



Newsletter

Sehr geehrte Damen und Herren

Als psychotherapeutisches Schwerpunktverfahren wird in unserer Fachklinik die **Schematherapie** nach Dr. Eckhard Roediger ausgebaut. Die Schematherapie deckt sowohl die Traumatherapie als auch die Arbeit mit Persönlichkeitsstörungen und den Zusammenhang mit Abhängigkeit im Rahmen der Dual-Fokus-Schematherapie nach Samuel Ball sowie mit anderen symptomatischen Störungen wie Depression ab.

Einfach gesagt: Über die Schematherapie können innere Muster, die sich schon in der Kindheit eingebrannt und zu schädigenden Bewältigungsstrategien geführt haben, bewusst gemacht und bearbeitet werden. Nach Jeffrey Young, Begründer der Schematherapie: „Eine Therapie, die ... eine einfühlsame und fürsorgliche Beziehung bietet, damit alte seelische Wunden heilen können ... Die Schematherapie ist eine moderne, integrative Therapieform, die ein tiefes Verständnis der Menschen mit konkreten Hilfestellungen zur Veränderung verbindet ...“

Unter Beachtung und in Kombination mit anderen Therapiemethoden der Verhaltenstherapie wie Skillstraining, Achtsamkeitsübungen, Verhaltensanalysen, das Führen des Eigenberichtes (Reflexion innerer Anteile) und Ergotherapie (z. B. Malen der inneren Anteile) arbeiten wir mit der Schematherapie wie im Folgenden beschrieben.

Zunächst erheben wir Informationen wie Diagnostik und Anamnese und definieren Therapieziele. Die schematherapeutische Diagnostik erfolgt über Fragebögen, die Schemata und Modi erfassen. Schemata werden dabei als neuronale Erregungsbereitschaften und Muster (z. B. Verlassenheit/Instabilität, emotionale Deprivation, Misstrauen/Missbrauch) gesehen, die sich in der Kindheit durch die Interaktionserfahrung mit relevanten Bezugspersonen eingebrannt haben. Resultat der Schemata oder die tatsächliche neuronale Erregung im Hier und Jetzt sind die inneren Anteile, die situationsabhängig variieren können. Dabei sind im Gehirn situationsspezifische Abbilder der eigenen Person (das innere Kind), der anderen Bezugspersonen und der gemachten Beziehungserfahrungen (sog. innere Bewerter oder schädigende Elternmodi) repräsentiert.

Wenn diese gemachten Beziehungserfahrungen hoch dysfunktional und unterschiedlich voneinander waren (wie beispielsweise sexuelle oder körperliche Gewalterfahrung, Vernachlässigung), dann haben

sich extrem unterschiedliche innere Abbilder eingebrannt, z. B. ein verletztes, einsames, hilfloses inneres Kind und ein stark generalisierter, negativer Bewerter, wie „Du bist nix wert. Du bist an allem schuld.“ Diese inneren Konflikte bleiben bis in die Gegenwart erhalten. Um innere Konflikte zu regulieren, wenden Menschen Bewältigungsmechanismen an, die in der Zeit, wo sie entstanden sind zwar nützlich waren (wie beispielsweise sich durch Drogen zu betäuben oder immer zu flüchten). Diese Mechanismen sind kurzfristig nützlich, im aktuellen Kontext aber dysfunktional und langfristig nicht nützlich bzw. schädlich. Die inneren Anteile aktualisieren sich an aktuellen Erfahrungen („Trigger“, auslösende Situation).

In der Schematherapie verfolgen wir das Ziel, den gesunden Erwachsenen zu aktivieren und zu entwickeln: Der gesunde Erwachsene kann das innere Kind versorgen (sich um die Gefühle kümmern), die Bewerter entmachten (Arbeit an inneren dysfunktionalen Kognitionen) und die dysfunktionalen Bewältigungsanteile in funktionales Verhalten umwandeln. Auf diesem Weg erarbeiten wir mit den Rehabilitanden, dass sie nicht mehr durch ihre Anteile gesteuert werden, sondern das Ruder selbst in die Hand nehmen können – selbstbestimmt statt abhängig.

Unsere Erfahrung zeigt, dass die Schematherapie von Rehabilitanden schnell verstanden wird, dass sie ein praktikables Störungsmodell bietet und auf viele Situationen anwendbar ist. Natürlich braucht dieser Prozess auch Zeit und Geduld. Wir arbeiten in unserem Haus in zwei Schematherapiegruppen und wenden die Schematherapie in der Einzelpsychotherapie an. Die Rehabilitanden beginnen, sich gegenseitig zu unterstützen. Und: Schematherapie macht Spaß.

Bei Fragen können Sie sich gern an Frau Corinna Glausch, Leitende Psychologin, wenden.

Freundliche Grüße aus Wermsdorf

SHM Suchthilfe Mitteldeutschland gGmbH

Ihr Klinikteam
Fachklinik für Drogenrehabilitation Wermsdorf

Fachklinik für Drogenrehabilitation Wermsdorf
Hubertusburg 39
04779 Wermsdorf
Telefon 034364 8839-0
Telefax 034364 8839-38
info@drogenklinik-wermsdorf.de

SHM Suchthilfe Mitteldeutschland gGmbH
Geschäftsführer: Thomas Pallutt, Sitz der Gesellschaft: Wermsdorf, HRB 22079, Amtsgericht Leipzig