

Eva Dieckmann

Die Narzisstische Persönlichkeitsstörung mit Schematherapie behandeln

ZU DIESEM BUCH

Menschen mit einer Narzisstischen Persönlichkeitsstörung sind meist nicht die angenehmsten Patienten. Ihr spezifischer Verhaltensstil kann auch emotional zugewandte Therapeuten und Therapeutinnen an ihre Grenzen bringen. Der von Jeffrey Young entwickelte Ansatz der Schematherapie ist besonders gut geeignet, dem Patienten erstmals Einblick in seine dysfunktionalen interpersonellen Muster zu geben – ohne dass er sich abgewertet und verletzt fühlen muss. Das Praxishandbuch zeigt das genaue Vorgehen anwendungsbezogen und an vielen Beispielen.

Dr. med. Eva Dieckmann, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, ist ärztliche Leiterin der Privatambulanz in der Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Freiburg i. Breisgau

Alle Bücher aus der Reihe ›Leben Lernen‹ finden Sie unter:
www.klett-cotta.de/lebenlernen

Eva Dieckmann

Die Narzisstische Persönlichkeitsstörung mit Schematherapie behandeln

Mit einem Vorwort und einem Beitrag
von Wendy T. Behary

Klett-Cotta

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

© 2011 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Printausgabe: ISBN 978-3-608-89116-4

E-Book: ISBN 978-3-608-10259-8

PDF-E-Book: ISBN 978-3-608-20035-5

Das E-Book basiert auf der 1. Auflage 2011 der Printausgabe.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über

<<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

Für Axel und Albrecht sen.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Wendy T. Behary	13
Einleitung	15
1. Einführung in die Schematherapie	21
1.1 Unterschiede zwischen Schematherapie und Kognitiver Verhaltenstherapie	22
1.2 Theoretische Basis der Schematherapie	25
1.2.1 Frühkindliche maladaptive Schemata	25
1.2.2 Schemadomänen	28
Domäne I: <i>Abtrenntheit/Ablehnung</i>	28
Domäne II: <i>Eingeschränkte Autonomie und Leistungsfähigkeit</i>	29
Domäne III: <i>Ohne Grenzen sein</i>	30
Domäne IV: <i>Fremdbezogenheit</i>	30
Domäne V: <i>Wachsamkeit und Gehemmtsein</i>	30
1.2.3 Maladaptive Bewältigungsstrategien (Kompensationsmechanismen oder Copingstile)	32
»FIGHT« <i>Überkompensation</i>	32
»FLIGHT« <i>Vermeidung</i>	33
»FREEZE« <i>Erdulden</i>	34
1.2.4 Modusansatz zur Therapie schwerer Persönlichkeitsstörungen	35
Kind-Modi	39
Maladaptive Bewältigungsmodi	42
Maladaptive Elternmodi	43
Gesunder Erwachsener-Modus	43
1.3 Indikation und Kontraindikation für den Einsatz von Schematherapie	45

1.4	Beschreibung des Therapieprozesses	46
1.4.1	Übergeordnete Ziele der Behandlung	46
1.5	Schematherapeutische Bausteine in chronologischer Reihenfolge	47
1.5.1	Evaluation der Schemata und Edukation	47
1.5.2	Kognitive Techniken	49
	Historische Überprüfung	49
	Dialoge zwischen der »Schemaseite« und dem gesunden Erwachsenen	51
	Schema-Memos	52
	Schematagebuch	52
1.5.3	Emotionsfokussierte Techniken	52
	»Limited Reparenting«	54
	Unterbrechung dysfunktionaler Verhaltensmuster	56
	Modusarbeit	57
1.6	Wirksamkeitsnachweis	58
1.7	Abgrenzung zu anderen Therapien	60
1.8	Zusammenfassung, Kritik und Ausblick	62
2.	Symptomatik und Diagnostik der Narzisstischen Persönlichkeitsstörung (= NPS)	69
2.1	DSM-IV-Kriterien der Narzisstischen Persönlichkeitsstörung	71
2.2	Kriterien der Narzisstischen Persönlichkeitsstörung (modifiziert nach Millon)	72
2.3	Narzissmus-Erstbeschreibung	74
2.4	Ätiologische Konzepte für die Genese von Narzissmus ..	77
2.5	Ätiologie der Narzisstischen Persönlichkeitsstörung aus schematherapeutischer Sicht: Frühe maladaptive Schemata und Schemadomänen	79
2.5.1	Domäne I und aktive Schemata	79
	Schema Misstrauen/Missbrauch	79
	Schema emotionale Entbehrung	82

	Schema Unzulänglichkeit/Scham	84
	Schema soziale Isolation	86
2.5.2	Domäne II und aktive Schemata	86
	Schema Abhängigkeit/Inkompetenz	87
	Schema Verstrickung/unterentwickeltes Selbst ...	87
2.5.3	Domäne III und aktive Schemata	88
	Schema Anspruchshaltung/Grandiosität	90
	Schema unzureichende Selbstkontrolle/-disziplin	91
2.5.4	Domäne IV und aktive Schemata	92
	Schema Unterordnung/Unterwerfung	93
	Schema Streben nach Zustimmung und	
	Beachtung	95
2.5.5	Domäne V und aktive Schemata	96
	Schema unerbittliche Standards	97
2.6	Schemamodi bei der Narzisstischen Persönlichkeits-	
	störung	97
2.6.1	Modus der narzisstischen Selbsterhöhung	97
2.6.2	Modus des distanzierten Beschützers/ der distanzierenden Selbstberuhigung	100
2.6.3	Modus des einsamen/beschämten Kindes	102
2.6.4	Modus des ärgerlichen Kindes	102
2.6.5	Modus des fordernden Elternteils	103
3.	Therapie der Narzisstischen Persönlichkeitsstörung ...	105
3.1	Einige Vorbemerkungen zur Therapie der NPS: übliche Hindernisse auf dem Weg	105
3.2	Regeln und Hilfestellungen für die Therapie von Patienten mit NPS	108
	● Die Therapiebeziehung muss von gegenseitigem Respekt geprägt sein	108
	● Patient und Therapeut müssen sich sicher fühlen können	109
	● Es müssen Grenzen gesetzt werden	109
	● Die Entdeckung der Durchschnittlichkeit	110
	● Die Patienten müssen lernen, dass ihr Verhalten Konsequenzen hat	110

● Auf die Kraft des Wir bauen	111
● Die günstige Auslegung zweifelhafter Umstände: In dubio pro reo	112
● Die Regel der impliziten Annahme	112
● Als Rollenmodell fungieren, wenn es um Entschuldigungen geht	113
● Bei Konflikten auf die Metaebene wechseln	113
● Unterscheiden zwischen Schuld und Verantwortung .	114
● Die Modussprache benutzen	114
● Konzepte aus der Neurobiologie einführen	116
● Hilfsmittel zur Annäherung an die Vergangenheit ...	116
● Rückschläge antizipieren und nicht die Geduld verlieren	117
● Loben und Unterstützung verbalisieren	118
4. Schematherapeutische Interventionen	119
4.1 Schematherapie für einen Patienten mit Narzisstischer Persönlichkeitsstörung	119
4.2 Schematherapeutische Fallkonzeption	121
Hintergrundinformation	121
Therapieanlass, Achse-I-Symptome, Schweregrad	121
Relevante Schemata mit Bezug zur biografischen Entwicklung	121
Relevante Modi	122
Aktuelle Probleme und lebensgeschichtliche Einbindung (life patterns)	122
Schema und Modustrigger	123
Mögliche temperamentbedingte und biologische Faktoren	123
Ursprünge der Probleme in der Entwicklung (Erinnerung an Erlebnisse mit Mutter, Vater, Geschwistern, Peers)	123
Wichtige Kindheitserinnerungen und -bilder	124
Kognitionen und kognitive Verzerrungen	124
Schemabewältigung	124
Sich-Fügen, Sich-Abfinden	124

Vermeiden	124
Überkompensation	124
Therapeutische Beziehung (Schemata und Modi des Patienten während der Sitzungen, Reaktionen des Therapeuten, Gegenübertragung)	125
4.3 Therapieziele	125
4.3.1 Therapieoptionen	126
Grenzen setzen	126
Emotionsaktivierende Techniken	128
Stuhldialog mit der verletzlichen Seite	128
Stühlearbeit mit mehreren Stühlen: der Modus des distanzierten Beschützers	130
Moduskonzept	131
Imagination zum Modus des verletzlichen Kindes	131
Weitere Möglichkeiten zum Einsatz von Imagination	135
Umgang mit der Selbsterhöhung: die Technik der empathischen Konfrontation oder die »Ja,-aber-...«-Intervention	136
Den Grundkonflikt darstellen: Stuhldialog zwischen der Selbsterhöhung und dem vulnerablen Kind	139
Stuhldialog mit dem fordernden Elternteil	140
Kognitive Techniken	142
Die Ebene der Verhaltensänderung	143
Behandlungsabschluss, Katamnese, Diskussion	144
4.4 Fallstricke in der Behandlung: Wenn Schemata der Therapeuten getriggert werden	144
4.5 Zusammenfassung und Ausblick	146
 Wendy T. Behary: Die Kunst der empathischen Konfrontation – mit narzisstischen Klienten arbeiten	 149
Danksagung	163
Literatur	165

Vorwort

Eva Dieckmann widmet sich in ihrem Buch einer Patientengruppe, die üblicherweise hohe Herausforderungen an Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen stellt. »Die Narzisstische Persönlichkeitsstörung mit Schematherapie behandeln« ist ein sorgfältig durchdachtes und umfassendes Werk, das dem erfahrenen Kliniker einen weit mehr als basalen Überblick über die Vielschichtigkeit der Narzisstischen Persönlichkeitsstörung bietet. Das Buch beschäftigt sich mit einer komplexen Materie und hilft dabei, Zugang zu verschiedenen Erfassungsmethoden, einer klinischen Fallkonzeptualisierung und der Formulierung eines Behandlungsplans zu finden, welcher wirksame Therapiestrategien für narzisstische Patienten bietet.

Patienten mit Narzisstischen Persönlichkeitsstörungen sind ein notorisch schwieriges Klientel und ich bin froh darüber, dass meine geschätzte Kollegin dieses wichtige Buch in Angriff genommen hat. Ich bin überzeugt, dass es dem Leser als höchst nützliche klinische Ressource dienen wird.

Eva Dieckmann diskutiert auf dem Hintergrund langjähriger klinischer Erfahrung mit der Schematherapie dieses evidenzbasierte, vielfältige Therapiemodell auf klare, intelligente und gut verständliche Art. Ihre reichhaltige klinische Erfahrung und Expertise mit der Thematik zeigt sich auch an der Beschreibung theoretischer Einzelheiten und den lebendig geschilderten Fallbeispielen.

Eva und mich verbindet ein gemeinsames und kollaboratives Interesse an dieser Patientengruppe und wir haben viele Stunden mit dem Besprechen, dem Beobachten und der Behandlung narzisstischer Patienten verbracht. Wir sind auch Ko-Autoren einiger Artikel zu dieser Thematik und ich bin immer wieder begeistert, wenn wir die Gelegenheit haben, Ideen und Erfahrungen auszutauschen.

Meine eigene berufliche Entwicklung hinsichtlich einer Spezialisierung auf Narzissmus und die Anwendung des schematherapeutischen Ansatzes begann schon früh in meiner beruflichen Laufbahn, als mir

auffiel, wie meine eigenen Schemata getriggert wurden, wenn ich mit narzisstischen Patienten arbeitete. Neben meiner Tendenz zu Hartnäckigkeit und Kompetitivität hatte ich auch noch das Glück, von meinem Mentor und guten Freund Jeffrey Young – dem Begründer der Schematherapie – in unschätzbare Weise supervidiert und fortwährend unterstützt zu werden. Sein Schemamodus-Modell für Narzissmus stellt einen wertvollen und äußerst bedeutsamen Beitrag für Therapeuten dar, die mit NPD und Narzissmusspektrum-Patienten arbeiten.

Schematherapie wurde von Jeffrey Young und Kollegen über mehr als 20 Jahre lang entwickelt. Sie soll Therapeuten und Patienten dabei helfen, emotionale Kernthemen (Schemata) zu verstehen und zu heilen, die in der Kindheit und Jugend beginnen und letztendlich zu repetitiven, selbstschädigenden Lebensmustern führen. Schematherapeuten helfen den Patienten durch »limited re-parenting« – und zwar in Form ständiger entsprechender Interaktionen im Rahmen der therapeutischen Beziehung sowie durch emotionsfokussierte Strategien – Zugang zu ihren verletzlichen emotionalen Zuständen (Kind-Modi) zu finden, um dann dem »gesunden Erwachsenen« Modus beizubringen, für das einsame Kind zu sorgen. Diese Bemühungen, Gelegenheiten zu schaffen, (langwährende) unerfüllte Bedürfnisse zu erfüllen, ermöglichen dem Patienten – mit Hilfe erfahrungsgeleiteter, kognitiver und verhaltensbezogener Strategien – zu lernen, wie sie ihre fehlangepassten Bewältigungsreaktionen durch gesündere ersetzen können.

Dr. Dieckmann vermittelt dem Leser auf wohlformulierte und persönliche Weise, wie Schematherapie unter Einsatz des Schemamodusansatzes dieses Ziel mit narzisstischen Patienten spezifisch angeht. Ihre Kompetenz und ihr unermüdlicher Einsatz für diese Patientengruppe wird von einer Leserschaft aller klinischen Disziplinen begeistert aufgenommen werden – da bin ich sicher.

Wendy T. Behary

Direktorin des »Cognitive Therapy Center of NJ« und des »NJ Institute for Schema Therapy«. Präsidentin der »International Society of Schema Therapy (ISST)«.