sprechen Sie
diesen Satz noch
einmal laut aus!**

Es hat Ihnen so weh getan, dass es immer Wichtigeres als Sie gab. Dass Sie immer um Zeit betteln mussten und er dann nie wirklich zugehört hat. Sie wundern sich, dass es immer noch so weh tut.

Was war dabei wichtig?

- Damals hat so weh getan, dass es für den Vater immer Wichtigeres gab, dass er um Zeit betteln musste und der Vater dann nie zugehört hat.
- Als TherapeutIn spiegeln Sie ihm nicht den Schmerz von damals. Der ist Kontext, den Sie erwähnen so wie das Betteln müssen und nie Zuhören des Vaters.
- Jetzt ist nur ein Gefühl von Verwunderung da. Dieses jetzige Gefühl (live wäre es im Gesicht erkennbar) spiegeln Sie ihm.

Übungsbeispiel 6



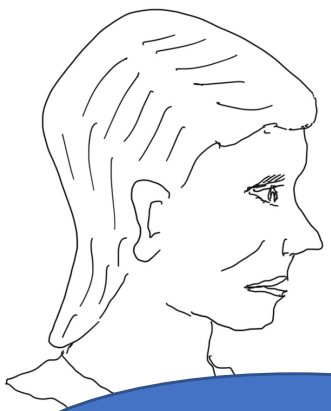
Ja ich staune darüber und schüttele den Kopf – auch weil ich es so unfassbar finde, dass ein Vater so mit seinem Sohn umgeht.

Achtung!

Hören Sie sehr aufmerksam zu, was er sagt!

Merken Sie sich das in seinen Worten!

Sie müssen es ihm gleich spiegeln! (möglichst wörtlich)



SIE
ANTWORTEN

Übungsbeispiel 7
Sie spiegeln sein Erstaunen,
entdecken auch Ärger im Gesicht
und hören den ärgerlichen Ton

.....
.....

Übungsbeispiel 7

Sie spiegeln sein Erstaunen, entdecken auch Ärger im Gesicht und hören den ärgerlichen Ton

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Sie staunen darüber und finden es unfassbar, dass ein Vater so mit seinem Sohn umgeht und werden jetzt sehr ärgerlich.

Was war dabei wichtig?

- Sie greifen das gegenwärtige Gefühl (Ärger) auf und spiegeln das:
- Sie ärgern sich sehr
- Sie fügen den Kontext hinzu:
- Sie finden es unfassbar, dass ein Vater so mit seinem Sohn umgeht

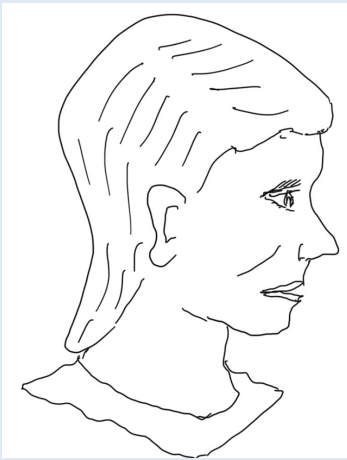
Dadurch fühlt er sich gesehen, verstanden und akzeptiert mit seinem Ärger.

Metakognitiv nimmt er die Erkenntnis mit, dass die Erinnerung an Vaters Verhalten seinen Ärger verursacht hat.

Übungsbeispiel 8



Ich bin richtig wütend! Ich habe so eine große Wut!



SIE
ANTWORTEN

Übungsbeispiel 9
Sie sehen die Wut im Gesicht und
die geballten Fäuste als Beginn
eines Bewegungsimpulses und
fragen welche Bewegung entstehen
will

.....
.....

Übungsbeispiel 9

Sie sehen die Wut im Gesicht und die geballten Fäuste als Beginn eines Bewegungsimpulses und fragen welche Bewegung entstehen will

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Sie haben so eine große Wut, dass die Wut vielleicht am liebsten etwas machen möchte, auch wenn Sie es nie tun würden. Welche Bewegung will entstehen, was will die Wut tun?

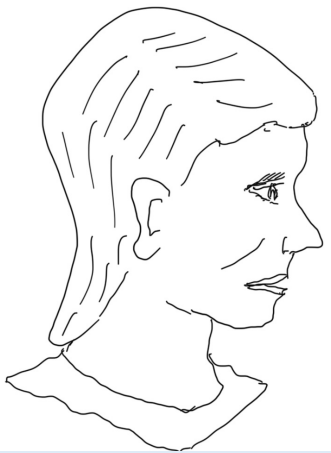
Was war dabei wichtig?

- Sie spiegeln das gegenwärtige Gefühl (Wut):
- *„Sie haben so eine große Wut“*
- Sie fügen den beginnenden Handlungsimpuls hinzu:
- *„dass die Wut vielleicht am liebsten etwas machen möchte“*
- Sie weisen darauf hin, dass der anstehende Wutimpuls zwar in ihm steckt, in einer realen Begegnung jedoch *„Sie es nie tun würden.“*
- Und Sie fragen, welcher Bewegungsimpuls aus den geballten Fäusten entstehen mag.

Übungsbeispiel 10



Ich möchte ihn packen und schütteln, damit er endlich kapiert, was er da macht.



Übungsbeispiel 11
Sie hören und sehen die Wut und
welcher Bewegungsimpuls
entstehen will und fragen ihn, ob
er es mal ausprobieren will

SIE
ANTWORTEN

.....
.....

Übungsbeispiel 11

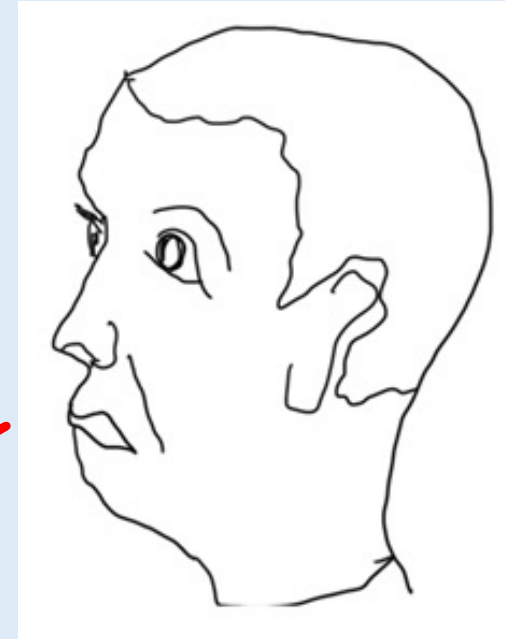
Sie hören und sehen die Wut und welcher Bewegungsimpuls entstehen will

ANTWORT
EMPFEHLUNG

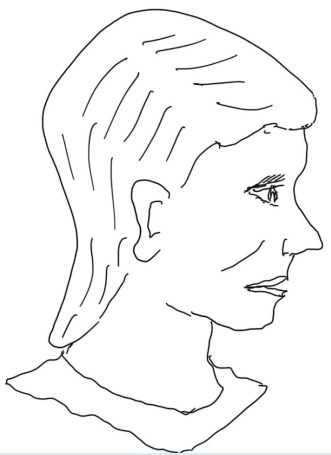
Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Ihre Wut will ihn packen und schütteln, damit er endlich kapiert, was er da macht. Wollen Sie das mal in der Phantasie ausprobieren?

Übungsbeispiel 12



Ja.



Übungsbeispiel 13
Jetzt laden Sie ihn ein, die wütende
Handlung halb imaginativ und halb
szenisch auszuprobieren. Dazu muss
er aufstehen.

SIE
ANTWORTEN

.....
.....

Übungsbeispiel 13

Jetzt laden Sie ihn ein, die wütende Handlung halb imaginativ und halb szenisch auszuprobieren. Dazu muss er aufstehen.

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Dazu können Sie aufstehen und sich vorstellen, dass er vor Ihnen steht, sich lieber Wichtigerem zuwenden möchte und Ihnen nicht richtig zuhört. Sind Sie soweit?

Was war dabei wichtig?

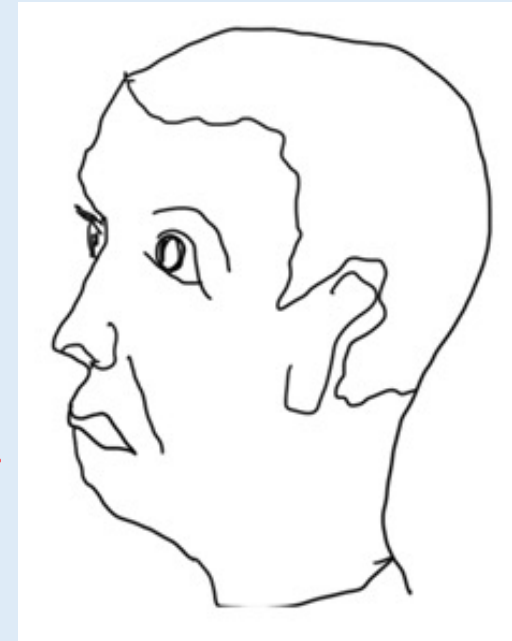
Jetzt leiten Sie eine Wut-Exposition ein.

- Hier übernehmen Sie die Regie und leiten ihn an.
- Zuvor haben Sie ihm nonverbal die Erlaubnis vermittelt, dass er sehr wütend sein darf und dass er einen körperlichen Wutimpuls haben darf.

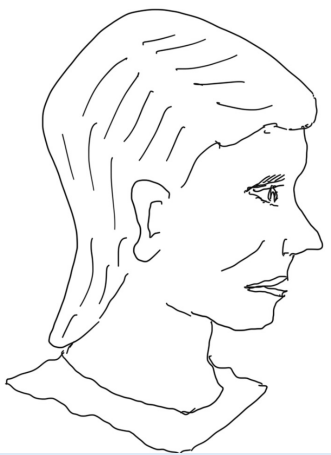
Sie beginnen die Exposition damit, dass sie ihn einladen, sich vorzustellen, dass sein Vater

- hier im Raum vor ihm steht
- Sich Wichtigerem zuwenden möchte
- Und ihm nicht zuhört.

Übungsbeispiel 14



Ja ich sehe ihn vor mir und ich bin
so wütend, dass ich ihn richtig
durchschütteln möchte.



Übungsbeispiel 15

Er ist in der Imagination und Szene angekommen. Er sieht seinen Vater, er spürt seine Wut und seinen Wutimpuls. Sie laden ihn ganz konkret ein, seinen wütenden Impuls körperlich auszudrücken, während Sie seitlich neben ihm stehen.

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 15

Er ist in der Imagination und Szene angekommen. Er sieht seinen Vater, er spürt seine Wut und seinen Wutimpuls. Sie laden ihn ganz konkret ein, seinen wütenden Impuls körperlich auszudrücken, während Sie seitlich neben ihm stehen.

ANTWORT
EMPFEHLUNG

**Sprechen Sie
diesen Satz noch
einmal laut aus!**

Sie können Ihre Arme strecken,
ihn an den Schultern packen und anfangen
zu schütteln.

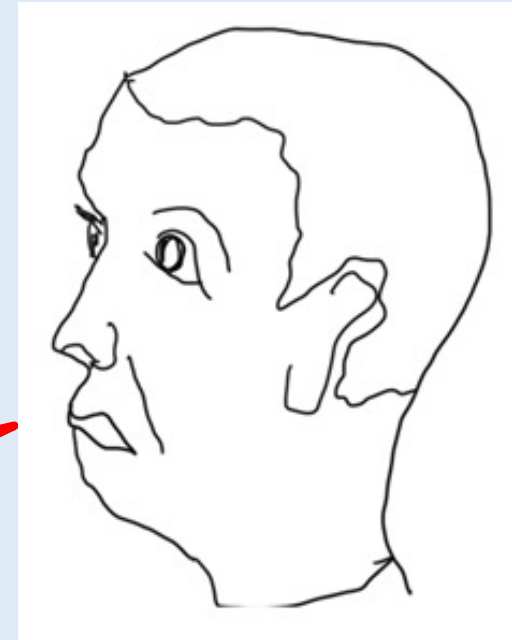
Was war dabei wichtig?

- Wichtig ist, dass Sie nonverbal ausstrahlen, dass es erlaubt ist, sehr wütend zu sein und einen körperlichen Wutimpuls zu haben und dass er den jetzt im Trockenüben ausprobieren darf.

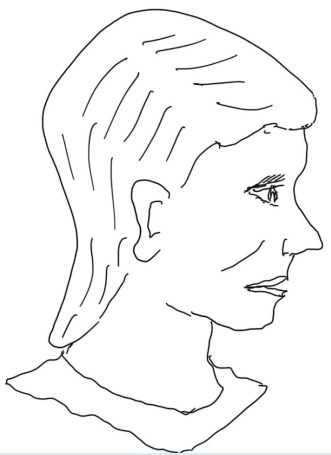
Sie setzen Ihre Regie der Exposition fort, indem sie ihn einladen (nicht auffordern!),

- seine Arme zu strecken,
- den Vater an den Schultern packen und anzufangen ihn zu schütteln

Übungsbeispiel 16



(Er zögert, beginnt dann zu schütteln): Jetzt musst Du meine Wut spüren, kannst nicht mehr weghören oder weggehen.



Übungsbeispiel 17

Sie intensivieren das Erleben, indem Sie ihn dem Vater in die Augen schauen lassen, so dass dieser die Zornesfurchen auf seiner Stirn und seinen entschlossenen und zornigen Blick zu sehen bekommt

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 17

Sie intensivieren das Erleben, indem Sie ihn dem Vater in die Augen schauen lassen, so dass dieser die Zornesfurchen auf seiner Stirn und seinen entschlossenen und zornigen Blick zu sehen bekommt

ANTWORT
EMPFEHLUNG

**Sprechen Sie
diesen Satz noch
einmal laut aus!**

Stellen Sie sich sein Gesicht und seine Augen vor.

Schauen Sie ihm in die Augen. Stellen Sie sich vor,
er schaut Sie an und sieht die Zornesfurchen auf Ihrer Stirn
und Ihren entschlossenen zornigen Blick.

Was war dabei wichtig?

Jetzt geht es darum, das Erleben der Imagination und Szene zu intensivieren, indem Sie seine Aufmerksamkeit zuerst im inneren Bild des Vaters auf dessen Augen und Blick lenken,

(was ihn wütend macht)

Und danach auf sich selbst – seine Zornesfurche auf der Stirn und seinen zornigen Blick

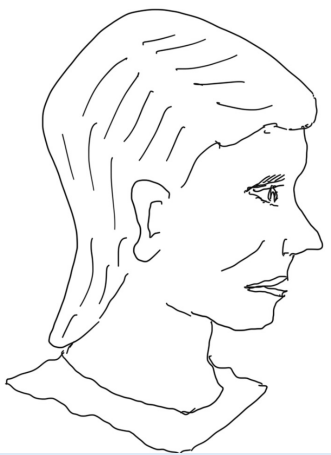
(wie sehr er wütend ist).

Wichtig ist, dass der Patient sowohl „körperlich“ ist als auch das Geschehen in Wort fasst. Er soll immer dazu sprechen. Dies hilft ihm, von der körperlichen Wut zu einer kommunizierten Wut zu gelangen – was ja die Zukunft sein sollte.

Übungsbeispiel 18



Du hast mich nicht gesehen, nicht mitgekriegt, dass ich ein großes musikalisches Talent habe. Da war nie Bewunderung da, die ich so von Dir gebraucht hätte.



Übungsbeispiel 19
Sie hören, dass die Stimme brüchig wird und die Kraft aus Gesicht und Körper weicht und wie die Mimik Traurigkeit zeigt. Sie spiegeln sein jetzt neu entstandenes Gefühl der Traurigkeit.

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 19

Sie hören, dass die Stimme brüchig wird und die Kraft aus Gesicht und Körper weicht und wie die Mimik Traurigkeit zeigt. Sie spiegeln sein jetzt entstandenes Gefühl.

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Sie werden jetzt sehr traurig, wenn Sie vergegenwärtigen wie sehr Sie seine Bewunderung dafür gebraucht hätten, wie talentiert Sie in der Musik sind.

Was war dabei wichtig?

Er konnte nicht bei der Wut bleiben. Indem er es ausspricht, spürt er das Schmerzliche und wird traurig.

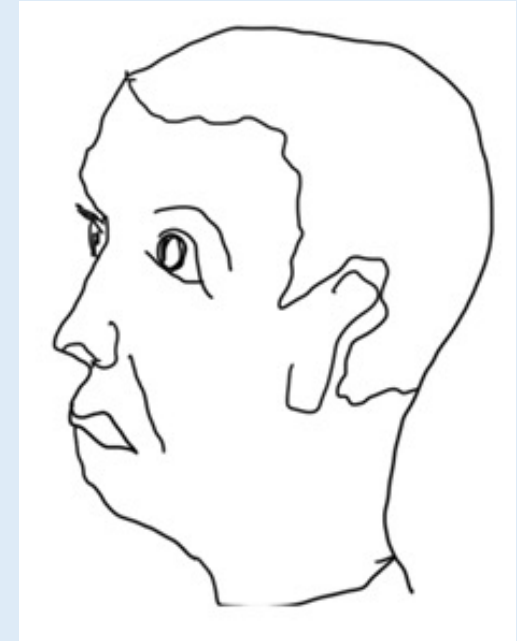
Sie spiegeln ihm seine Traurigkeit

„Sie werden jetzt sehr traurig“

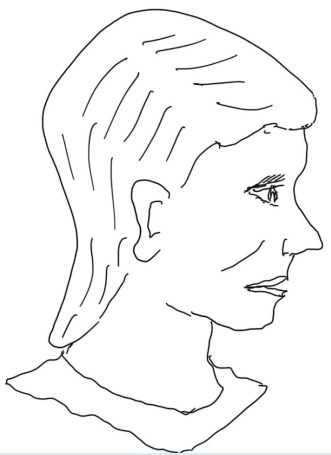
und fügen hinzu, welcher aktuelle Bewusstseinsprozess diese ausgelöst hat:

Das Vergegenwärtigen, *„wie sehr Sie seine Bewunderung dafür gebraucht hätten, wie talentiert Sie in der Musik sind.“*

Übungsbeispiel 20



(mit Tränen und sich schnäuzend):
Warum hast Du mir nicht gegeben,
was ein Vater seinem Sohn einfach
geben muss? Das wäre doch so
einfach gewesen.



Übungsbeispiel 21

Pat. voll Tränen, sich schnäuzend. Sie konzentrieren sich auf das Bedürfnis und sprechen empathisch aus, was dem Patienten fehlte: das ANTIDOT

SIE
ANTWORTEN

Sie hätten einen Vater gebraucht, der

.....

.....

Übungsbeispiel 21

Pat. voll Tränen, sich schnäuzend. Sie konzentrieren sich auf das Bedürfnis und sprechen empathisch aus, was dem Patienten fehlte: das ANTIDOT

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Sie hätten einen Vater gebraucht, der sich viel Zeit nimmt für seinen Sohn, der sehr gern mit Ihnen zusammen ist und Ihnen mit großem Interesse zuhört. Ein Vater, der Sie für Ihre Musik bewundert.

Was war dabei wichtig?

Wir sind am großen finalen Moment des Emotion Tracking angekommen – der ANTIDOT-Hypothese:

Sie spüren voll Empathie treffsicher, was er entbehrt hat und was er gebraucht hätte: *„einen Vater, der ...“*

Jetzt kommt es gleich beim Patienten zu einem „Click of Closure“: *„Ja, das wäre sehr schön gewesen!“*

In ihm macht es Klick und er ist befreit von seinem Schmerz, er fühlt sich plötzlich gut oder sogar glücklich. In seinem inneren Bild, das durch Ihre Worte angestoßen wurde, ist er bei seiner Wunscherfüllung angekommen. Das Buch der Entsagung ist geschlossen worden.

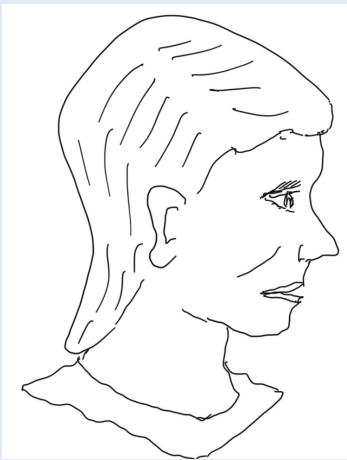
Natürlich nur, so lange er bei dem schönen inneren Bild bleiben kann.

Übungsbeispiel 21a

Sie sehen im Gesicht den
CLICK OF CLOSURE (Pesso).
Er ist angekommen, sein
Bedürfnis befriedigt. Er ist
froh.

(Sein Gesicht hellt
sich auf) Ja, das
wäre so schön
gewesen





Übungsbeispiel 22

Die verbale und nonverbale Antwort des Patienten zeigt, dass das Antidot bei ihm ankam. Er freut sich nach innen hinein. Wir können versuchen, aus der stillen Freude ein strahlenderes Glück zu machen, indem wir ihn zu einer Imagination des idealen Vaters einladen. Sprechen Sie diese Einladung aus!

SIE
ANTWORTEN

.....
.....

Übungsbeispiel 22

Die verbale und nonverbale Antwort des Patienten zeigt, dass das Antidot bei ihm ankam. Er freut sich nach innen hinein. Wir können versuchen, aus der stillen Freude ein strahlenderes Glück zu machen, indem wir ihn zu einer Imagination des idealen Vaters einladen. Sprechen Sie diese Einladung aus!

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

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

Was war dabei wichtig?

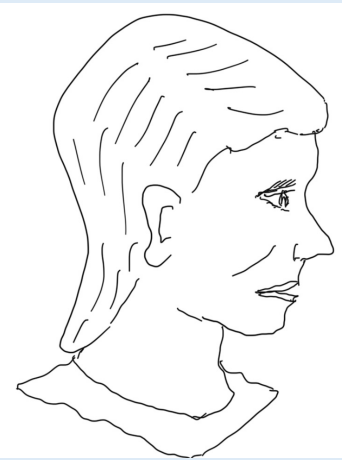
Wir sind dort angekommen, wo wir hin wollten. Dass wir nicht beim Bewusstsein des Mangels und der Not (des Gifts des bisherigen Lebens) bleiben, sondern ressourcenorientiert das Bedürfnis aufstößern, das es zu befriedigen gegolten hätte. Das Vergegenwärtigen dieses Antidots hat zum Click of Closure geführt – als nonverbale Bestätigung.

Das gibt uns die Möglichkeit, dieses Glück imaginativ und szenisch erleben zu lassen, so dass ein intensiver Eindruck zurückbleibt – was gebraucht worden wäre und wie es sich anfühlt, es zu bekommen.

Übungsbeispiel 24



Ja, sehr gern



Übungsbeispiel 25

Nachdem er eingewilligt hat, laden Sie ihn ein, sich zuerst ein inneres Bild des Vaters, den er gebraucht hätte, entstehen zu lassen – wie er aussieht, wie er ist, was er macht.

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 25

Nachdem er eingewilligt hat, laden Sie ihn ein, sich zuerst ein inneres Bild des Vaters, den er gebraucht hätte, entstehen zu lassen – wie er aussieht, wie er ist, was er macht.

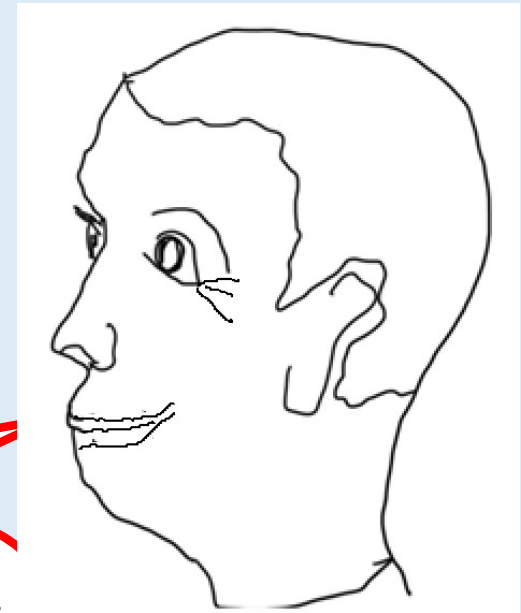
ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

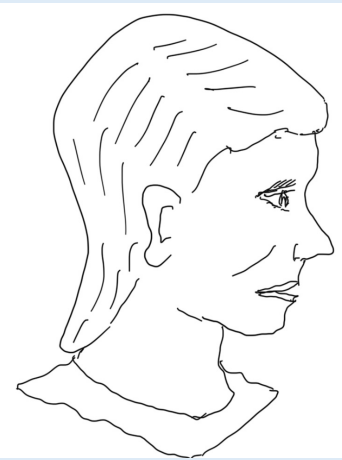
Dann können Sie damit anfangen, zuerst ein plastisches inneres Bild dieses Vaters zu zeichnen.

Wie sieht er aus, was für ein Mensch ist er?
Was macht er so alles?

Übungsbeispiel 26



(sprudelt heraus): Er ist nicht so wuchtig und grob wie mein wirklicher Vater. Er ist feinsinnig, liebt die Musik und kennt sich da auch sehr gut aus. Er bringt mir auch viel bei, musiziert mit mir. Er ist warmherzig und ich muss nicht dauernd fürchten, etwas falsch zu machen.



Übungsbeispiel 27

Das innere Bild des Vaters, der gebraucht worden wäre, ist plastisch und lebendig da. Nun können Sie ihn einladen, daraus eine äußere Szene hier im Raum zu machen. Laden Sie ihn dazu ein.

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 27

Das innere Bild des Vaters, der gebraucht worden wäre, ist plastisch und lebendig da. Nun können Sie ihn einladen, daraus eine äußere Szene hier im Raum zu machen. Laden Sie ihn dazu ein.

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Können wir hier im Raum eine Szene erfinden, in der Sie beide zusammen sind?

Was war dabei wichtig?

Der Schritt vom inneren Bild einer Phantasie zur äußeren Szene mit einem idealen Vater hier im Therapiezimmer ist ein sehr wertvoller Übergang zu einer auch körperlichen Erweiterung des Erlebens.

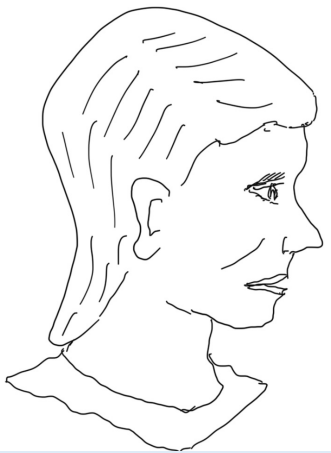
Nicht irgendwo, sondern hier im Zimmer, in dem wir beide sitzen oder stehen, ist der (nicht sichtbare) Vater, wie er gebraucht worden wäre.

Jetzt wird viel Regie an den Patienten abgegeben. Er macht aus seiner Phantasie seine ideale Szene – begibt sich körperlich in Interaktion mit dem Vater.

Übungsbeispiel 28



Ja, er kann sich auf
diesem Stuhl zu mir
setzen.



Übungsbeispiel 29

Sagen Sie dem Pat., dass Sie seine Entscheidung gut finden. Fragen Sie, wie der Vater ihn anschaut.

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 29

Sagen Sie dem Pat., dass Sie seine Entscheidung gut finden. Fragen Sie, wie der Vater ihn anschaut.

ANTWORT
EMPFEHLUNG

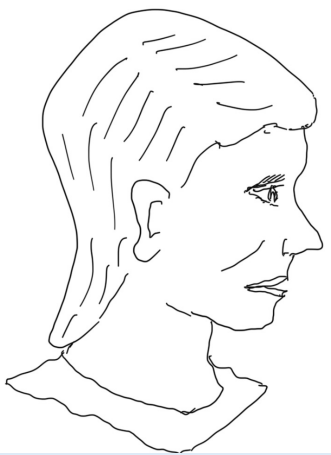
Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Sehr gut. Sie sitzen jetzt also beide hier zusammen. Wie schaut er Sie an?

Übungsbeispiel 30



Freundlich, liebevoll.



Übungsbeispiel 31
Fragen Sie den Patienten, was der ideale Vater
sagen könnte.

SIE
ANTWORTEN

.....
.....

Übungsbeispiel 31

Fragen Sie den Patienten, was der ideale Vater sagen könnte.

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Was könnte dieser Vater zu Ihnen sagen?

Übungsbeispiel 32



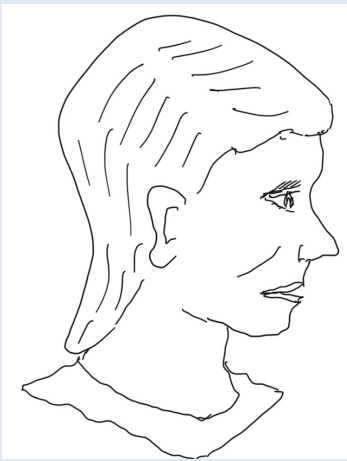
Er soll sagen, dass er sich
auf unser Treffen gefreut
hat.

Was war dabei wichtig?

Sie fragen den Patienten, was er hören möchte.

Er spürt in sich hinein, welche Worte er sich wünscht.

Sie können so sicher sein, dass nun Wunscherfüllung und Bedürfnisbefriedigung geschehen kann.



Übungsbeispiel 33

Nun kommt der nächste Schritt ins Erleben: Der ideale Vater fängt an zu sprechen.

Erläutern Sie dem Pat., dass Sie ihm Ihre Stimme „leihen“ und für den Vater dessen Worte aussprechen:
„Ich habe mich sehr auf das Treffen mit Dir gefreut.“

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 33

Nun kommt der nächste Schritt ins Erleben: Der ideale Vater fängt an zu sprechen.

Erläutern Sie dem Pat. dass Sie ihm Ihre Stimme „leihen“ und für den Vater dessen Worte aussprechen:
„Ich habe mich sehr auf das Treffen mit Dir gefreut.“

ANTWORT
EMPFEHLUNG

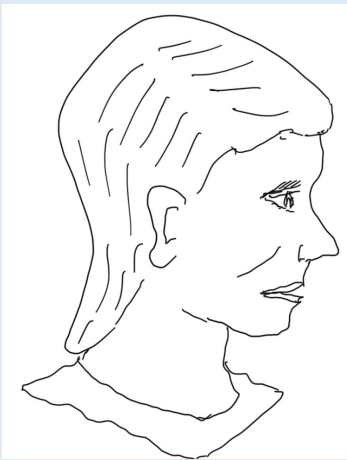
Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Ich kann ihm jetzt meine Stimme leihen. Er könnte also sagen: Ich habe mich sehr auf das Treffen mit Dir gefreut?

Übungsbeispiel 34



Ja.



Übungsbeispiel 35

Geben Sie nun eine Regieanweisung, sagen Sie, dass Sie ihren Arm zu der Stelle ausstrecken werden, an der er sich den idealen Vater vorstellt, damit es ihm leichter fällt mit seiner Aufmerksamkeit bei diesem zu bleiben.

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 35

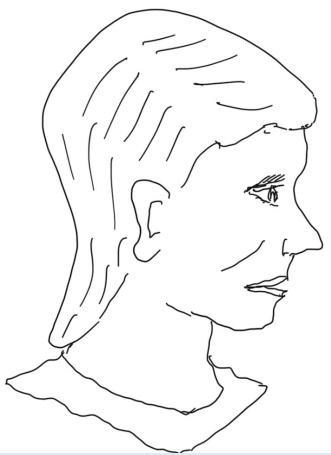
Geben Sie nun eine Regieanweisung, sagen Sie, dass Sie ihren Arm zu der Stelle ausstrecken werden, an der er sich den idealen Vater vorstellt, damit es ihm leichter fällt mit seiner Aufmerksamkeit bei diesem zu bleiben.

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Wenn er das sagt mit meiner geliehenen Stimme,
schauen sie nicht zu mir her, sondern schauen Sie ihn an.

Ich werde mit meinem ausgestreckten Arm auf ihn deuten,
so dass es Ihnen leichter fällt, bei ihm zu bleiben.



Übungsbeispiel 36

*Jetzt strecken Sie Ihren Arm zu dem
imaginiert auf dem anderen Stuhl
sitzenden „idealen“ Vater hin aus und
sprechen den gewünschten Satz:*

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 36

Jetzt strecken Sie Ihren Arm zu dem imaginiert auf dem anderen Stuhl sitzenden „idealen“ Vater hin aus und sprechen den gewünschten Satz:

ANTWORT
EMPFEHLUNG

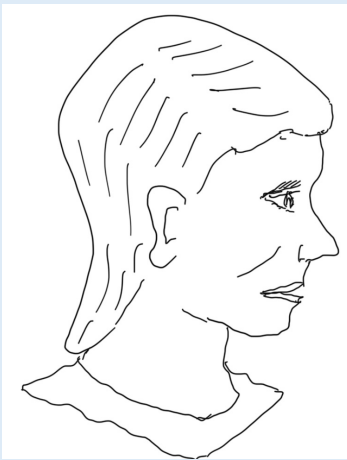
Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Ich habe mich sehr auf das Treffen mit Dir gefreut.

Übungsbeispiel 37



(gerührt und dankbar): Und darüber bin ich sehr froh. Es ist ungewohnt. Hast Du Dich wirklich gefreut? Und hast Du wirklich Zeit?



Übungsbeispiel 38

Sie bejahen die Frage des Patienten und sagen mit dem ausgestreckten Arm dem idealen Vater Ihre Stimme leihend:

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 38

Sie bejahen die Frage des Patienten und sagen mit dem ausgestreckten Arm dem idealen Vater Ihre Stimme leihend:

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Ja ich habe mich wirklich sehr
gefremdet und ich habe unendlich Zeit.

Was war dabei wichtig?

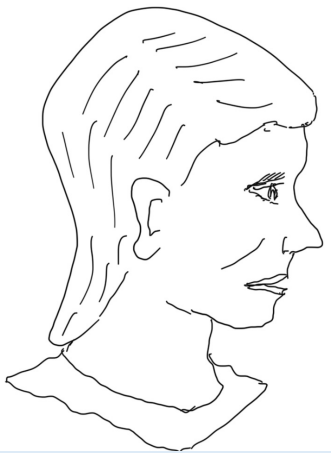
Sie führen Regie und führen den Patienten in dieses Rollenspiel oder diese Aufstellung ein.

- Nach der reinen Imagination
- kann er den idealen Vater im Zimmer platzieren.
- Sie lassen diesen sprechen. Damit er während dessen nicht zu Ihnen schaut, zeigt Ihr ausgestreckter Arm zum idealen Vater.
- Sie fragen, was er noch hören möchte.
- Sie zerstreuen seine Zweifel, indem Sie den idealen Vater noch einmal sagen lassen, wie sehr er sich auf ihn freut.

Übungsbeispiel 39



(seine Augen werden feucht):
Das ist schön. Das tut so gut.
Wie findest Du denn meine
Musik?



Übungsbeispiel 40

Wieder beantworten Sie seine Frage, dem idealen Vater die Stimme leihend und sagen ihm, dass Sie ihn sehr gut finden und ihn dafür bewundern:

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 40

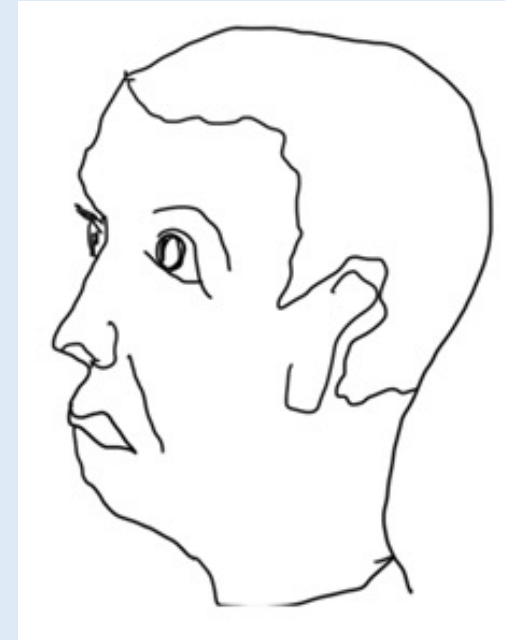
Wieder beantworten Sie seine Frage, dem idealen Vater die Stimme leihend und sagen ihm, dass Sie ihn sehr gut finden und ihn dafür bewundern:

ANTWORT
EMPFEHLUNG

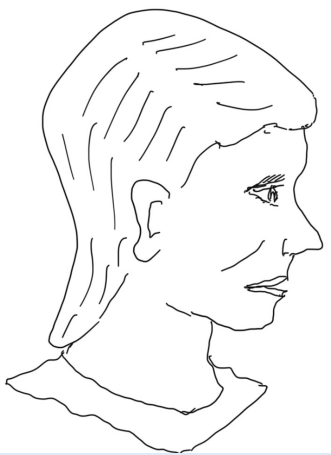
Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Du bist ja so gut, supergut. Ich bewundere Dich dafür.

Übungsbeispiel 41



Wirklich?



Übungsbeispiel 42

Der Patient mag es gar nicht glauben, so schön ist es. Sie sprechen wieder für den idealen Vater und lassen ihn bestätigen, dass er wirklich begeistert ist und ihn richtig gut findet:

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 42

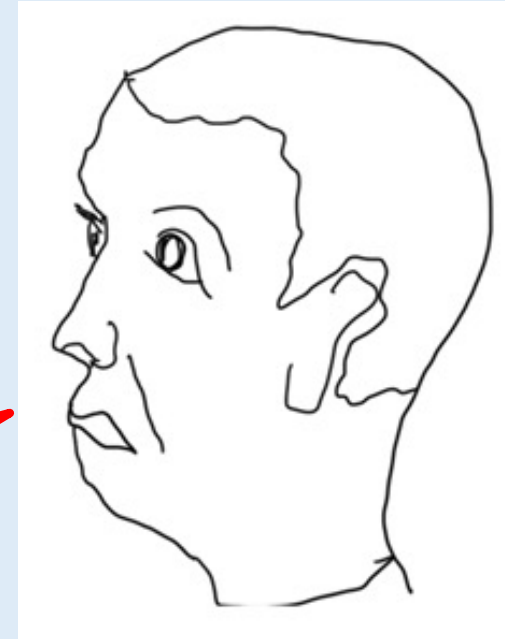
Der Patient mag es gar nicht glauben, so schön ist es. Sie sprechen wieder für den idealen Vater und lassen ihn bestätigen, dass er wirklich begeistert ist und ihn richtig gut findet:

ANTWORT
EMPFEHLUNG

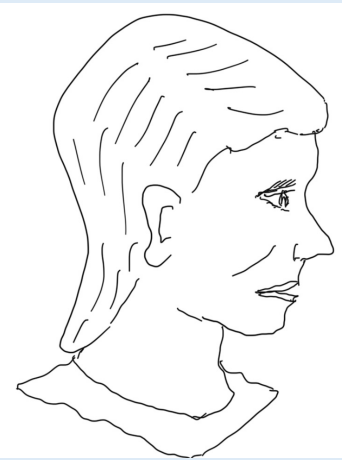
Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Ja bin ganz begeistert und finde Dich richtig gut!

Übungsbeispiel 43



(mit Tränen und Traurigkeit): Das habe ich nie, nie, nie von meinem Vater gehört. Und das tut so weh.



Übungsbeispiel 44
Sie spiegeln sein Gefühl der Traurigkeit und sagen, welche Erinnerung dieses Gefühl ausgelöst (dass er es nie von seinem Vater gehört hat)

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

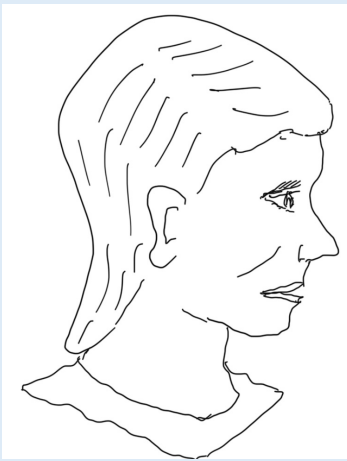
Übungsbeispiel 44

Sie spiegeln sein Gefühl der Traurigkeit und sagen, welche Erinnerung dieses Gefühl ausgelöst (dass er es nie von seinem Vater gehört hat)

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Es macht Sie so traurig und tut so weh, dass Sie nie von Ihrem realen Vater hören konnten, dass er begeistert ist und Sie richtig gut findet.



Übungsbeispiel 45

Da er nicht bei der traurigen Erinnerung bleiben soll, bitten Sie ihn wieder zu dem Vater zurückzukehren, den er gebraucht hätte.

Und fragen Sie, was er noch gern gehört hätte.

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 13

Da er nicht bei der traurigen Erinnerung bleiben soll, bitten Sie ihn wieder zu dem Vater zurückzukehren, den er gebraucht hätte.

Und fragen Sie, was er noch gern gehört hätte.

ANTWORT
EMPFEHLUNG

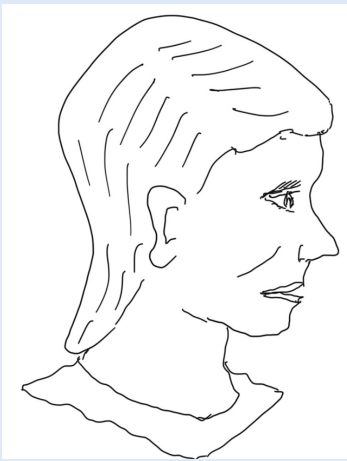
Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Kehren Sie noch einmal zurück in die Imagination, zu der Begegnung mit dem Vater, den Sie gebraucht hätten. Gibt es noch andere Sätze, die Sie gern von ihm hören würden?

Übungsbeispiel 46



Ja, dass er mich liebt und
ich immer willkommen bin.



Übungsbeispiel 47

Wieder leihen Sie dem idealen Vater Ihre Stimme und sagen das, was er noch gern aus dessen Mund hören möchte (dass er ihn liebt und er immer willkommen ist)

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 47

Wieder leihen Sie dem idealen Vater Ihre Stimme und sagen das, was er noch gern aus dessen Mund hören möchte (dass er ihn liebt und er immer willkommen ist)

ANTWORT
EMPFEHLUNG

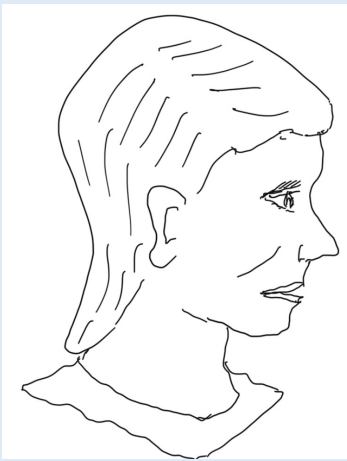
Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

(mit dem ausgestreckten Arm dem idealen Vater meine Stimme leihend): Du bist mein geliebter Sohn. Ich liebe Dich sehr und bin so froh, dass es Dich gibt. Du bist immer herzlich willkommen.

Übungsbeispiel 48



(voll Glück) Ich liebe Dich auch und
freue mich auf unser nächstes
Treffen.



Übungsbeispiel 49

Sie schließen das Emotion Tracking ab, indem Sie ihn einladen das Erlebte sich mit allen Sinnen (akustisch, visuell, kinästhetisch) gut einzuprägen, so dass er jeden Tag diese beglückende Phantasie für einige Minuten wieder herholen kann.

SIE
ANTWORTEN

.....

.....

Übungsbeispiel 49

Sie schließen das Emotion Tracking ab, indem Sie ihn einladen das Erlebte sich mit allen Sinnen (akustisch, visuell, kinästhetisch) gut einzuprägen, so dass er jeden Tag diese beglückende Phantasie für einige Minuten wieder herholen kann.

ANTWORT
EMPFEHLUNG

Sprechen Sie diesen Satz noch einmal laut aus!

Sie können sich diese Begegnung gut einprägen und sich immer wieder daran erinnern, so oft Sie wollen. Sich einfach vorstellen, Sie hätten diesen Vater gehabt und hätten ihn noch.

Was war dabei wichtig?

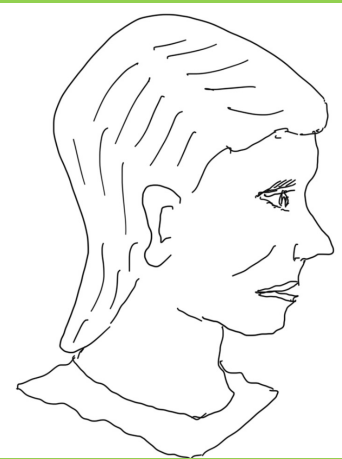
Er nimmt eine bildlich szenische Erinnerung mit. Sie ist viel mehr mit Gefühlen behaftet als eine sprachliche.

Er kann sich das gute Gefühl so jederzeit herholen.

Dies hilft ihm, daraus eine Vision entstehen zu lassen.

Statt wie bisher nur Negatives zu erwarten, rechnet er künftig doch etwas mehr mit positiven Begegnungen.

Dies ändert seine Ausstrahlung und verhindert die bisherige self fulfilling prophecy durch projektive Identifizierung.



Das war Ihr erstes Emotion Tracking
als TherapeutIn.
Es war für den Anfang doch schon
ganz gut?

**Heute habe ich Ihnen ja fast Wort für Wort
vorgeschrieben, was Sie sagen sollen. Das macht
unfrei und hindert die eigene Intuition. Es waren also
erschwerte Bedingungen. Das zweite Mal werden Sie
sich zwar nicht eng an die Empfehlungen halten, sich
aber wohler und kompetenter fühlen.**

**Sind Sie bereit, Ihre
Gespräche emotiver zu
machen, indem Sie
Emotion Tracking
üben?**

Die Fragen, die jetzt hochkommen, sind wichtig.
Notieren Sie diese.

Manche werden später beantwortet.

Die Fragen, die offen bleiben, können Sie mir schreiben:

Ich schreibe Ihnen eine kurze Antwort:

Prof.Sulz@EUPEHS.org

Was wollen Sie zu Emotion Tracking
fragen
oder sagen?

LITERATUR:

Sulz & Sulz: Emotionen – Gefühle erkennen, verstehen und handhaben. Gießen: Psychosozial-Verlag

- 43 Gefühls-Fotos
- zum Üben mit dem Patienten
- Jedes Gefühl erläutert
- Seine Funktion und Wirkung
- Wie Gefühle gehandhabt werden können



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.



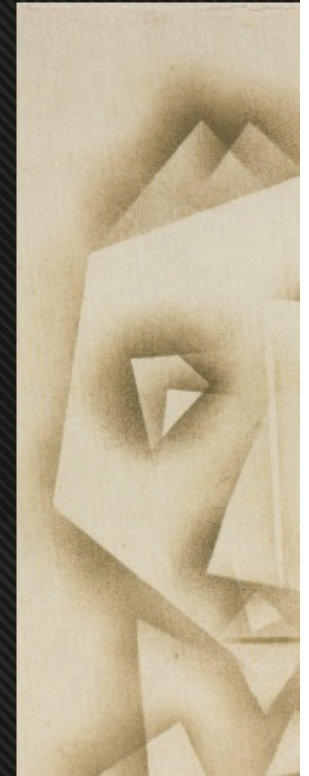
Serge K. D. Sulz, Prof. Dr. phil., Dr. med., ist Psychiater (Verhaltenstherapie), Psychosomatiker (Psychoanalyse) und Honorarprofessor an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Er ist Lehrbuchherausgeber und Autor zahlreicher Fachbücher. Seine Schwerpunkte sind Entwicklungspsychologie und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

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.

ww

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

Serge K.D. Sulz

Heilung und Wachstum der verletzten Seele

Praxisleitfaden
Mentalisierungsfördernde
Verhaltenstherapie



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 Sulz ET5 Übung Herr C ganzes Emotion Tracking mit Kommentaren

Serge K.D. Sulz

Mit Gefühlen umgehen

Praxis der Emotionsregulation
in der Psychotherapie



cp Psychosozial-Verlag

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**

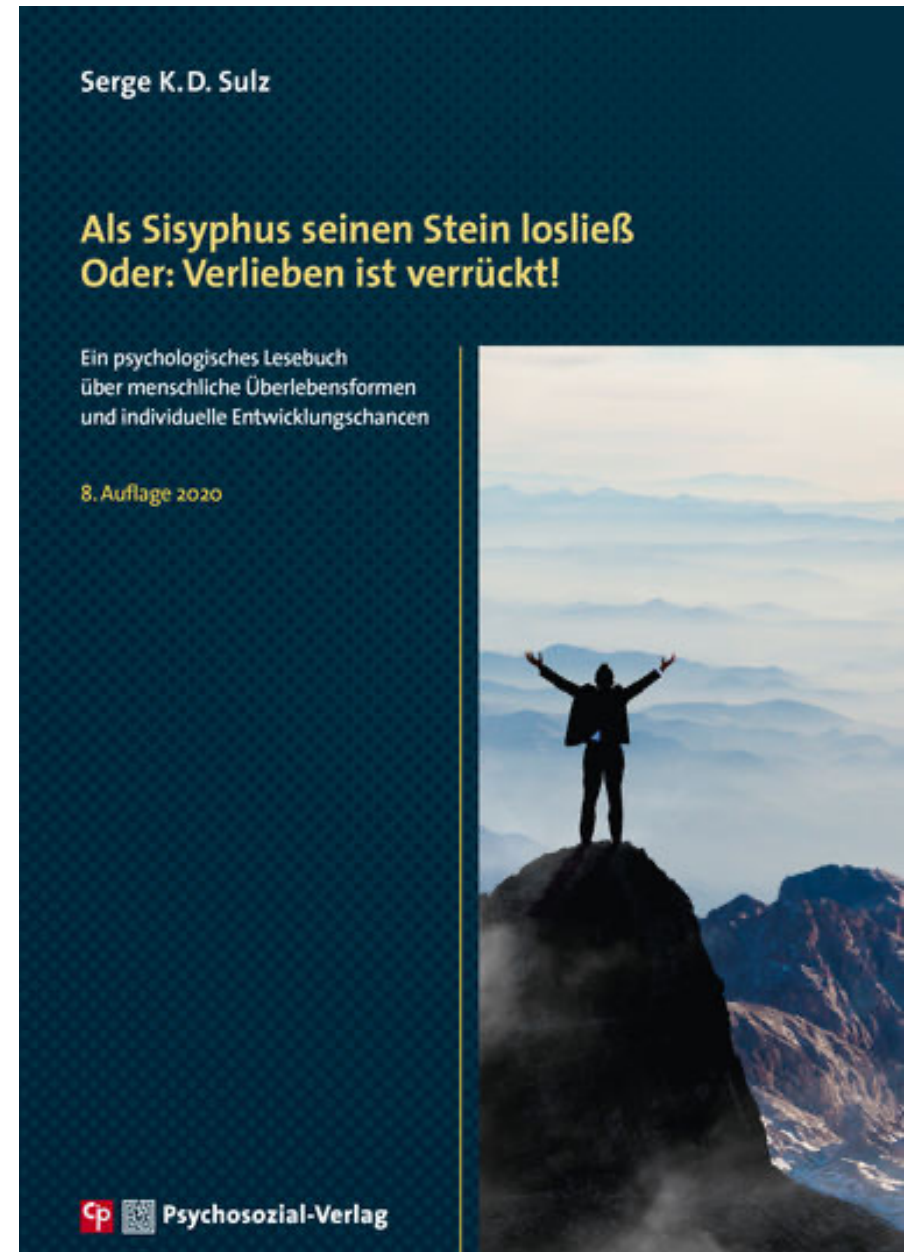
Verhaltenstherapie-Praxis:
Alles was Sie für eine gute
Therapie brauchen



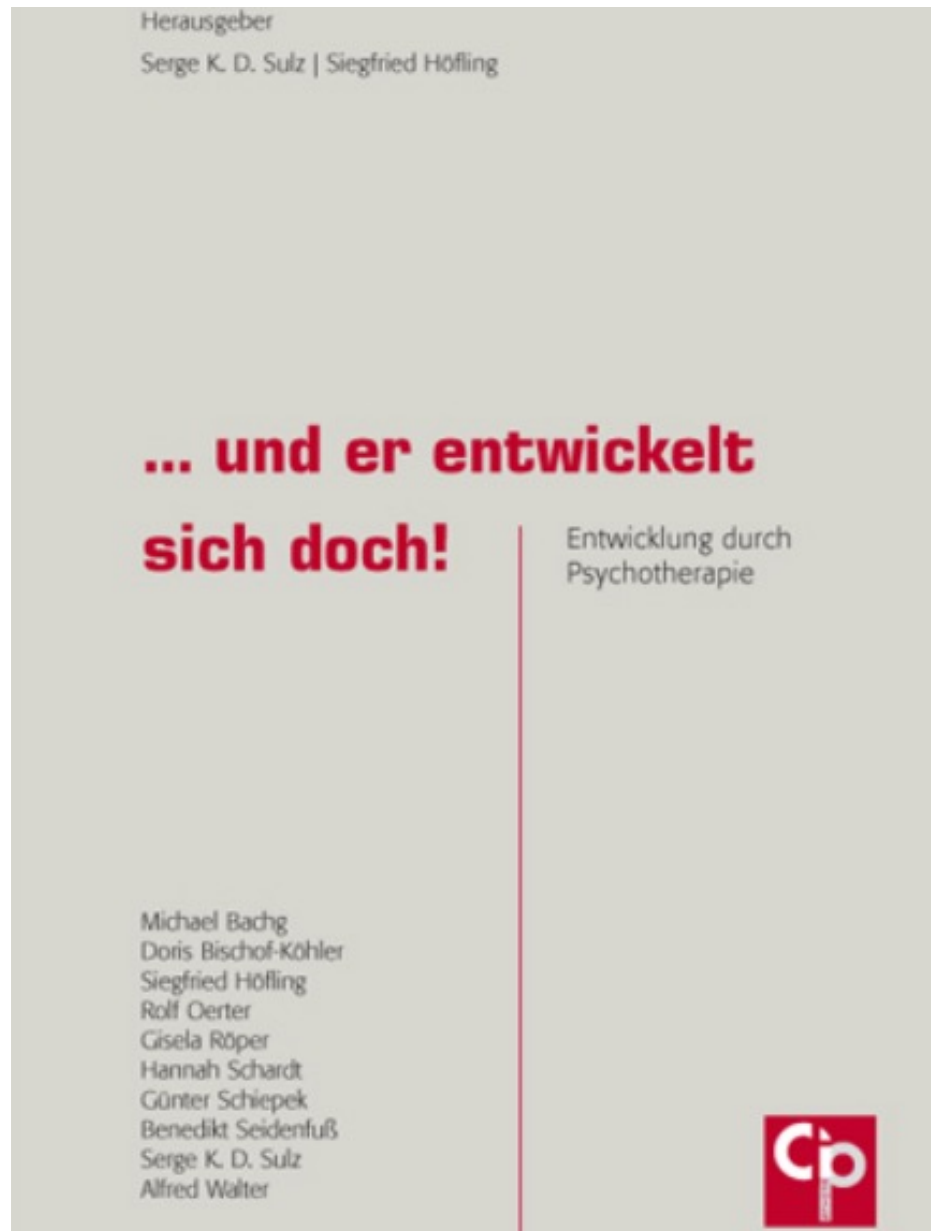
Das Handbuch *Verhaltensdiagnostik und Fallkonzeption* zum Anfertigen der Verhaltensanalyse, der Zielanalyse und des Therapieplans sowie zum Schreiben der Falldokumentation in der Aus- und Weiterbildung Verhaltenstherapie. Von der Erstuntersuchung, der Befunderhebung, der Anamnese, der Verhaltensbeobachtung, 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.



Vielen Dank! Und ...



Willkommen in der Kunst
der modernen Entwicklungspsychotherapie
und der
mentalisierungsfördernden
Verhaltenstherapie

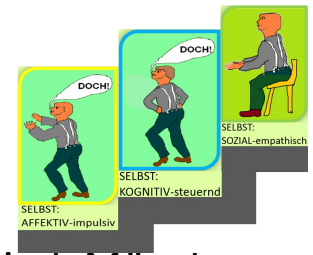
Sie erreichen mich so:
Prof. Dr. Dr. Serge Sulz
Nymphenburger Str. 155
80634 München
Tel. 0171-3615543

Prof.Sulz@eupehs.org

www.eupehs.org

Literatur siehe Sulz 2017b,c, 2021

Literatur



- Pessoa A., Perquin L. (2008): Die Bühnen des Bewusstseins. Oder: Werden wer wir wirklich sind. München: CIP-Medien
- 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. & Sulz, J. (2005). *Emotionen. Gefühle erkennen, verstehen und handhaben*. München: CIP-Medien.
- Sulz S (2005): Die Psychotherapie entdeckt den Körper – Oder: Keine Psychotherapie ohne Körperarbeit? 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. 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

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.
- 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.
- Sulz S (2009): Als Sisyphus seinen Stein losließ – Oder: Verlieben ist verrückt. München: CIP-Medien
- Sulz, S. & Sulz, J. (2005). *Emotionen. Gefühle erkennen, verstehen und handhaben*. München: CIP-Medien.
- Sulz S (2005): Die Psychotherapie entdeckt den Körper – Oder: Keine Psychotherapie ohne Körperarbeit? München: CIP-Medien
- Sulz, S. (2005). Gehirn, Emotion und Körper. In S. Sulz, L. Schrenker & C. Schricker (Hrsg.), *Die Psychotherapie entdeckt den Körper- oder: Keine Psychotherapie ohne Körperarbeit?* (S. 3-23). München: CIP-Medien.
- Sulz, S. & Lenz, G. (Hrsg.). (2000). *Von der Kognition zur Emotion. Psychotherapie mit Gefühlen*. München: CIP-Medien.

Literatur 3

- 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. 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.