

# Allgemeine Information zum 4-teiligen Kinder-Curriculum in der Schematherapie mit Kindern und Jugendlichen (ST-KJ)

Die Schematherapie (ST) nach J. E. Young bezieht als eine Ergänzung und Weiterentwicklung der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) besonders die Emotionen, aber auch entwicklungspsychologische Gesichtspunkte zentral in ihre diagnostischen und therapeutischen Überlegungen mit ein. Darüber hinaus beruht Schematherapie auch auf einem Modell der Grundbedürfnisse und „ihrer Schicksale“ im Lebensverlauf. Daher scheint die ST - im Sinne einer technischen und strategischen Variante der KVT - auch und vor allem im Bereich der Kinder- und Jugendlichkeitstherapie besonders geeignet, um handlungsleitende, diagnostische und therapeutische Konzepte zu generieren.

In den insgesamt 4 Workshop-Einheiten (WS 1-4) des „Kinder-Curriculums“ werden zunächst das schematherapeutische Störungsmodell (Schemata, Modi, Bewältigungsstrategien), die dahinterstehende Theorie (zentrale Bedeutung von seelischen Grundbedürfnissen vor dem Hintergrund entwicklungspsychologischer Anforderungen), Möglichkeiten der Diagnostik (z. B. projektive Verfahren) und Notwendigkeiten in der therapeutischen Haltung (z. B. Nachbeelterungs-Konzept, Empathische Konfrontation) auf dem Boden von Temperaments- und Persönlichkeitsfaktoren im Kindes- und Jugendalter eingegangen.

Im Zentrum der Workshop-Reihe stehen jedoch die Vermittlung und Einübung von schematherapeutischen Strategien, die sich in der schema- und modusgeleiteten, verhaltenstherapeutischen Praxis im Kindes- und Jugendalter bewährt haben. Ein weiterer Schwerpunkt wird durch die Vermittlung einer intensivierten Elternarbeit im Sinne eines „Schemacoachings“ bzw. einer „Systemischen Schematherapie“ gelegt, die u.a. Schema- bzw. Modus-Transaktionsprozesse zwischen Kind und Eltern/Familie näher beleuchtet (gegenseitige Verstärkung von maladaptiven kindlichen und elterlichen Schemata).

Inhalte der kinder- und elternspezifischen schematherapeutischen Techniken sind u.a. die altersgerechte Psychoedukation des Kindes und Vermittlung des Modus- bzw. Schemamodells: Hierzu werden die Teilnehmer lernen, wie Zeichnungen und Bilder in der Modusarbeit eingesetzt werden, wie Hand- und Fingerpuppen die konkrete Einbindung in das Modus- und Schemakonzept ermöglichen und wie Stuhlarbeit mit Kindern sowie Modusdialoge zielführend durchgeführt werden. Auch die Verwendung von Stammgeschichten, modusbezogenen Kinderbüchern, die Arbeit am „Inneren Haus“ zur Darstellung des Erfahrungs-Schema-Modus-Zusammenhangs (Biografiearbeit mit imaginärer Umschreibung von Schlüsselerlebnissen) werden kindgerecht dargestellt. Vorgehensweisen zur modusorientierten Spieltherapie und Imaginationstechniken runden das Bild der Techniken ab, die teils zur klärungsorientierten Phase zählen, gleichzeitig aber auch eine Brückenfunktion zur veränderungsorientierten Phase einnehmen. Hierbei spielen kognitive, emotionsbezogene und handlungsorientierte Veränderungsstrategien und die besondere Beziehungsgestaltung zum Kind und seinen Bezugspersonen (Nachbeelterungs-Konzept) eine wichtige Rolle. Zu den Veränderungsstrategien gehören Arbeitsblätter und schema- und modusgeleiteten Übungen für die Zeit zwischen den Therapiesitzungen (Hausaufgaben).

Schließlich lernen die Teilnehmer die Besonderheiten bei der Erstellung von Gutachten kennen. Zuletzt werden Ideen für den Einsatz in Selbsterfahrungs- und Supervisionsgruppen (z.B. in der Ausbildung zum Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten) diskutiert.

	<b>Workshop</b>	<b>Gesamt</b>	<b>didactic</b>	<b>dyadic</b>
ST-KJ WS 1	4-teiliges Kinder-Curriculum Workshop 1 Einführungs-Workshop	16 UE*	13 UE	3 UE
ST- KJ WS 2	4-teiliges Kinder-Curriculum Workshop 2 ST für Kinder & Jugendl.	16 UE	10 UE	6 UE
ST- KJ WS 3	4-teiliges Kinder-Curriculum Workshop 3: ST für Eltern	16 UE	11 UE	5 UE
ST- KJ WS 4	4-teiliges Kinder-Curriculum Workshop 4: Fallkonzeptualisierung, Spieltherapie	16 UE	10 UE	6 UE
	Gesamt	64 UE	44 UE	20 UE

\* UE: Unterrichtseinheit entspricht 45 Minuten

## **4-teiliges Kinder-Curriculum Workshop 1:**

### **Einführungs-Workshop (16 UE)**

Im Einführungs-Workshop werden das Entstehungsmodell und die Aufrechterhaltung maladaptiver Schemata vor dem Hintergrund altersspezifische Entwicklungsaufgaben, Risiko-, Schutz- und Temperamentsfaktoren erläutert. Bezogen auf Kindesalter erfolgt die Darstellung der 18 von Young beschriebenen Schemata sowie typischer kindlicher und jugendlicher Bewältigungsstrategien. Weitere Inhalte sind Techniken der multimodalen Diagnostik (Einsatz von Exploration, Fragebogen, Modus-Skizze mit Schemata) und Erläuterungen zur Bedeutung der therapeutischen Beziehung, Psychoedukation und empathischen Konfrontation.

Es werden überblicksartig therapeutische Strategien demonstriert: Arbeiten mit Zeichnungen und Bildern, modusorientierte Spieltherapie, Arbeit mit Geschichten, Arbeit mit Finger- und Handpuppen, Metaphern, Stuhlarbeit, Imagination, Arbeit am „Inneren Haus“, Einsatz von Memokarten und Hausaufgaben.

Als ein wichtiger Teil der ST-KJ wird überblicksartig die Elternarbeit skizziert (Schema-Coaching). Inhalte dabei sind typische Moduskonstellationen bei Eltern, Untersuchung elterlicher Schemata und Modi und die konkrete Einführung in die Modusarbeit mit Eltern.

## 4-teiliges Kinder-Curriculum Workshop 2:

### **Vertiefung ST mit Kindern- und Jugendlichen (16 UE)**

Der Workshop baut auf dem Einführungsworkshop (WS 1) auf. Das Ziel dieses Workshops ist es, die Techniken der Schematherapie mit Kindern und Jugendlichen und mit Eltern (Teil 1) konkret zu erlernen. Nach einer kurzen Anknüpfung an die schematheoretische Einführung und dem Austausch über erste Erfahrungen in der Praxis (WS 1) sollen die Besonderheiten in der Beziehungsgestaltung mit der Balance von wertschätzendem „Limited Reparenting“ und empathischer Konfrontation sowie die praktische Arbeit mit den speziellen schematherapeutischen Techniken im Mittelpunkt stehen. Die auf Eltern bezogene Modusarbeit mit Stühlen, Fingerpuppen, Imaginationsarbeit, Erstellung von Schema- und Modus-Memos, Innere Dialoge und die Arbeit mit dem Schema-bzw. Modus-Tagebuch werden ebenfalls begonnen und WS 3 fortgeführt.

Ein wichtiger Teil ist auch die Selbsterfahrung der Therapeuten: Hierzu wird auf freiwilliger Basis anonym eine Schema- und Modusdiagnostik angeboten, die anonym durchgeführt wird. Die Ergebnisse eines jeden Therapeuten können dann auf Wunsch in der Kleingruppenarbeit verwendet werden, um eigene „emotionale Knöpfe“ und Verletzbarkeiten in der therapeutischen Arbeit mit den Kindern und deren Eltern bewusst zu machen.

Video-Beispiele und Rollenspiele im Paar- oder Dreiergruppen-Setting sorgen für die Festigung und Vertiefung des Gelernten. Im Einzelnen sind folgende Inhalte und Methoden geplant:

- Erfüllung von Grundbedürfnissen mithilfe von Stammgeschichten
- Modusarbeit mit Fingerpuppen oder ähnlichem Material
- Einsatz des Moduskarten-Sets (Graaf; Beltz-Verlag)
- Besonderheiten in der ST mit Jugendlichen (z. B. Schema- oder Modus-Rap)
- Modus-Memo (Erstellung und Einsatz)
- Stuhldialog mit Kindern (Drei-Stühle-Dialog)
- Imaginationen (z.B. Reise zum Clever-Modus)

## 4-teiliges Kinder-Curriculum Workshop 3:

### **Vertiefung ST mit Eltern (16 UE)**

Der Workshop baut auf dem Einführungsworkshop (WS 1) und Vertiefung mit K/J (WS 2) auf. Das Ziel dieses Workshops ist es, die Techniken der Schematherapie mit Kindern und Jugendlichen konkret zu erlernen. Nach einer kurzen Anknüpfung an die schematheoretische Einführung und dem Austausch über erste Erfahrungen in der Praxis (WS 1 und WS 2) sollen die Besonderheiten in der Beziehungsgestaltung mit der Balance von wertschätzendem „Limited Reparenting“ und empathischer Konfrontation sowie die praktische Arbeit mit den speziellen schematherapeutischen Techniken im Mittelpunkt stehen. Die auf Eltern bezogene Modusarbeit mit Stühlen, Fingerpuppen, Imaginationsarbeit, Erstellung von Schema- und Modus-Memos, Innere Dialoge und die Arbeit mit dem Schema-bzw. Modus-Tagebuch werden ebenfalls durchgeführt.

Ein wichtiger Teil ist auch die Selbsterfahrung der Therapeuten: Hierzu wird auf freiwilliger Basis eine Schema- und Modusdiagnostik angeboten, die anonym durchgeführt wird. Die Ergebnisse eines jeden Therapeuten können dann auf Wunsch in der Kleingruppenarbeit

verwendet werden, um eigene „emotionale Knöpfe“ und Verletzbarkeiten in der therapeutischen Arbeit mit Kindern und deren Eltern bewusst zu machen.

Video-Beispiele und Rollenspiele im Paar- oder Dreiergruppen-Setting sorgen für die Festigung und Vertiefung des Gelernten. Im Einzelnen sind folgende Inhalte und Methoden geplant:

Folgende Inhalten werden im Workshop abgedeckt:

- Schema-Coaching: Indikation und Ziele (u.a. „Limited Grandparenting“<sup>1</sup>)
- Untersuchung eigener (therapeutischer) Schemata und Modi (mittels Fragebogen) und Integration der Kenntnisse in schwierige Therapiesituationen
- Untersuchung elterlicher Ressourcen, Bedürfnisse und Familienstrukturen
- Stuhldialoge mit Eltern
- Edukationshilfen zum Schema- und Moduskonzept
- Typische dysfunktionale Modus-Konstellation zwischen Eltern und Kind
- Korrektur elterlicher Schemata und Modi (u.a. Aufbau positiver Aktivitäten etc.)
- Teufelskreis in der Erziehung in Verbindung mit dem Modus-Konzept
- Modus-Memokarte für Eltern
- Imaginäres Überschreiben

## **4-teiliges Kinder-Curriculum Workshop 4:**

### **Schematherapeutische Fall-Konzeptualisierung sowie Spieltherapie (16 UE)**

Der Workshop baut auf den Workshops 1, 2 und 3 des 4-teiligen Kinder-Curriculums auf. Das Ziel dieses Workshops ist es, weitere Methoden in der ST-KJ kennenzulernen, auszuprobieren und die Vorgehensweisen insgesamt auf eigene Fälle anzuwenden.

- Erstellung eines schematherapeutischen Störungsmodells (Fallkonzeptualisierung)
- Arbeit am „Inneren Haus“
- Modusorientierte Spieltherapie (u.a. mit Klappmaulpuppen)
- Schematherapeutische Aspekte bei Gutachtenanträgen
- Besonderheiten bei Supervision, Selbsterfahrung und Zertifizierung

**Alle Workshops bieten neben grundlegender Theorie viele praktische Anschauung durch Bild- und Videomaterial sowie kleine Übungen zur Übertragung in die eigene Praxis.**

### **Literaturempfehlungen:**

---

<sup>1</sup> „Analog zum „limited reparenting“-Konzept werden in der Elternarbeit inadäquat erfüllte Bedürfnisse der Eltern in ihrer eigenen Kindheit nachbelebt. Hiermit tritt der Therapeut in der Rolle der Großeltern des Index-Patienten (Kindes) auf.“

### Schematherapie mit Kindern:

Loose, C. & Graaf, P. (2014). Schematherapie mit Kindern. Video-Learning. Weinheim: Beltz.

Loose, C, Graaf, P, & Zarbock, G. (2013). Schematherapie mit Kindern und Jugendlichen. Weinheim: Beltz.

Loose, C, Graaf, P, & Zarbock, G. (2015). Störungsspezifische Schematherapie mit Kindern und Jugendlichen. Weinheim: Beltz.

### Schematherapie mit Erwachsenen:

Jacob, Gitta & Arntz, Arnould (2011). Schematherapie in der Praxis. Weinheim: Beltz.

Jacob, G., Genderen van, H. & Seebauer, L. (2011). Andere Wege gehen: Lebensmuster verstehen und verändern - ein schematherapeutisches Selbsthilfebuch. 1. Auflage. Beltz.

Roediger, Eckhard (2011). Praxis der Schematherapie. Stuttgart: Schattauer.

Roediger, Eckhard & Jacob, Gitta (2011). Fortschritte der Schematherapie. Göttingen: Hogrefe.

Young, J., Klosko, J. & Weishaar, M. E. (2008). Schematherapie. Paderborn: Junfermann.

Young, J. & Klosko, J. (2006). Sein Leben neu erfinden. Paderborn: Junfermann

### Grundlagen in Verhaltenstherapie:

Zarbock, G. (2011). Praxisbuch Verhaltenstherapie: Grundlagen und Anwendungen biografisch-systemischer Verhaltenstherapie. Lengerich: Pabst