

INHALTSVERZEICHNIS
Vorwort und Einleitung

INHALT

Seite I - III **VORWORT**

Einleitung

Folie	Karte	Thema
1	1	Titel MVT-HANDBUCH Einleitung
2	1r	Dieses Handbuch für die täglichen Therapien in Praxis oder Klinik
3	2	LEKTÜRE
4	2r	Dieses Konzept-Wissen ist Voraussetzung
5	3	Dieses Praxis-Wissen ist Voraussetzung
6	3r	Abbildung Spirale Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie MVT
7	4	Neue Psychotherapien (Zeitachse)
8	4r	MVT wurde von Serge Sulz als Brücke ... entwickelt
9	5	Diagramm Von der SBT ...
10	5r	Diagramm Abtrennung von PKP
11	6	Diagramm ... zur MVT
12	6r	Fonagys Impulsgeber
13	7	VT-Impulsgeber
14	7r	Mentalisierung als Brücke zwischen TP und VT
15	8	Kernthesen des Mentalisierungsansatzes
16	8r	7 Probleme des Patienten
17	9	7 Ziele der MVT
18	9r	7 Therapie-Module der MVT
19	10	7 plus 1 MVT-Module
20	10r	Interventionsschritte A – D → Verhalten?
21	11	Schulung – Übung - Training
22	11r	Die 5 Trainingsbereiche der Mentalisierungs-fördernden Verhaltenstherapie MVT
23	12	Training des Therapeut.-verhaltens – gut vorbereitet sein

MODUL 1 Therapiebeginn und Diagnostik

Folie	Karte	Thema
1	1	Titel 0. Modul Therapiebeginn
2	1r	Wozu ein eigenes Modul für Diagnostik und Therapiebeginn?
3	2	0. Beschwerden, Befund und Diagnose
4	2r	Beschwerdeschilderung des Patienten
5	3	Vom Syndrom zur ICD-Diagnose 1
6	3r	Vom Syndrom zur ICD-Diagnose 2
7	4	QMP03-Bel Belastende Faktoren in der Kindheit und Jugend 1:
8	4r	QMP03-Bel Belastende Faktoren in der Kindheit und Jugend 2:
9	5	Patientenprofil*: Name: Vorname: Alter:
10	5r	Profil des Patienten Welcher Patient – in welcher Lebenssituation welches Symptom?
11	6	1. Verhaltensanalyse
12	6r	Die Symptom auslösende Lebenssituation (S)
13	7	Die Situation, die zur Symptombildung führt
14	7r	Situativ ausgelöst: Reaktionskette bis zum Symptom R
15	8	Die Reaktionskette bis zum Symptom
16	8r	Die das Symptom aufrecht erhaltenden Konsequenzen/Wirkungen des Symptoms
17	9	Die symptomaufrechterhaltende Folge/Konsequenz
18	9r	Merkmale der Person, die dazu führen, dass Symptome entstehen (Organismus O)
19	10	Die Person- oder Organismus-Variable
20	10r	Das SORKC-Schema als Zusammenfassung der Verhaltensanalyse des Symptoms
21	11	Die Zielanalyse: Von der Störung zum Ziel
22	11r	DER BEHANDLUNGSPLAN - Dreierschritt Störung – Ziel – Therapie fallspezifisch
23	12	DER BEHANDLUNGSPLAN – Erläuterungen
24	12r	Freude-Expositionen
25	13	Freude-Expositionen
26	13r	Angst-Expositionen
27	14	Trauer-Exposition
28	14r	Ärger-Expositionen
29	15	Angst-Therapie: Besonderheiten Soziale Phobie*
30	15r	Angst-Therapie: Besonderheiten Generalisierte Angststörung*
31	16	Besonderheiten der Exposition bei Kontrollzwängen*
32	16r	Protokoll der Therapiesitzung
33	17	Protokoll der Supervisionsitzung

MODUL 1 Bindung		
Folie	Karte	Thema
1	1	Titel 1. Modul Bindungssicherheit in der Therapie
2	1r	Spirale der 7 Module
3	2	Problem - Ziel - Therapie
4	2r	Liste der Übungen 1. Modul
5	3	Übung 1.1 mein sicherer Ort und Platz
6	3r	Mein Platz in meinem Leben
7	4	Der sichere Ort
8	4r	Und:
9	5	Übung 1.2 Meine sichere Bindungsperson
10	5r	Hinweise für den Übungsleiter
11	6	Imagination Meine sichere Bindung
12	6r	Fortsetzung 1
13	7	Fortsetzung 2
14	7r	Fortsetzung 3
15	8	Ist es Ihnen gelungen ...
16	8r	Übung 1.3 Nicht befriedigte Bedürfnisse Das verletzte Kind
17	9	Zugehörigkeitsbedürfnisse ZB Imagination
18	9r	ZB Fragen
19	10	Selbst- oder Autonomiebedürfnisse SB Imagination
20	10r	SB Fragen
21	11	Homöostasebedürfnisse HB Imagination
22	11r	HB Fragen
23	12	Auswertung VDS24 Frustrierendes Elternverhalten
24	12r	Ist es Ihnen gelungen ...
25	13	Übung 1.5a Bedürfnis, Angst, Wut, Persönlichkeit
26	13r	Meine heutigen Bedürfnisse
27	14	Zugehörigkeitsbedürfnisse ZB 1-7
28	14r	Umgang mit ZB
29	15	Es wäre besser gewesen ...
30	15r	Aktivierung der Gefühle
31	16	In Szene setzen oder Rollenspiel
32	16r	Bedeutung für die Gestaltung der therapeutischen Beziehung
33	17	Autonomie-oder Selbstbedürfnis SB 8-14
34	17r	Was ist mir wichtiger - Zugehörigkeit oder Autonomie?
35	18	So ging ich bisher mit meinem Autonomie-/Selbstbedürfnis SB um
36	18r	Es wäre besser gewesen ...
37	19	Bedeutung für die Gestaltung der therapeutischen Beziehung
38	19r	Homöostasebedürfnis HB H1-H7
39	20	Was ist mir wichtiger - Homöostase oder Zugehörigkeit bzw. Autonomie
40	20r	So ging ich mit meinem Homöostase-bedürfnis „ HB“ um
41	21	Es wäre besser gewesen ...
42	21r	Bedeutung für die Gestaltung der therapeutischen Beziehung
43	22	Meine zentralen Ängste
44	22r	Meine zentrale Angst ist ...
45	23	So ging ich bisher mit meiner Angst um
46	23r	Es wäre besser gewesen ...

INHALTSVERZEICHNIS MODUL 1

47	24	Bedeutung für die Gestaltung der therapeutischen Beziehung
48	24r	Meine zentrale Wut ist ...
49	25	Aus Wut würde ich am liebsten ...
50	25r	So ging ich BISHER mit meiner Wut um
51	26	Es wäre besser gewesen ...
52	26r	Bedeutung für die Gestaltung der therapeutischen Beziehung
53	27	Meine Persönlichkeit
54	27r	Ich muss immer so sein ... und darf nicht so sein ...
55	28	Meine (Persönlichkeitszug) Reaktionen
56	28r	Es wäre besser gewesen ...
57	29	Bedeutung für die Gestaltung der therapeutischen Beziehung
58	29r	Übung 1.5b Zeichen unsicherer Bindung
59	30	Wir benötigen dazu folgende Ergebnisse:
60	30r	Alle 11 Zeichen von unsicherer Bindung
61	31	Fortsetzung
62	31r	Auf welche Weise war Ihre Beziehung zu Ihren Eltern eine unsichere Bindung?
63	32	Übung 1.6 Fragebogen Bindungstyp ausfüllen
64	32r	Skala Angst – Sicherheit
65	33	Skala Unabhängigkeit - Abhängigkeit
66	33r	Übung 1.7 Bindungstyp erkennen
67	34	Bindungs-Autonomie-Typen
68	34r	anklammernder und distanzierter Typ
69	35	autonomer und versorgter Typ
70	35r	Wie bestimmt Ihr Bindungstyp Ihren Umgang mit Beziehungen?
71		Übung 1.4 Bindungs-Interview
72	36	Bindungsfragen 1-9
73		Bindungsfragen 10-19
74	36r	Konnten Sie Mitgefühl mit dem Kind von damals empfinden?
75	37	Bindungssicherheit in der Therapie herstellen
76	37r	Übung 1.8 sichere Bindung in der Therapie
77	38	Imagination am Therapiebeginn
78	38r	Imagination am Stundenbeginn
79	39	Variante Imagination Stundenbeginn
80	39r	Konnten Sie das Angebot zur Bindungssicherheit annehmen?
81	40	Aufbau einer förderlichen Beziehung: Intervention
82	40r	Feststellen meiner Bedürfnisse als TherapeutIn
83	41	Feststellen der Bedürfnisse meines Patienten in der Therapie
84	41r	Fragen zur Beziehungsgestaltung 1
85	42	Fragen zur Beziehungsgestaltung 2
86	42r	Bedürfnisse ändern sich im Therapieverlauf
87	43	Konkrete Vorbereitung auf Beziehungstests
88	43r	VDS36 Wie gehen TherapeutIn und Patient miteinander um?
89	44	VDS36 Beziehungsanalyse 1: Auf den anderen einwirken
90	44r	VDS36 Beziehungsanalyse 2: Reagieren auf die Wirkung des anderen
91	45	VDS36 Beziehungsanalyse 3: So ging ich mit mir selbst um
92	45r	Wie mit dem VDS36-Ergebnis weiter gearbeitet werden kann

MODUL 2 Überlebensregel

Folie	Karte	Thema
1	1	Titel Überlebensregel
2	1r	2. Modul (2a) Von der verbotenden und gebietenden Überlebensregel (inneres Arbeitsmodell)
3	2	Spirale MVT Abbildung
4	2r	Problem - Ziel - Therapie
5	3	Liste der Übungen
6	3r	Übung 2.1 Die inneren Arbeitsmodelle (Überlebensregeln) der vier Bindungstypen
7	4	Das innere Arbeitsmodell (Überlebensregel)
8	4r	anklammernder (dependenter) Typ
9	5	distanzierter Typ
10	5r	autonomer Typ
11	6	versorgter Typ
12	6r	Kreuzen Sie das innere Arbeitsmodell Ihres Bindungstyps an!
13	7	Fragen zum inneren Arbeitsmodell
14	7r	Stimmt mein Bindungstyp und mein inneres Arbeitsmodell mit meinem Selbstbild überein?
15	8	Übung 2.2 Von Bindungstyp und innerem Arbeitsmodell zur Erlaubnis gebende Lebensregel
16	8r	Meine Erlaubnis gebende Lebensregel - bitte ausfüllen
17	9	Wie geht es Ihnen mit Ihrer Erlaubnis gebenden Lebensregel?
18	9r	Die Kindheit überleben
19	10	Übung 2.3 Lerngeschichte 1 - 3
20	10r	Zu Lerngeschichte 1
21	11	Lerngeschichte 1
22	11r	Zu Lerngeschichte 2
23	12	Lerngeschichte 2
24	12r	Zu Lerngeschichte 3
25	13	Lerngeschichte 2
26	13r	Konnten Sie aus der Lerngeschichte Ihrer Kindheit ableiten, wie Ihre heutige Persönlichkeit
27	14	Diagramm Biographie Bedürfnis Erwartung Überlebensregel
28	14r	Diagramm zum Ausfüllen
29	15	Übung 2.4a von meiner Persönlichkeit aus meine Überlebensregel finden
30	15r	Überlebensregel ausfüllen
31	16	Wir wissen aus unserer Lerngeschichte: Bevor es zur eigenen Regel wird ...
32	16r	Entgegen der Überlebensregel handeln
33	17	Was fühlt der Pat., wenn er gegen diese Regel handeln soll?
34	17r	Vertrag: Entgegen der Überlebensregel handeln
35	18	Leben statt überleben
36	18r	Konnten Sie die Überlebensregel Ihrer Kindheit aufschreiben? Wie heißt sie heute?
37	19	Übung 2.4b Wie groß ist die Macht meiner Überlebensregel? VDS35c
38	19r	VDS35c Die Macht der Überlebensregel
39	20	Wie stark beeinflusst Sie heute noch Ihre Überlebensregel?
40	20r	Sind Sie verärgert, wie wenig Sie sich noch trauen entgegen ihrer Überlebensregel zu handeln?
41	21	Übung 2.5 von meiner alten dysfunktionalen Überlebensregel zur NEUEN Erlaubnis gebenden Lebensregel
42	21r	Meine eigene neue Erlaubnis gebende Lebensregel zum Ausfüllen
43	22	Um welche Erlaubnis geht es?
44	22r	Neue Erfahrung – neue Lebensregel

INHALTSVERZEICHNIS MODUL 2

45	23	Haben Sie die Formulierung für Ihre NEOE Lebensregel gefunden, mit einem bereiternden Gefühl?
46	23r	Ich brauche zuerst von jemand die Erlaubnis, bevor ich es selbst zu meiner Lebensregel mache
47	24	Übung 2.6 Ich brauche zuerst von jemand die Erlaubnis
48	24r	Wer gibt mir diese Erlaubnis, damit ich sie mir dann selbst geben kann?
49	25	Übung: Wen ich brauche - mein Erlaubnis gebender Begleiter
50	25r	Ist es Ihnen gelungen, mit Hilfe Ihres Begleiters sich die Erlaubnis zu geben
51	26	2. MODUL (2b) Mit der Erlaubnis gebenden Lebensregel zu den Kompetenzen für eine gute Zukunft
52	26r	Diagramm Kompetenzen und Fertigkeiten
53	27	Liste der Übungen
54	27r	Positive Aktivitäten
55	28	Entspannung
56	28r	täglicher Sport
57	29	Übung Soziale Kompetenz
58	29r	Protokoll Übung Soziale Kompetenz
59	30	Übung Kommunikative Kompetenzen in wichtigen Beziehungen 1
60	30r	Übung Kommunikative Kompetenzen in wichtigen Beziehungen 2
61	31	Übung Kommunikative Kompetenzen in wichtigen Beziehungen 3
62	31r	Vorgehen beim Selbstinstruktionstraining
63	32	Üben von genussvollem Sinneserleben
64	32r	Selbstständigkeit Wochenprotokoll
65	33	Übung Gesund sein und gesund bleiben
66	33r	Protokoll Übung Gesund sein und gesund bleiben
67	34	Trainieren Sie mit Ihrer Therapeutin eine Auswahl der Übungen, die Individuen am besten passt?

MODUL 3 Achtsamkeit und Akzeptanz inkl. Stressbewältigungsstrategien

Folie	Karte	Thema
1	1	Titel Achtsamkeit
2	1r	Diagramm MVT-Spirale
3	2	Problem - Ziel - Therapie
4	2r	Liste der Übungen
5	3	Durch Achtsamkeit zu Affektregulierung und Akzeptanz
6	3r	1. Stressreduktion und Selbstberuhigung
7	4	Stress entsteht aus einer Wechselwirkung zwischen Umwelt (S) und Person (O)
8	4r	Wir haben zwei Ziele
9	5	Übung 3.0a Stressreduktion mit AACES - mit Sofort-Wirkung
10	5r	Stressreduktion 1 (AACES):
11	6	AACES: So lerne ich mit STRESS umzugehen
12	6r	Stressreduktion durch Exposition : Verhalten in der Situation
13	7	Stressreduktion durch Exposition in der Situation
14	7r	Übung 3.0b Stresstoleranz langfristig erhöhen Kaskade des Stressabbaus
15	8	Langfristige Stressreduktion
16	8r	Meine Stressbewältigung 1
17	9	Meine Stressbewältigung 2
18	9r	Haben Sie Ihre kurzfristige Stressbewältigung mit dem AACES ausprobiert?
19	10	2. Achtsamkeit
20	10r	Sie können jetzt damit beginnen
21	11	Übung 3.1 Achtsamkeit Mein Körper Body Scan
22	11r	Body Scan 1 – Ich lade Sie ein, ...
23	12	Body Scan 2 Themenübersicht
24	12r	Ich nenne oft zwei gegensätzliche Merkmale. Zwischen diesen gibt es viele Nuancen.
25	13	Mein Körper Body Scan 3 unterstreichen
26	13r	Body Scan 4 – Ich lade Sie ein Oberarm etc.
27	14	Mein Körper Body Scan 5 unterstreichen
28	14r	Body Scan 6 Kurzform – Ich lade Sie ein. Ihr Körper ...
29	15	Body Scan 7 Kurzform: mein Körper ... unterstreichen
30	15r	Body Scan 8 zum Schluss
31	16	Was brauchen Sie noch, um Achtsamkeit zu üben und dabei zu bleiben?
32	16r	Achtsamkeit im Alltag
33	17	DBT-Achtsamkeit im Alltag
34	17r	Übung 3.2 Achtsamkeit im Alltag – kleine Übungen
35	18	3,2a Wahrnehmen
36	18r	Nehmen Sie Geräusche wahr
37	19	3.2b Beschreiben
38	19r	3.2c Teilnehmen
39	20	3.2d Tanzen und Singen
40	20r	3.3 Üben der 3 WIE-Fertigkeiten der Achtsamkeit - 3
41	21	3.3a Nichtwertend
42	21r	3.3b Konzentriert
43	22	3.3c Wirkungsvoll
44	22r	Womit können Sie beginnen, um Achtsamkeit zu praktizieren?

MODUL 4 Emotion Tracking

Folie	Karte	Thema
1	1	Titel Emotion Tracking
2	1r	Diagramm MVT-Spirale
3	2	Problem - Ziel - Therapie
4	2r	Liste der Übungen
5	3	Emotion Tracking ist ...
6	3r	Worauf es ankommt
7	4	Ziel des Emotion Tracking
8	4r	Emotion Tracking Vorgehen
9	5	Spiegeln des Gefühls
10	5r	Syntax und Semantik des Feedbacks
11	6	Die Zeugenaussage wirken lassen
12	6r	Antidot durch Innere Bilder
13	7	Erinnerte Kindheits- Bilder: Der Körper drückt es aus
14	7r	Ein inneres Bild entstehen lassen
15	8	Vorgehen heilendes Antidot 1
16	8r	Vorgehen heilendes Antidot 2
17	9	Vorgehen strahlendes Gesicht: Click of Closure
18	9r	Syntax Antidot* - Was wirklich gebraucht worden wäre
19	10	Vorgehen Stoppen
20	10r	Emotion Tracking Leitfaden Schritte
21	11	Einfaches Ablaufdiagramm des Emotion Tracking
22	11r	Rückführen dysfunktionaler Gedanken auf äußere STIMMEN
23	12	Vorgehen Stimme einführen (Pesso)
24	12r	Syntax Rückgabe dysfunktionaler Gedanken (Stimmen)
25	13	Vorgehen Bestärkung funktionaler Gedanken
26	13r	Syntax Bestärkung funktionaler Gedanken
27	14	Wie können wir gemeinsam Ihren Gefühlen auf der Fährte bleiben?
28	14r	Übung 4.0 Entbehrungen und Verletzungen in der Kindheit
29	15	Vorläufer in der Kindheit finden
30	15r	Kindheit wieder erleben
31	16	Erinnerungsbild Verletzungen und kindliches Unglück
32	16r	Vorgehen bei Frustration
33	17	Wenn Sie sich an das erinnern, was Ihre Mutter Ihnen nicht gegeben hat
34	17r	Übung 4.1 Wut-Exposition
35	18	Wie kann das Gespräch bei der Wut ankommen?
36	18r	Wie komme ich von der Trauer zurück zu Zorn, Ärger oder Wut?
37	19	Wie kann das Gespräch bei der Wut bleiben?
38	19r	Wie kann das Gespräch bei der Wut bleiben?
39	20	Die Wut des Kindes
40	20r	Worum geht es bei der Wut-Exposition?
41	21	WUT-Exposition
42	21r	Syntax Die Wut ausdrücken
43	22	Können Sie Wut spüren, wenn Sie erinnern, was Ihre Eltern nicht für Sie getan haben
44	22r	Eltern, die gebraucht worden wären und das künstliche Glück
45	23	Der dritte Akt des Dramas
46	23r	Antidot und Ideales

47	24	Also gibt es zwei Antidots
48	24r	Eltern, die ich damals gebraucht hätte
49	25	Syntax Ideale Eltern
50	25r	Künstliches Glück
51	26	Durch Zuversicht ein anderer Mensch sein
52	26r	Übung 4.2 Antidot als korrigierendes Prinzip
53	27	Korrigierendes Prinzip
54	27r	Korrigierendes Prinzip 1: NEUE ERWARTUNGEN
55	28	Kennen Sie solche Beispiele auch von sich? Das Gefühl angekommen zu sein
56	28r	Übung 4.3 Gefühle im Gesicht der ErzählerIn, benennen und sagen, welcher vorausgehende Satz
57	29	Übung Emotionswahrnehmung im Gespräch
58	29r	Übung Teil 1 Emotionswahrnehmung im Zweiergespräch Anfänger
59	30	Übung Körperwahrnehmung im Zweiergespräch Fortgeschrittene
60	30r	Übung Teil 2: den Kontext zum Gefühl hinzufügen
61	31	Übung Teil 3: Reflexion nach der Erzählung
62	31r	Fortsetzung
63	32	Was wir festhalten können
64	32r	Übung 4.4 Antidot formulieren, z.B. größtes Problem mit Eltern oder Partner
65	33	Antidotübung
66	33r	TherapeutIn
67	34	Patient - Meine unangenehme Situation (siehe oben)
68	34r	Patient: Ein wiederkehrendes Problem ist
69	35	spürten Sie den click of closure (Glücksmoment) – war es das, was Sie gebraucht hätten?
70	35r	Übung 4.5 ELTERN, DIE ICH GEBRAUCHT HÄTTE
71		Eltern die ich gebraucht hätte Vorbereitung 1 BEISPIEL
72	36	05c Eltern wie sie waren und wie ich sie gebraucht hätte - Mutter BEISPIEL
73		Eltern die ich gebraucht hätte Vorbereitung 2
74	36r	05c Eltern wie sie waren und wie ich sie gebraucht hätte Jetzt meine eigenen Eltern - Mutter
75	37	Übung 4.6 Theory of Mind (Metakognition) - Mentalisieren
76	37r	Markiert spiegeln
77	38	Halb Gefühl und halb Reflexion
78	38r	Ursache-Wirkungs-Denken
79	39	Tiefe emotionale Erfahrung
80	39r	Theory of Mind TOM im Gehirn
81	40	Theory of Mind TOM: Verstehen
82	40r	Aus wiederholten Beobachtungen wird ein prinzipielles Erkennen (TOM)
83	41	Übung 4.7 Holes in Roles
84	41r	Wenn Sie sich oft Sorgen um Mutter machen und Sie ihr ein besseres Leben gewünscht hätten
85	42	Transgenerational: Holes in Roles
86	42r	Holes in Roles in der Einzelsitzung
87	43	Zuvor ist notwendig: Negativer und positiver Aspekt der Eltern trennen
88	43r	Holes in Roles – Antworten
89	44	Ich blättere noch einmal die Abfolge des Gesprächs durch:
90	44r	Die Eltern meiner Mutter / meines Vaters ...
91	45	Da tut mir meine Mutter / mein Vater so leid. ...

INHALTSVERZEICHNIS MODUL 4

92	45r	In der Biographie Ihrer Mutter / Ihres Vaters ist ein Loch der Bedürfnisbefriedigung
93	46	Ich lade Sie ein, einen Film zu drehen, der Ihrer Mutter die Kindheit und die Eltern beschert
94	46r	Wie wäre die Mutter, die sie /er gebraucht hätte
95	47	PatientIn: Die ideale Mutter meiner Mutter wäre nicht ... Sondern sie wäre ...
96	47r	Wie wäre der Vater gewesen, den Ihre Mutter gebraucht hätte?
97	48	PatientIn: Der ideale Vater meiner Mutter/meines Vaters wäre nicht ... Sondern wäre
98	48r	Ich meine den idealen Eltern meine Summe: Die ideale Mutter ihrer Mutter könnte
99	49	PatientIn: Die ideale Mutter kann sagen ...
100	49r	Ich meine den idealen Eltern meine Summe: Der ideale Vater ihrer Mutter könnte
101	50	PatientIn: Der ideale Vater Ihrer Mutter/Ihres Vaters kann sagen ...
102	50r	TherapeutIn: „Ich spreche diese Sätze, Ich spreche diese Sätze, während Sie sich Ihre Mutter als Kind vorstellen
103	51	Beide sprechen nun zu Ihnen, der Betrachterin dieses Films
104	51r	Wir hätten Deiner Mutter alles gegeben, was sie braucht,
105	52	Ich sehe wie ... Sie sind und sich ... fühlen
106	52r	Mein Gefühl ist ...
107	53	Es wäre nie Deine Aufgabe gewesen, sich um sie / ihn zu kümmern und Sorge zu haben.
108	53r	Welche Löcher gibt es im Gefüge der Generationen Ihrer Familie?
109	54	Dialog mit Embodiment – den Körper mitnehmen
110	54r	Dialog mit Embodiment – den Körper mitnehmen. So läuft es ab ...
111	55	ANHANG: Was habe ich als TherapeutIn nicht getan? BIS KARTE 121

MODUL 5 Mentalisierungsförderung

Folie	Karte	Thema
1	1	Titel Metakognition und Mentalisierung
2	1r	Diagramm MVT-Spirale
3	2	Problem - Ziel - Therapie
4	2r	Liste der Übungen
5	3	Mentalisierung ist ...
6	3r	Tabelle Entwicklungsstufen Freud Fonagy Piaget Kegan
7	4	Entwicklungsstufen der Mentalisierung
8	4r	3 Modi mentaler Zustände
9	5	Tabelle Fonagys mentale Modi
10	5r	„Sprechen über ...“ zu oft Hauptinstrument im Beratungs-Dialog
11	6	Strategie für Mentalisierungsförderung (Barth 2017)
12	6r	Interventionsprinzipien (Barth 2017):
13	7	Störung von Entwicklung und Mentalisierung Diagramm
14	7r	Diagramm Mentalisierung und Emotionsregulation
15	8	Mentalisierungsfördernde Gesprächsführung 1
16	8r	Metakognitiv-Mentalisierungsfördernde Gesprächsführung
17	9	Übung 5.1 Mentalisierungsförderndes Gespräch
18	9r	Ich möchte ein Gespräch mit Ihnen führen, in dem wir von Affekten durch Mentalisieren ...
19	10	Versuchen Sie jetzt selbst ein Mentalisierungsförderndes Gespräch zu führen.
20	10r	Fragen Mentalisierungsfördernde Gesprächsführung
21	11	Haben Sie gemerkt, wie die Mentalisierungsfördernde Gesprächsführung ungewöhnlich und ...?
22	11r	Weshalb der Therapie-Dialog sich an die 14 bzw. 24 Kriterien halten sollte
23	12	Die 14 wichtigsten Aspekte mentaler Gesprächsführung Kurzfassung
24	12r	24 wichtige Aspekte im Therapie-Dialog (1 -10)
25	13	24 wichtige Aspekte im Therapie-Dialog (11 – 20)
26	13r	24 wichtige Aspekte im Therapie-Dialog 21 - 24
27	14	Erläuterungen Kriterium 1 - 3
28	14r	Erläuterungen Kriterium 4-6
29	15	Erläuterungen Kriterium 7 und 8
30	15r	Erläuterungen Kriterium 9 - 11
31	16	Erläuterungen Kriterium 12 und 13
32	16r	Erläuterungen Kriterium 14 und 15
33	17	Erläuterungen Kriterium 16 - 18
34	17r	Erläuterungen Kriterium 19 - 21
35	18	Erläuterungen Kriterium 22 und 23
36	18r	Erläuterungen Kriterium 24
37	19	Ergebnis des Gesprächs kann sein, dass die TherapeutIn
38	19r	Tabelle 24 Kriterien Mentalisierungsfördernde Gesprächsführung
39	20	Projektive Identifizierung Dysfunktionaler Repetitiver Interaktions- und Beziehungs-Stereotyp DRIBS
40	20r	Übung 5.2 Wiederholungszwang – projektive Identifizierung – Übertragung – Gegenübertragung
41	21	Ein Beispielfall Frau P– projektive Identifizierung
42	21r	Fortsetzung
43	22	Diagramm Bedürfnis - Erwartung - inneres Arbeitsmodell - Wiederholen des kindl. Unglücks

44	22r	Problem: Es beginnt mit den Frustrationen und Verletzungen meiner Kindheit. (Beispielfall Frau P)
45	23	Diagramm negative Ausstrahlung und Einladung
46	23r	Wodurch kann das geschehen?
47	24	Diagramm Wut wird externalisiert und projiziert
48	24r	Wie kann ich das ändern?
49	25	Diagramm positive Ausstrahlung und Einladung
50	25r	Wir führen unser Unglück selbst herbei. Das können wir ändern!
51	26	Übung 5.3 mein eigener Wiederholungszwang – mein DRIBS
52	26r	Mein eigener DRIBS
53	27	Mein eigener DRIBS zum Ausfüllen
54	27r	Übung. 5.3 Wie ich dafür Sorge, dass andere mich schlecht behandeln
55	28	Übung 5.3 Wie ich dafür Sorge, dass andere mich ab jetzt gut behandeln?
56	28r	Fortsetzung
57	29	Haben Sie verstanden, wie ihr DRIBS Sie auf der Suche nach Glück immer wieder unglücklich machte?
58	29r	Mentalisierungsfördernde Gesprächsführung 2
59	30	Was ist Theory of Mind TOM?
60	30r	Wozu Theory of Mind?
61	31	wie gelangt man zu einer elaborierten realitätsbezogenen theory of mind – theorie des Mentalen?*
62	31r	Wie kann Therapie dazu beitragen?
63	32	Therapieziel Theory of Mind = Metakognition = Theorie des Mentalen
64	32r	Mentalisierungsförderung
65	33	Ein erregter Mensch kann nicht logisch denken 1
66	33r	Ein erregter Mensch kann nicht logisch denken 2
67	34	Metakognitives Verhaltensmodell: Mentalisierung
68	34r	Übung 5.4 Die 7 Fragen zur Problemanalyse - Situationsanalyse
69	35	Praktisches Vorgehen Analyse des bisherigen Verhaltens
70	35r	Ich beachte als TherapeutIn dabei 1
71		Ich beachte als TherapeutIn dabei 2
72	36	Problemanalyse
73		Wir halten fest: S-R-K Analyse
74	36r	S-R-Analyse (bei dysfunktionaler kogn. Situationseinschätzung - Reattribution)
75	37	Reaktionsanalyse (bei dysfunkt. kogn. Situationseinschätzung ☐ Reattribution)
76	37r	Konsequenz-Analyse (zur kogn. kausalen Verknüpfung von Verhalten und Konsequenz)
77	38	Der Aufbau von Wenn-Dann-Denken ist notwendig 1
78	38r	Der Aufbau von Wenn-Dann-Denken ist notwendig 2
79	39	Neues Verhalten
80	39r	Nachher: Metakognitive Reflexion
81	40	Gelingt es ihnen, Ursachen zu finden für Verhalten und Folgen ihres Handelns vorherzusehen?
82	40r	Fazit: Dieses Gespräch fördert Metakognitives Denken (Mentalisierung)
83	41	Fortsetzung
84	41r	Frustrierende Begegnungen und Selbstmitgefühl
85	42	Übung 5.5 Frustrierende, wütend machende Begegnungen und Selbstmitgefühl
86	42r	5. Gespräch: Frustrierende Begegnungen und Selbstmitgefühl 1
87	43	6. Gespräch: Frustrierende Begegnungen und Selbstmitgefühl 2
88	43r	Können sie erkennen, wie heutige Frustrationen ihren Ursprung in der Kindheit haben?

Modul 6 Entwicklung auf die Denken-Stufe - Selbstwirksamkeit

Folie	Karte	Thema
1	1	Titel Entwicklung auf die Empathie-Stufe
2	1r	Diagramm MVT-Spirale
3	2	Problem - Ziel - Therapie
4	2r	Liste der Übungen
5	3	Tabelle Entwicklungsstufen der MVT
6	3r	Abbildung Entwicklungsstufen Selbst und Objekt
7	4	Ein Mensch ist zwei: Die Wissenschaft zeigt, dass wir zwei psychische Systeme haben
8	4r	Als ob wir zwei verschiedene Menschen wären 1
9	5	Als ob wir zwei verschiedene Menschen wären 2
10	5r	Als ob wir zwei verschiedene Menschen wären 3
11	6	Entwicklungsstufen von Emotion und Beziehung
12	6r	Das Entwicklungs-Modell KÖNNEN und BRAUCHEN
13	7	Übung 6.1a Entwicklung und Bedürfnis, Angst, Wut
14	7r	Was ist Ihr Grundbedürfnis?
15	8	Zu welcher Stufe gehört Ihr Grundbedürfnis?
16	8r	Entwicklung und Bedürfnis: KÖRPER-Stufe
17	9	Was ist Ihre Grundform der Angst? Bitte Augen schließen
18	9r	Zu welcher Stufe gehört Ihre Grundform der Angst?
19	10	Entwicklung und Angst: KÖRPER-Stufe
20	10r	Was ist Ihre Grundform der Wut? Bitte Augen schließen
21	11	Zu welcher Stufe gehört Ihre Grundform der Wut?
22	11r	Entwicklung und Wut: Die Wut ist stufenspezifisch
23	12	Bitte kreuzen Sie an, auf welcher Stufe Sie jeweils sind
24	12r	Auf welchen zwei Stufen landen Sie dabei?
25	13	Übung 6.1b meine Entwicklungsstufe erkennen mit den VDS31-KADE-Skalen
26	13r	Skala K Körperstufe
27	14	Skala A Affektstufe
28	14r	Skala D Denkenstufe
29	15	Skala E Empathiestufe
30	15r	Auswertung Meine Entwicklungsstufe (VDS31-KADE)
31	16	Wenn es aber schwierig wird, kommen Sie doch über die Affekt-Stufe nicht hinaus.
32	16r	Entwicklungsstörung
33	17	Übung 6.1c Eine Erlaubnis gebende Lebensregel etablieren - eine Regel, die Wut erlaubt
34	17r	Diagramm Entwicklungsstörung führt zur Symptombildung
35	18	Entwicklung: Hilfe zur Selbsthilfe
36	18r	Nur wer auf der Treppe bleibt, kann sie hochsteigen
37	19	Entwicklungsstörung: Defizit, Frustration, Dauerstress, Trauma
38	19r	Blockade der Entwicklung durch die Überlebensregel (inneres Arbeitsmodell)
39	20	Entwicklungshemmung: gefangen im Entwicklungsloch.
40	20r	Statt Gebot & Verbot jetzt Erlaubnis
41	21	Die neue Erlaubnis gebende Lebensregel fördert Entwicklung
42	21r	Dazu brauchen wir aber Menschen in einer einbindenden und fördernden Kultur
43	22	Haben Sie eine neue Erlaubnis gebende Lebensregel zur Überwindung der Entwicklungs-
44	22r	BEHEBEN DER BLOCKADE? ENTWICKLUNGS-THERAPIE
45	23	Das Entwicklungsloch verlassen und trotzdem überleben
46	23r	Schrittweise Behebung der Blockade der Entwicklung
47	24	zuerst zurück auf die AFFEKT-Stufe!

INHALTSVERZEICHNIS MODUL 6

48	24r	in der Phantasie
49	25	Emotionsregulatorische Funktion dysfunktionaler Persönlichkeit
50	25r	Übung 6.2 Wie kann das Gespräch bei der Wut ankommen?
51	26	Wie kann das Gespräch bei der Wut ankommen 1?
52	26r	Wie kann das Gespräch bei der Wut ankommen 2?
53	27	Wie kann das Gespräch bei der Wut bleiben 1?
54	27r	Wie kann das Gespräch bei der Wut bleiben 2?
55	28	Konnten Sie Ärger und Wut ins Bewusstsein lassen? Konnten Sie bei ihrem Ärger bleiben?
56	28r	Übung 6.3 Was wütend macht
57	29	Instruktion zu Was wütend macht
58	29r	Haben sie eine ausreichend lange Liste von Ärgernissen aufschreiben können?
59	30	Übung 6.4 Wut-Exposition
60	30r	Wut muss wirksam sein!
61	31	Worum geht es bei der Wut-Exposition?
62	31r	Wie erfolgt Wut-Exposition?
63	32	WUT-Exposition Vorgehen
64	32r	Syntax Die Wut ausdrücken
65	33	Konnten Sie sie in der Phantasie in wütendes Handeln münden lassen?
66	33r	Übung 6.5 Körper-Wut
67	34	Körperwut: Instruktion
68	34r	Körperwut: Voll Wut ... Im Raum stehend alle Bewegungen ausprobieren
69	35	Konnten Sie voll Energie die Varianten ausprobieren oder gar einige auskosten?
70	35r	Übung 6.6 Wut atmen
71		Mit Hilfe des Atems Gefühle spüren
72	36	Freude - Lachen
73		Trauer
74	36r	Angst
75	37	Wut
76	37r	Instruktion zu Gefühle atmen
77	38	Waren sie auch erstaunt, wie leicht allein durch Atmen der Zugang zu einem Gefühl gelingt?
78	38r	Übung 6.7 Funktionaler Umgang mit Wut
79	39	Funktionaler Umgang mit der Wut
80	39r	Übung: Rollenspiel - Funktionaler Umgang mit der Wut (emotionale Kompetenz)
81	40	Strategisches Emotionstraining Funktionaler Umgang mit WUT
82	40r	Entwicklungsziel Selbstwirksamkeit
83	41	Wie ist das bei Ihnen und gelingt es, zum funktionalen Umgang mit Ärger zu wechseln?
84	41r	Entwicklung von der AFFEKT-Stufe auf die DENKEN- Stufe
85	42	Übung 6.8 Selbstwirksamkeit und Selbstbehauptung
86	42r	Selbstbehauptung -Selbstwirksamkeit
87	43	Instruktion Übung Selbstbehauptung -Selbstwirksamkeit
88	43r	Wie ist die Balance zwischen Selbst und Beziehung bei Ihnen, was ist evtl. zu wenig, was zu viel?
89	44	Übung 6.9 Kausales Denken anstoßen
90	44r	Kausales Denken anstoßen (gedanklich auf DENKEN-Stufe gehen)
91	45	7 Fragen zur Analyse des bisherigen Verhaltens (Beispiel)
92	45r	7 Fragen zur Analyse des bisherigen Verhaltens
93	46	S-R-C Analyse Situation – Reaktion – Konsequenz

INHALTSVERZEICHNIS MODUL 6

94	46r	Wir halten fest: S-R-K* Analyse
95	47	Wie können Sie auch im Alltag das Ergebnis schwieriger Situationen zu optimieren?
96	47r	Was auf der souveränen Stufe noch nicht entwickelt ist
97	48	Für Kurzzeittherapien reicht das schon!
98	48r	Ein Schritt nach dem anderen!

Modul 7 Entwicklung auf die Empathie-Stufe

Folie	Karte	Thema
1	1	Titel Entwicklung auf die Empathie-Stufe
2	1r	Diagramm MVT-Spirale
3	2	Problem - Ziel - Therapie
4	2r	Liste der Übungen
5	3	Jetzt geht es nicht mehr ohne entwicklungspsychologisches Wissen
6	3r	Unser Gehirn: Schrittweise funktionelle PFC-Reifung
7	4	Entwicklung und Reifung des Gehirns
8	4r	1. Body Mind
9	5	2. Theory of Mind
10	5r	3. Empathiefähigkeit
11	6	Entwicklung auf die zwischenmenschliche EMPATHIE-Stufe (sozial-empathisch)
12	6r	Jetzt wird Zuneigung zum Verständnis genutzt
13	7	Statt ärgerlich durchsetzen gemeinsamen Weg anbieten
14	7r	TRAINING: Empathische Kommunikation
15	8	TRAINING: Empathisch fragen, was der andere fühlt
16	8r	Das EMPATHIE-Selbst
17	9	Entwicklung und Identität: EMPATHIE-Stufe
18	9r	Einbindende Kulturen
19	10	Entwicklung ohne einbindende Kultur ist nicht möglich
20	10r	Entwicklung mit einbindender Kultur
21	11	Aufgabe der einbindenden Kultur auf jeder Stufe
22	11r	Übergang
23	12	Übergangskrise
24	12r	Überwindung der Übergangskrise durch ...
25	13	Übergang ist Abschied von Illusionen
26	13r	Übergang ist Abschied von der alten Welt
27	14	Übergang ist Abschied vom alten Selbst
28	14r	Übergang heißt Verloren geben
29	15	Erwachsene sind partiell entwickelt
30	15r	Modelle partieller Entwicklung
31	16	Piagets doppelte Definition von Empathie
32	16r	Empathiefähigkeit entsteht erst auf der zwischenmenschlichen Empathie-Stufe
33	17	Doppelte Empathie nach Piaget
34	17r	Können sie sich und anderen diese entwicklungspsychologischen Begriffe erklären?
35	18	Übung 7.1 Empathie 1: Gefühle zeigen (nach denen die TherapeutIn fragt)
36	18r	Beispiel – Wie der Klient über seine Gefühle sprechen kann, wenn die TherapeutIn fragt
37	19	Übung 7.1 Wie der Klient über seine Gefühle sprechen kann, wenn die TherapeutIn fragt
38	19r	Konnten Sie die Fragen der Therapeutin nutzen, um ihre Gefühle aussprechen zu können?
39	20	Übung 7.2a Empathie 2: TherapeutIn fragt nach den Gefühlen der Bezugsperson
40	20r	Entwicklung von Empathiefähigkeit - Fragen, was die Bezugsperson fühlt ...
41	21	Beispiel 7.2a - Fragen, was die Bezugsperson fühlt ...
42	21r	Übung 7.2a Fragen, was die Bezugsperson fühlt ...
43	22	Konnten Sie die Fragen der Therapeutin nutzen, um sich in Ihre Bezugsperson hineinzuversetzen?
44	22r	Übung 7.2b Verstehen wollen und nach Gefühlen und Bedürfnissen fragen
45	23	7.2b Beispiel: Wie der Klient die Gefühle seines Gegenübers wahrnimmt (Empathie)

46	23r	7.2b : Wie der Klient die Gefühle seines Gegenübers wahrnimmt (Empathie)
47	24	Konnten Sie so fragen, dass Sie sich besser in ihre GesprächspartnerIn hineinversetzen konnten?
48	24r	Übung 7.3 Empathie 3: über meine Gefühle sprechen
49	25	Empathische Kommunikation 1 und 2 (sprechend oder zuhörend)
50	25r	Sagen, welches Verhalten welches Gefühl auslöste, weil welches Bedürfnis frustriert wurde.
51	26	Empathische Kommunikation 1: über mich so sprechen, dass der Andere empathisch sein kann
52	26r	Konnten sie ohne Vorwürfe ihren Schmerz mitteilen und um ein anderes Verhalten bitten?
53	27	Übung 7.4 Mitfühlend zuhören
54	27r	Rückmelden, welches Verhalten welches Gefühl auslöste, weil welches Bedürfnis frustriert
55	28	Empathische Kommunikation 2: Zuhören, sich in den Anderen hineinversetzen, mitfühlen
56	28r	Gelingt es Ihnen auf eine verständnisvolle Weise zuzuhören?
57	29	Aktion jeder Stufe
58	29r	Leben mit Erlaubnis zur freien Entscheidung
59	30	...noch ein Gedicht
60	30r	Hermann Hesse Stufen
61	31	Entwicklung ist durch Mentalisierungsförderung möglich!
62	31r	Basislektüre: Serge Sulz Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie
63	32	Basislektüre: Serge Sulz Heilung und Wachstum der verletzten Seele
64	32r	Bachg & Sulz: Die Bühnen des Bewusstseins – die Pessotherapie. Psychosozial-Verlag 2022
65	33	Serge Sulz: Als Sisyphus seinen Stein losließ. Oder: Verlieben ist verrückt
66	33r	Serge Sulz: Mit Gefühlen umgehen. Praxis der Emotionsregulation in der Psychotherapie
67	34	Serge Sulz: Verhaltensdiagnostik und Fallkonzeption
68	34r	Sulz et al. Psychotherapiekarten für die Praxis Sprechstundenkarten Depression, Angst
69	35	Serge Sulz: Kurz-Psychotherapie mit Sprechstundenkarten
70	35r	Literaturliste (zu allen 7 Modulen) bis Karte 36r (Folie 74)