

Inhalt

Vorwort	9	
Von der »Psychotherapy Integration« zum Schema-Coaching	11	01
Einführung	12	
Schematherapie als integratives Modell für das Coaching	12	
Schemafokussierte integrative Psychotherapie (SFIP)	14	
Schema-Coaching	19	
Begriffe und Definitionen	22	
Was ist Coaching?	22	
Was ist Psychotherapie?	28	
Was wirkt in Psychotherapie und Coaching?	36	
Strukturebenen	48	
Integrative Ansätze	52	
Integratives Vorgehen in der Praxis	52	
Geschichte der »Psychotherapy Integration«	54	
Methoden und Formen der Integration	64	
Integrativ, integral, systemisch?	67	
Geschichte der Schematherapie	69	
Jeffrey Young und Aaron Beck	69	
Entstehung der Schematherapie	72	

02	Blickwinkel, Haltung und Elemente des Schema-Coachings	79
	Beziehungsgestaltung	80
	Mitgefühl und Resonanz	80
	Limitierte Nachbeelterung	83
	Würdevolle Partnerschaft und Psychoedukation	87
	Die Klientin als Heldin	89
	Empathische Konfrontation	91
	Ressourcenaktivierung	92
	Anliegen und Ziele	97
	Das aktuelle Anliegen	100
	Der biografische Bezug	103
	Die Hier-und-jetzt-Begegnung	105
	Ziel und Weg	105
	Rogers' Selbstaktualisierung	108
	Probleme, Ressourcen, Ziele	110
	Salutogenese	113
	Kindliche Grundbedürfnisse	117
	Grundbedürfnisse und Wertegemeinschaft	117
	Maslows Bedürfnismodell	119
	Kindliche Grundbedürfnisse nach Brazelton und Greenspan	120
	Grundbedürfnisse Erwachsener nach Grawe	120
	Grundbedürfnisse in der Selbstbestimmungstheorie	121
	Kindliche Grundbedürfnisse nach Young	122
	Das Schemamodell	124
	Schemata sind wie eine erste Aktivierungsphase	125
	Unkonditionale und konditionale Schemata	126
	Schemata aus dem verinnerlichten Selbstkonzept herausheben	128
	Domänen und Schemata	129
	Schemafragebogen	154
	Das Modusmodell	162
	Bewältigungsstile in der Schematherapie	162

Inhalt

Das Modusmodell	168
Die Moduskarte	179
Das Schema-Modus-Memo	180
Das Fallkonzept	183
Emotionen	186
Was sind Emotionen und Gefühle?	188
Welche Emotionen gibt es?	193
Emotionsfokussiertes Coaching	207
Imagination	225
Warum Imaginationen wirken	226
Zahlreiche imaginative Verfahren	230
Indikation und Kontraindikation	232
Voraussetzungen für Klienten und Profis	234
Schema- und Moduserkundung	236
Trancebeispiele und Übungen	241
Neugestaltung inneren Erlebens	256
Aktion, Aufstellung, Stühle	261
Gruppensimulationsverfahren	261
Ein-Personen-Spiele	269
Achtsamkeit	290
Elemente der Achtsamkeit	291
Übung als Weg	293
Liebe und Güte	293
Denken	297
Epiktet als Vordenker des Konstruktivismus	297
Denkoperationen	298
Glaubenssätze und Narrationen	300
Die Rational-Emotive Therapie nach Ellis	309
Beliefs, Emotionen und Verhaltenskonsequenzen der Schemata und Modi	313

03	Ablauf des Schema-Coachings und Weiterführendes	315
	Die 15 Schritte des Schema-Coachings	316
	Schema-Coaches und -therapeutinnen sowie Aus- und Fortbildung	319
	Schema-Coaches und Schematherapeutinnen	319
	Aus- und Fortbildung in Schematherapie und Schema-Coaching	319
	Tschüss	325
	P. S. als Dank	326
04	Verzeichnisse	327
	Kleine Schemabibliothek	328
	Sach- und Personenregister	329
	Sachregister	329
	Personenregister	333

Die Icons bedeuten:



Beispiel



Download



Info



Literaturtipp



Merke



Übung