

# Schematherapie nach J. Young

Die innovative Weiterentwicklung der  
kognitiven Verhaltenstherapie

Gitta Jacob  
Klinische Psychologie & Psychotherapie

Bayrischer Psychotherapeutentag 2010

Albert-Ludwigs-Universität Freiburg



**UNI  
FREIBURG**

# Was erwartet Sie?



- Kurzdarstellung der Schematherapie anhand von Fallbeispielen
- Was ist daran innovativ für die VT?
- Wem hilft es und was tut sich gerade?

# Schematherapie



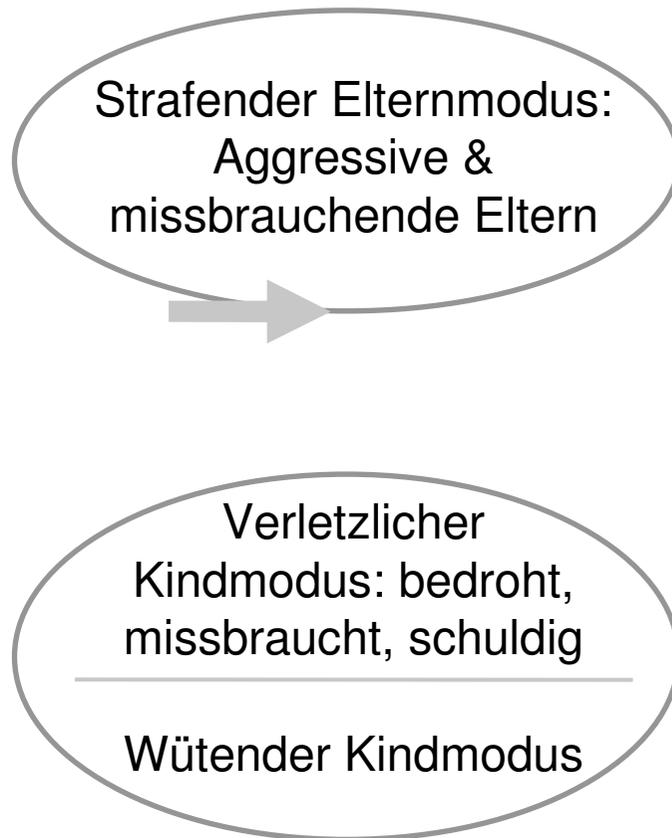
- Entwickelt für Nonresponder auf KVT
- Patienten mit Persönlichkeitsstörungen bzw. schwierigen interaktionellen Mustern
- → dysfunktionale Muster werden erklärt mit „Schemata“: biografisch erworbene komplexe Erlebens- und Verhaltenskomplexe
- 18 Schemata nach Young: Missbrauch, Verlassenheit, Unterwerfung, ...
- Beispiel: Frau T., Schema Missbrauch

# Fallkonzept: „Modusmodell“



- Bildet alle wichtigen mit Schemata assoziierten Erlebens- und Verhaltensweisen ab (Emotionen, interpersonelle Probleme, Symptome)
- Durchgängige Grundstruktur:
  - Schemaassoziierte Emotionen: „Kindmodi“ (Vulnerabilität, Ärger, intens. Gefühle)
  - Schema-“Ursachen“/Introjekte: „Elternmodi“ (Druck auf sich selbst, Selbsthass, Schuldgefühle)
  - Schema-Bewältigung: „Bewältigungsmodi“ mit den Bewältigungsstilen Vermeidung, Unterwerfung und Überkompensation

# Modusmodell Frau T.

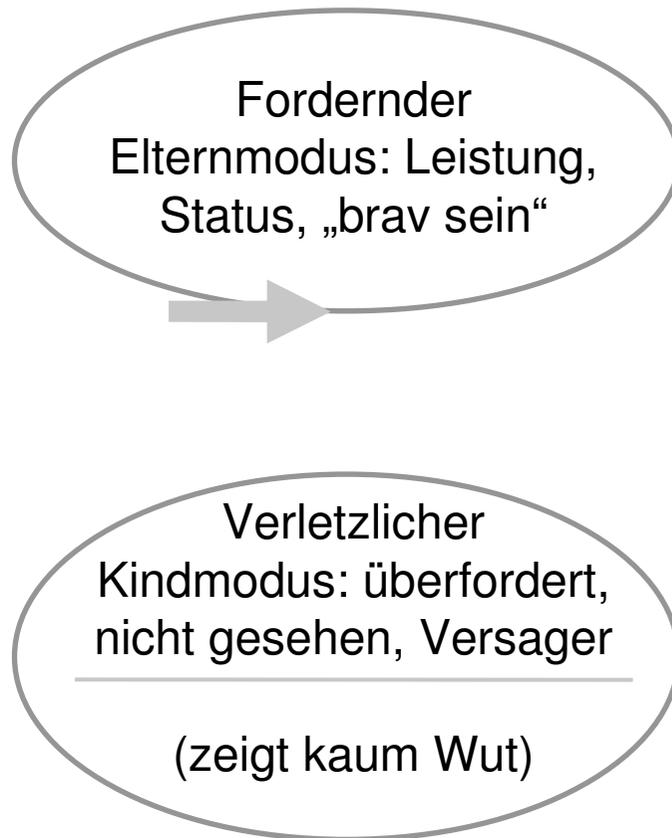


**Vermeidung:**  
Distanzierter Beschützer,  
v.a. Drogengebrauch

**Unterwerfung:**  
v.a. in betäubtem  
Zustand

**Überkompensation:**  
Andere gezielt angreifen,  
physisch oder verbal, um  
Bedürfnisse  
durchzusetzen

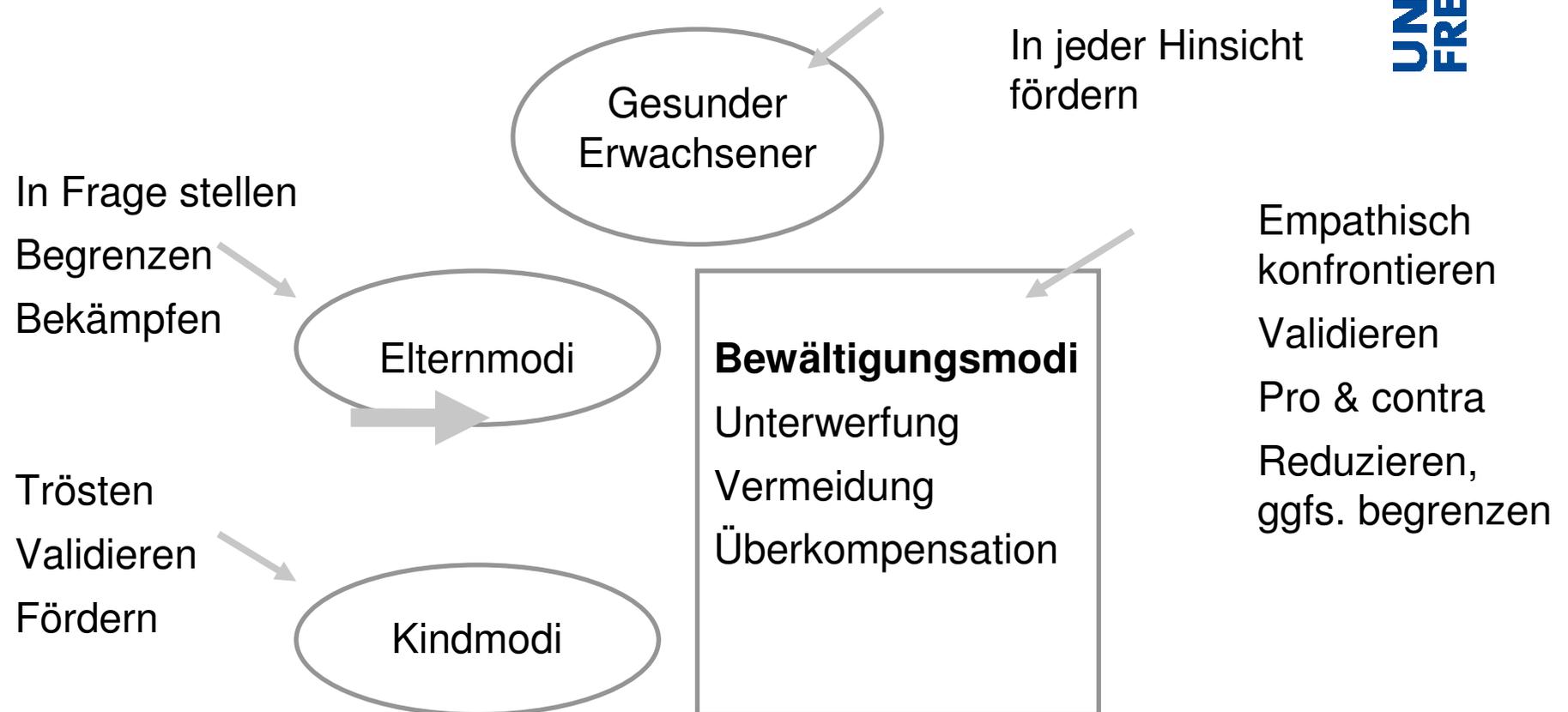
# Modusmodell Frau G.



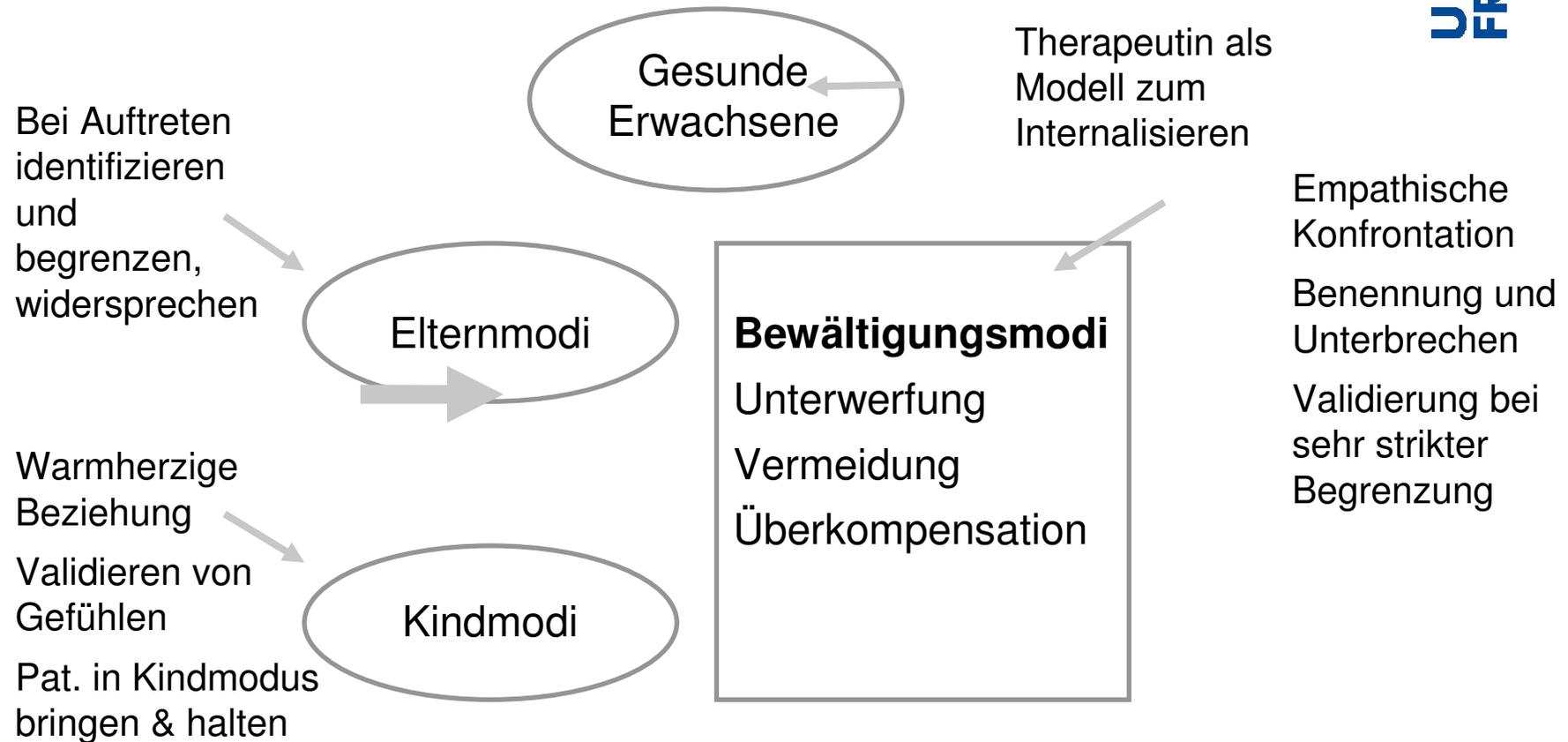
**Vermeidung:**  
Vermeidet  
Herausforderungen und  
Beziehungen;  
stereotypes  
Klageverhalten

**Unterwerfung:**  
Dependente  
Beziehungsmuster bei  
Ehemann und diversen  
Ärzte und Therapeuten

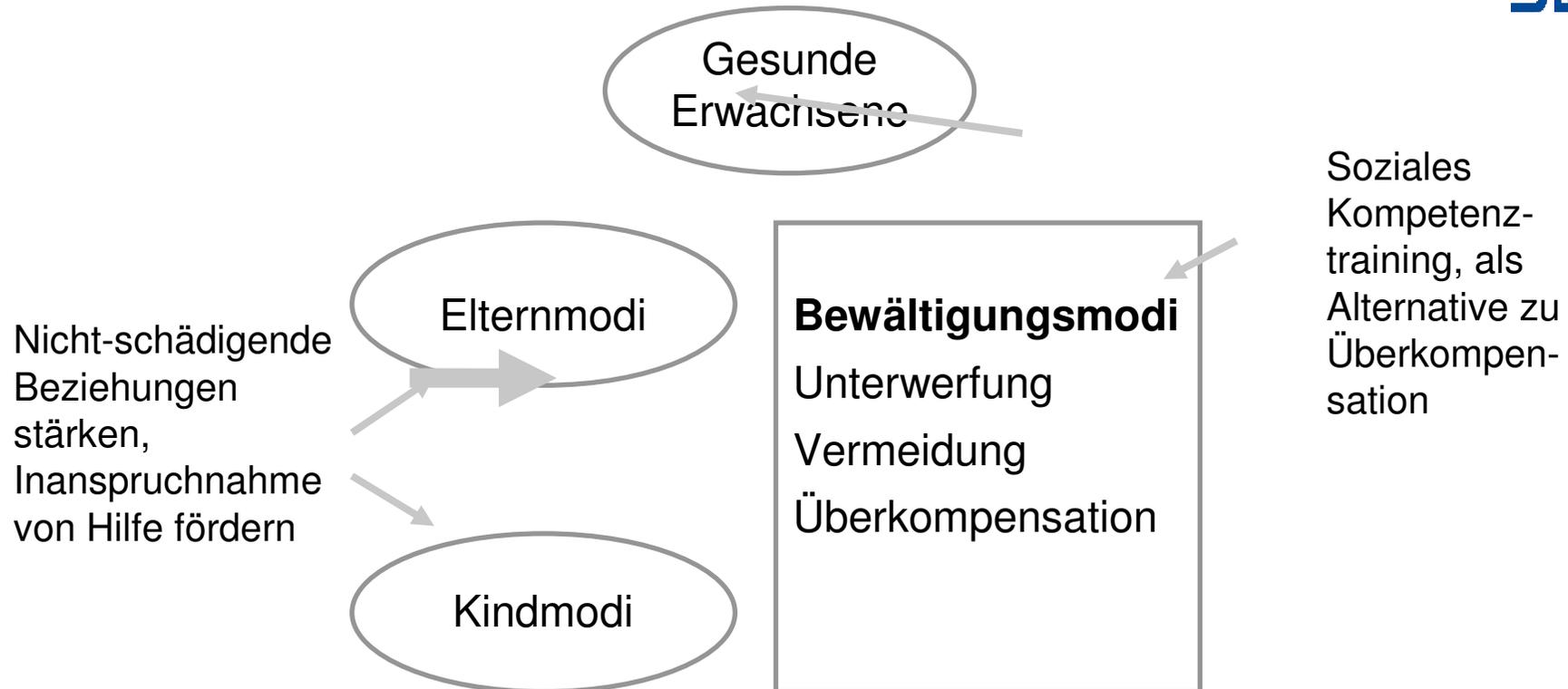
# Interventionen – Überblick



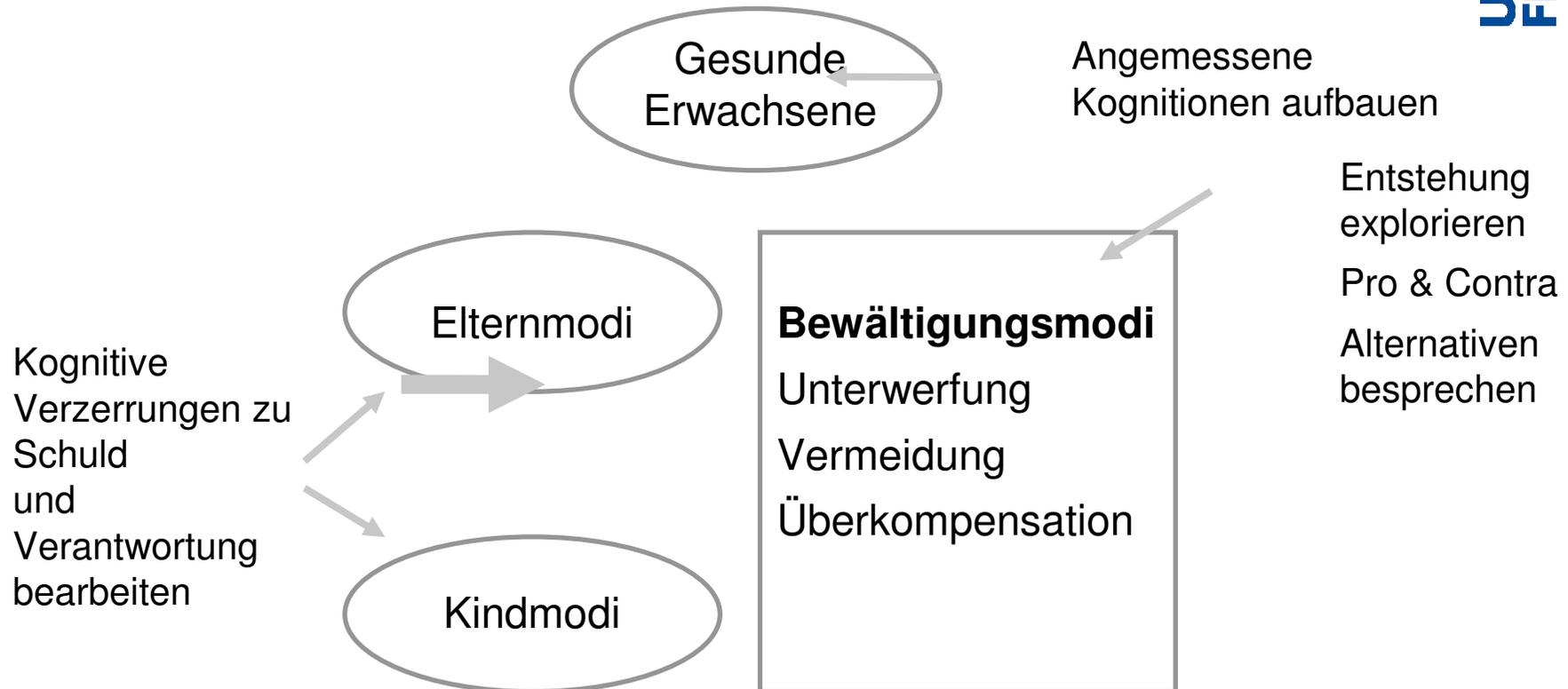
# Behandlung Fr. T. – Beziehungsebene



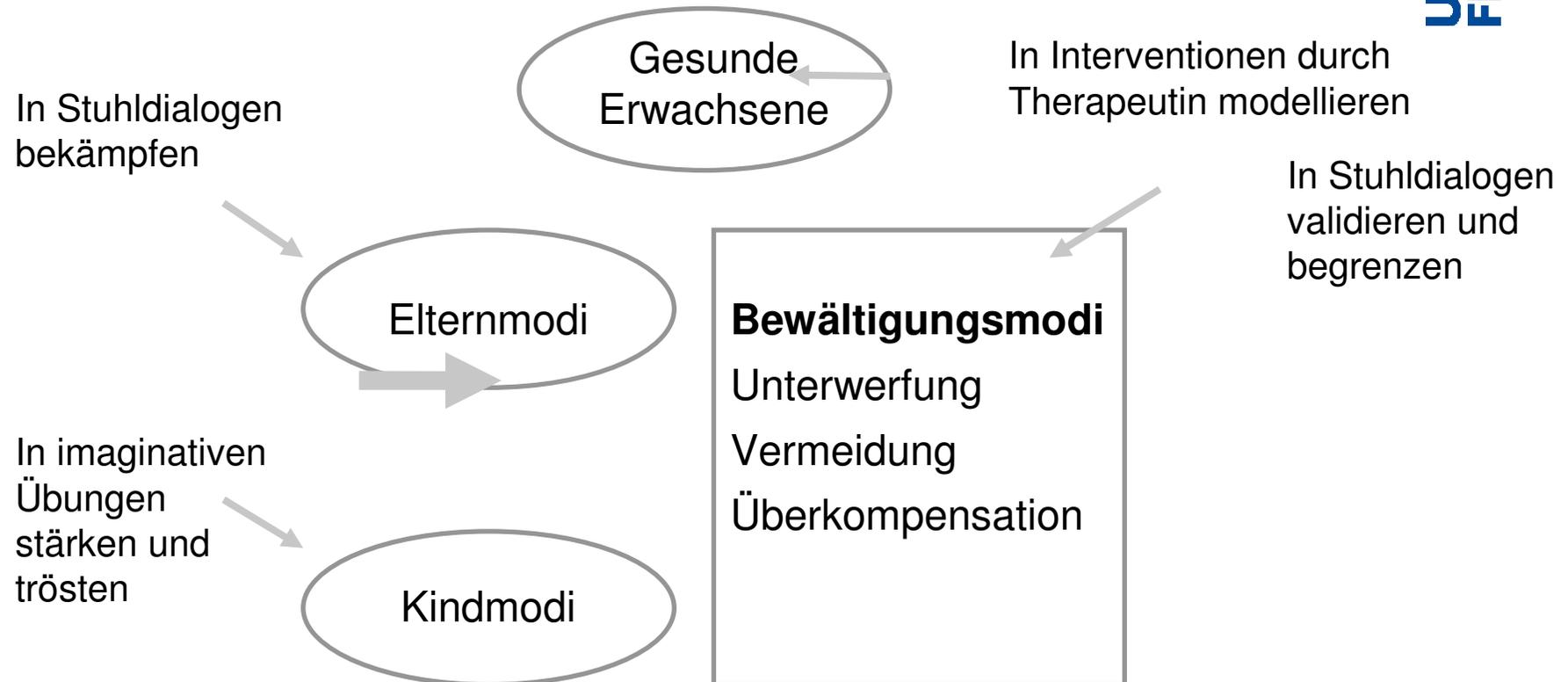
# Behandlung Fr. T. – Verhaltensebene



# Behandlung Fr. T. – kognitive Ebene



# Behandlung Fr. T. – Emotionale Ebene



# Schwerpunkte der Therapie



- Schwerpunkt auf der therapeutischen Beziehung (als Problem- und Lösungsfeld)
- Schwerpunkt auf zugrunde liegenden Mustern (Schemata, Vermeidung, Überkompensation)
- Umfangreicher Einbezug von Emotionen
- Bedürfnisorientierung als zentrales Konzept
- Kombination aus VT, Tiefenpsychologie, Gestalt/Psychodrama, humanistischer Therapie, mit handlungsleitendem Fallkonzept

# Was ist daran innovativ?



- Das machen wir doch genauso in der ...
- ... Hypnotherapie (Imaginatives Arbeiten)
- ... Gestalttherapie (Stuhldialoge, Emotionen)
- ... Arbeit mit Jungschen emotionalen Komplexen
- ... Arbeit nach Adler
- ... Transaktionsanalyse
- ... Integrativen Therapie nach Paetzold
- ...

- Stringenter Einbezug der Biografie
- Stringenter Einbezug von emotionalen Interventionen jenseits von Konfrontationsverfahren
- Klare Konzepte zur differentiellen Gestaltung der therapeutischen Beziehung (limited reparenting, empathische Konfrontation, limit setting)
- Stringenz durch Fallkonzept

# Bsp: Fr. T. beendet eine Beziehung



Gesunde  
Erwachsene

Beziehungsbotschaft:  
Ich glaube an Dich und  
daran, dass es richtig ist

Elternmodi

**Bewältigungsmodi**  
Unterwerfung  
Vermeidung  
Überkompensation

! Imaginations-  
übung, um  
Emotionen  
zu verstehen

Kindmodi

# Wem hilft es?



- Hervorragende Ergebnisse bei Borderline-Persönlichkeitsstörung
- Ermutigende Pilotdaten bei forensischen Patienten
- Gute (aber keine exzellenten) ersten Ergebnisse bei Patienten mit Cluster-C-PS

# RCT zu ST bei Borderline-PS



- Arnoud Arntz, Holland
- Giesen-Bloo et al. (2006), Arch Gen Psych
- Vergleich ST (n=44) vs. TFT (n=42)
- 3 Jahre, 2 Sitzungen pro Woche
- Ergebnis-Kriterien: Remission, BPS-Schweregrad, Psychopathologie, Funktionsniveau, Drop-outs

# RCT: Ergebnisse



- Drop-out: 25% in ST, 50% in TFT
- Remission: 46% in ST, 24% in TFT
- Reliable change: 66% in ST, 43% in TFT
- Verbesserungen auf allen anderen psychopathologischen und behandlungsspezifischen Maßen, ST signifikant überlegen

# RCT: Ergebnisse

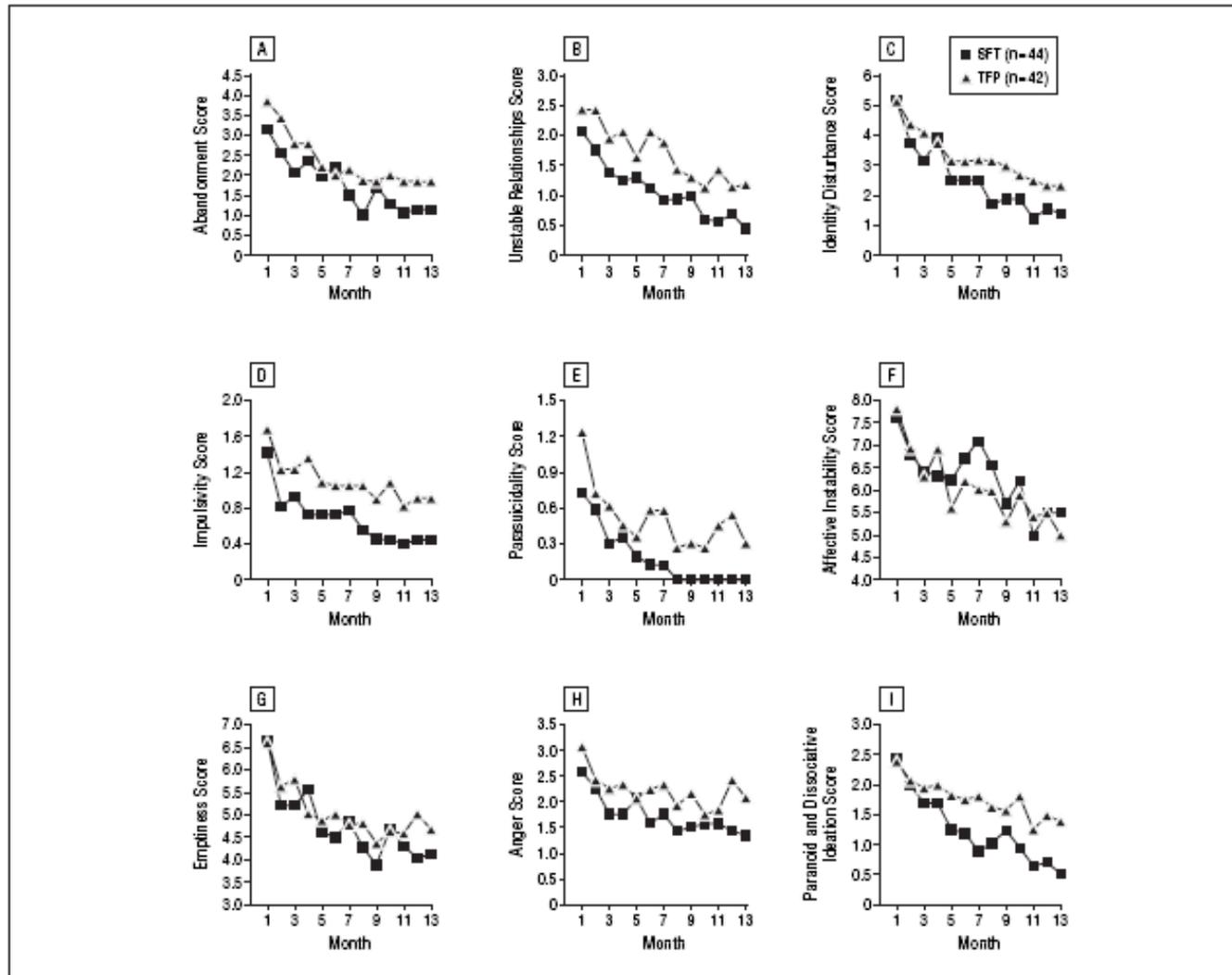


Figure 6. Median Borderline Personality Disorder Severity Index, fourth version (BPDSI-IV), subscale scores: abandonment (A), unstable relationships (B), identity disturbance (C), impulsivity (D), parasuicidity (E), affective instability (F), emptiness (G), anger (H), and paranoid and dissociative ideation (I). SFT indicates schema-focused therapy; TFP, transference-focused psychotherapy.

# Versorgungsstudie zu ST bei BPS



- Nadort et al. 2009a, b, c, Amsterdam: Implementierungs- und Versorgungsstudie zu ST bei BPS (2 Sitzungen/ Woche, 2 Jahre, random. Telefonkontakt)
- Vergleichbare Effekte wie bei Giesen-Bloo et al. (2006)
- Standardisiertes Therapeutentraining mit Lehr-DVD funktioniert gut (hohe Adhärenz)
- Verzicht auf Telefonkontakt außerhalb office hours beeinträchtigt Effekte nicht und entlastet Therapeuten

# RCT zu ST bei BPS in Gruppen



- Joan Farrell (J Behav Ther Exp Psychiatry, 2009), Indiana:
- RCT Vergleich ST (n=16) vs. TAU (n=16)
- 9 Monate, insgesamt 30 ST-Gruppensitzungen
- Keine Veränderung in TAU, signifikante Besserung in ST

# RCT Gruppen-ST: Ergebnisse



J.M. Farrell et al. / J. Behav. Ther. & Exp. Psychiat. xxx (2009) 1-12

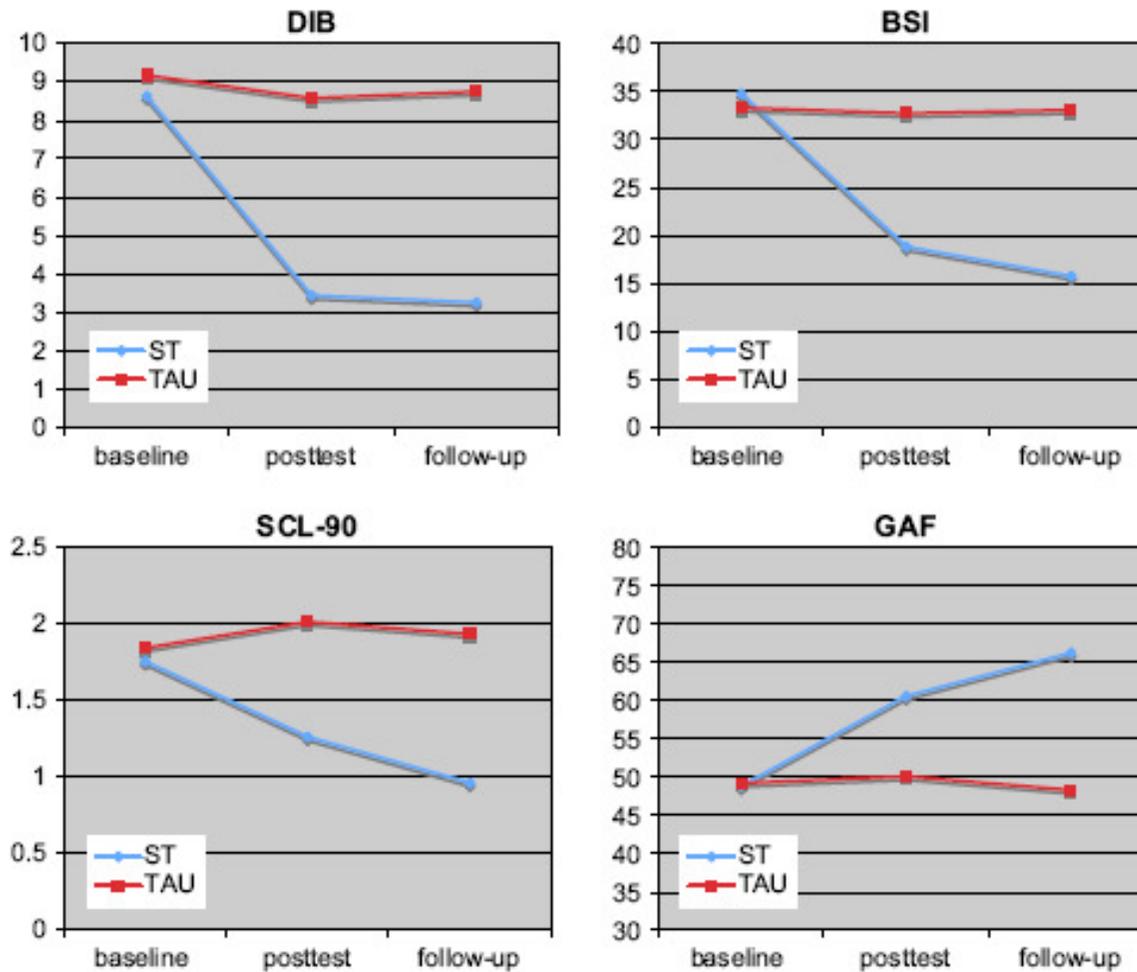


Fig. 2. Means of the outcome measures by group and time.

# Weitere laufende Behandlungsstudien



- A. Arntz: ST vs. GT für Pat. mit vermeidender, abhängiger, zwanghafter, paranoider, narzisstischer oder histrionischer PS (1. Jahr 40h, 2. Jahr 10 Booster-Sessions)
- D. Bernstein, Maastricht: ST vs. TAU bei forensischen Patienten mit antisozialer, narzisstischer, paranoider oder Borderline-PS
- Arntz & Farrell: ST bei BPS in Gruppen

# ST bei BPS in Gruppen



UNI  
FREIBURG

- Studienleiter: A. Arntz, J. Farrell
- 14 Zentren, geplantes n=448
- Deutsche Zentren: Freiburg, Hamburg, Lübeck
- in Deutschland gefördert von der Else Kröner-Fresenius-Stiftung
- Rekrutierung läuft aktuell, erste Studientherapien seit Juli 2010

# Dissemination und „Politik“

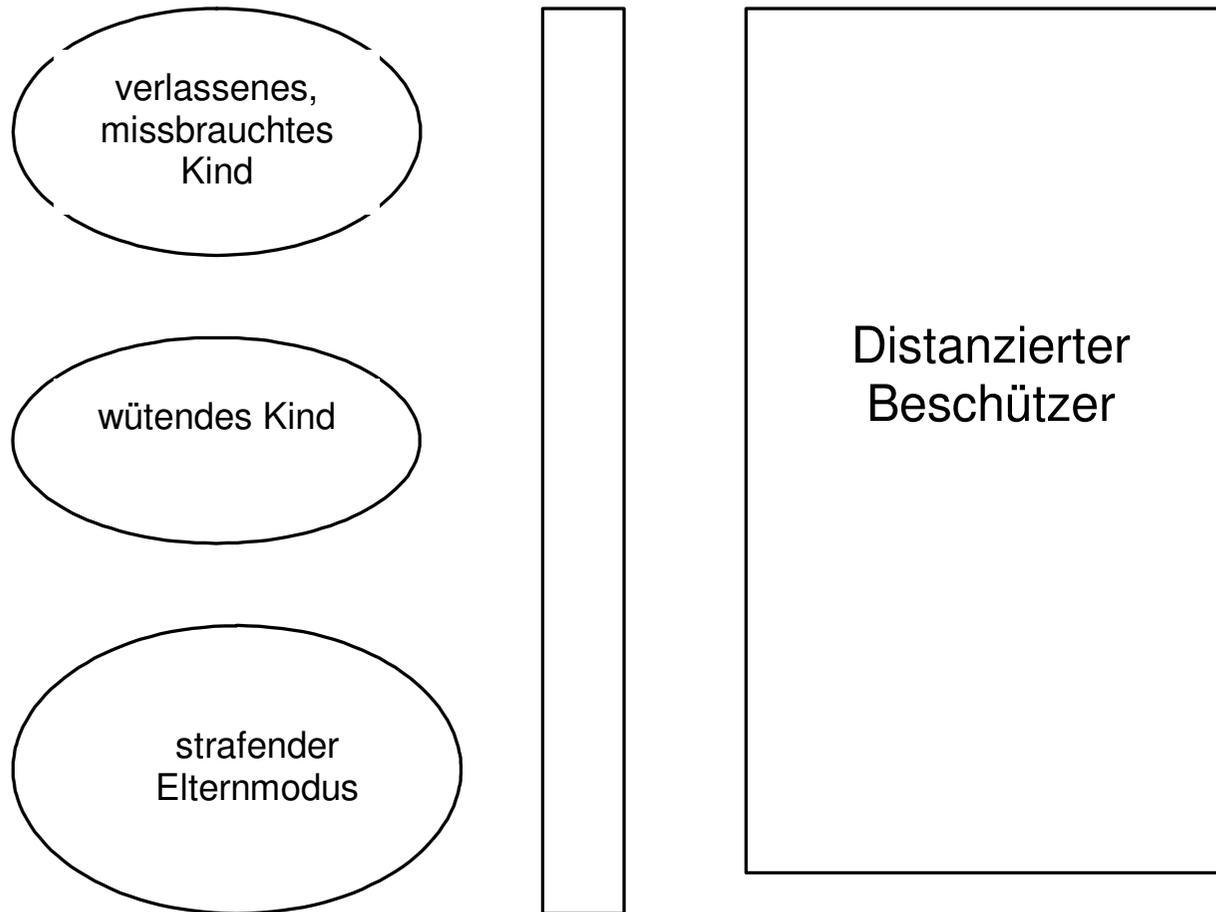


- Gründung des internationalen Fachverbandes ISST in 2008 ([www.isst-online.com](http://www.isst-online.com))
- Einführung einer Zertifizierung
- Gründung einer Fachgruppe Schematherapie im DVT in 2009
- In Deutschland zunehmendes Angebot an Workshops und Curricula

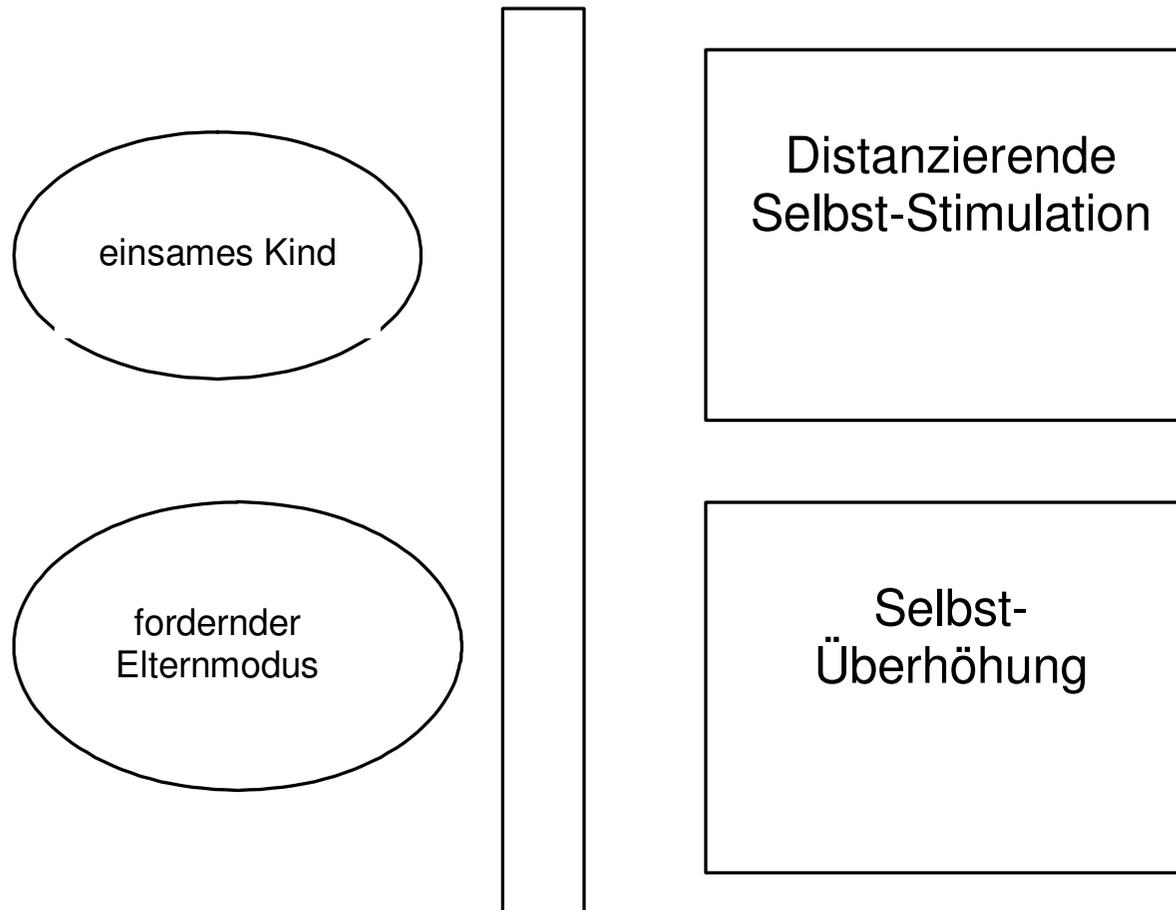


Herzlichen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!

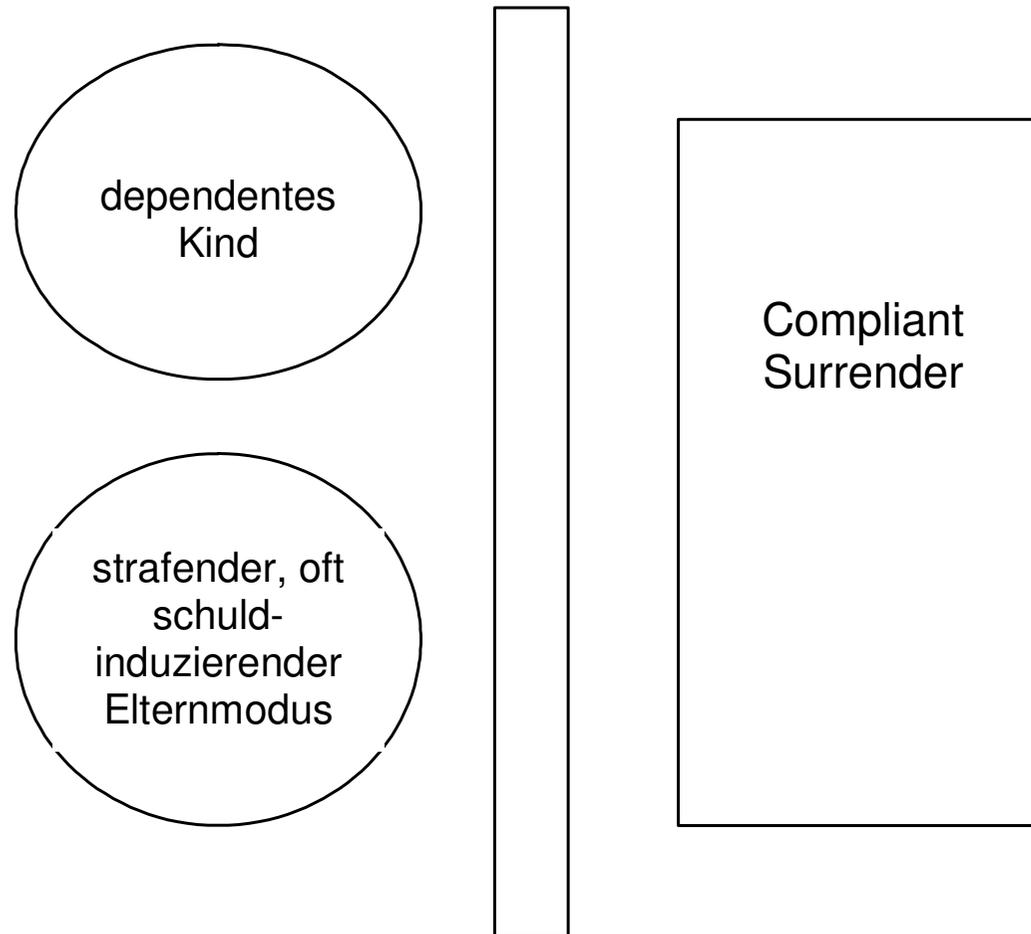
# Moduskonzept der Borderline-PS



# Moduskonzept der Narzisstischen PS



# Moduskonzept der Dependents PS



# Moduskonzept für forensische Pat.

