

# Inhalt

Vorwort	11
<b>I Grundlagen</b>	<b>13</b>
<b>1 Einleitung</b>	<b>14</b>
1.1 Begriffsbestimmungen	14
1.2 Selbstwert: vorhandene Konzepte und Modelle	16
1.3 Vorhandene Behandlungsansätze zu selbstwertbezogenen Störungen	27
<b>2 Das Selbstwertproblem in der IKVT</b>	<b>32</b>
2.1 Was sind dysfunktionale Selbstwertkonzepte?	32
2.2 Welche dysfunktionalen Selbstwertkonzepte gibt es?	33
2.3 Arten dysfunktionalen Selbstbewertens	37
<b>3 Genese von Selbstwertproblemen</b>	<b>43</b>
3.1 Ursachen für Selbstbewertungen	43
3.2 Entstehungsbedingungen aus Sicht der IKVT	44
3.3 Aufrechterhalten von Selbstwertkonzepten durch Symptomgewinne	49
<b>4 Diagnostik und Problemanalyse bei Selbstwertproblemen</b>	<b>51</b>
4.1 Wann wird das eigene Selbstwertkonzept zum Problem?	51
4.2 Das Selbstwertproblem in der Problemorientierten Kognitiven Psychodiagnostik (PKP)	52
4.3 Diagnose von selbstwertbezogenen Störungen nach ICD-10	58
4.4 Organische Erkrankungen und Selbstwertprobleme	66
4.5 Fragebögen zur Diagnose von Selbstwertproblemen	67
<b>5 Therapieziele bei selbstwertbezogenen Störungen</b>	<b>69</b>
5.1 Das Selbstwertproblem lösen – aber wie?	69
5.2 Der Lösungsansatz der IKVT	71
<b>6 Besonderheiten bei der Therapie von Selbstwertproblemen</b>	<b>74</b>
6.1 Allgemeine Therapievoraussetzungen	74
6.2 Spezifische therapeutische Konzepte in der Therapie von Selbstwertproblemen	75
6.3 Behandlungsplan für Selbstwertprobleme und ihre Prognose	80

<b>7</b>	<b>»Ja, aber...« – Der Umgang mit typischen Widerständen und allgemeinen Stolpersteinen bei der Therapie von Selbstwertproblemen</b>	82
----------	--	----

## **II Kasuistik: praktisches Vorgehen bei der Therapie von Selbstwertproblemen** 87

<b>8</b>	<b>Allgemeines Vorgehen in den acht Phasen einer ambulanten IKVT bei der Therapie eines Selbstwertproblems</b>	89
8.1	Phase 1: Der Erstkontakt/die Sprechstunde	89
8.2	Phase 2: Probatorik: vertiefte Exploration, Anamnese, Diagnose, Therapieplan und Prognose	93
8.3	Phase 3: Lebensziele analysieren und planen	95
8.4	Phase 4: Problemeinsicht und Veränderungsmotivation bei psychosomatischen Erkrankungen und Verhaltensauffälligkeiten aufbauen	99
8.5	Phase 5: Das kognitive Modell zum Entstehen und Steuern von Emotionen vermitteln	99
8.6	Phase 6: Dysfunktionale Selbstwertkonzepte identifizieren	103
8.7	Phase 7: Identifizierte Selbstwertkonzepte auf Angemessenheit prüfen und neue, funktionale Konzepte erstellen lassen	105
8.8	Phase 8: Die neuen Konzepte trainieren und bahnen	122
<b>9</b>	<b>Frau Performer: singuläres Selbstwertproblem (Beliebtheit über Leistung)</b>	129
9.1	Phase 1: Der Erstkontakt / die Sprechstunde	129
9.2	Phase 2: Probatorik: vertiefte Exploration, Anamnese, Diagnose, Therapieplan und Prognose	141
9.3	Phase 3: Lebensziele analysieren und planen	145
9.4	Phase 4: Problemeinsicht und Veränderungsmotivation bei psychosomatischen Erkrankungen und Verhaltensauffälligkeiten aufbauen	149
9.5	Phase 5: Das kognitive Modell zum Entstehen und Steuern von Emotionen vermitteln	149
9.6	Phase 6: Dysfunktionale Selbstwertkonzepte identifizieren	149
9.7	Phase 7: Identifizierte Selbstwertkonzepte auf Angemessenheit prüfen und neue, funktionale Konzepte erstellen lassen	154
9.8	Phase 8: Die neuen Konzepte trainieren und bahnen	161

<b>10</b>	<b>Herr Höflich: Selbstwertproblem (Beliebtheit) mit hierarchischem Selbstwertproblem und parallelem Frustrationsintoleranzproblem</b>	171
10.1	Phase 1: Der Erstkontakt / die Sprechstunde	171
10.2	Phase 2: Probatorik: vertiefte Exploration, Anamnese, Diagnose, Therapieplan und Prognose	178
10.3	Phase 3: Lebensziele analysieren und planen	183
10.4	Phase 4: Problemeinsicht und Veränderungsmotivation bei psychosomatischen Erkrankungen und Verhaltensauffälligkeiten aufbauen	184
10.5	Phase 5: Das kognitive Modell zum Entstehen und Steuern von Emotionen vermitteln	185
10.6	Phase 6: Dysfunktionale Selbstwertkonzepte identifizieren	185
10.7	Phase 7: Identifizierte Selbstwertkonzepte auf Angemessenheit prüfen und neue, funktionale Konzepte erstellen lassen	188
10.8	Phase 8: Die neuen Konzepte trainieren und bahnen	194
<b>11</b>	<b>Frau Skinny: singuläres Selbstwertproblem (Beliebtheit)</b>	200
11.1	Phase 1: Der Erstkontakt / die Sprechstunde	200
11.2	Phase 2: Probatorik: vertiefte Exploration, Anamnese, Diagnose, Therapieplan und Prognose	209
11.3	Phase 3: Lebensziele analysieren und planen	212
11.4	Phase 4: Problemeinsicht und Veränderungsmotivation bei psychosomatischen Erkrankungen und Verhaltensauffälligkeiten aufbauen	213
11.5	Phase 5: Das kognitive Modell zum Entstehen und Steuern von Emotionen vermitteln	213
11.6	Phase 6: Dysfunktionale Selbstwertkonzepte identifizieren	213
11.7	Phase 7: Identifizierte Selbstwertkonzepte auf Angemessenheit prüfen und neue, funktionale Konzepte erstellen lassen	216
11.8	Phase 8: Die neuen Konzepte trainieren und bahnen	220
<b>12</b>	<b>Frau Stumm: Selbstwertproblem mit hierarchischem Selbstwertproblem</b>	227
12.1	Der Erstkontakt / die Sprechstunde	227
12.2	Phase 2: Probatorik: vertiefte Exploration, Anamnese, Diagnose, Therapieplan und Prognose	234
12.3	Phase 3: Lebensziele analysieren und planen	237
12.4	Phase 4: Problemeinsicht und Veränderungsmotivation bei psychosomatischen Erkrankungen und Verhaltensauffälligkeiten aufbauen	237

12.5	Phase 5: Das kognitive Modell zum Entstehen und Steuern von Emotionen vermitteln	237
12.6	Phase 6: Dysfunktionale Selbstwertkonzepte identifizieren	237
12.7	Phase 7: Identifizierte Selbstwertkonzepte auf Angemessenheit prüfen und neue, funktionale Konzepte erstellen lassen	240
12.8	Phase 8: Die neuen Konzepte trainieren und bahnen	244
<b>13</b>	<b>Phasentypische Fragen und Widerstände bei Selbstwertproblemen</b>	250
13.1	Phase 1: Erstkontakt	250
13.2	Phase 2: Probatorik: vertiefte Exploration, Anamnese, Diagnose, Therapieplan und Prognose	252
13.3	Phase 3: Lebensziele analysieren und planen	252
13.4	Phase 4: Problemeinsicht und Veränderungsmotivation bei psychosomatischen Erkrankungen und Verhaltensauffälligkeiten aufbauen	254
13.5	Phase 5: Das kognitive Modell zum Entstehen und Steuern von Emotionen vermitteln	255
13.6	Phase 6: Dysfunktionale Selbstwertkonzepte identifizieren	256
13.7	Phase 7: Identifizierte Konzepte auf Angemessenheit prüfen und neue, funktionale Konzepte erstellen lassen	257
13.8	Phase 8: Neue Konzepte trainieren und bahnen	259
	<b>Anhang</b>	261
	Hinweise zum Arbeitsmaterial	262
	Literatur	264
	Sachwortverzeichnis	269