

Serge K. D. Sulz
Praxismanual Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie

Serge K. D. Sulz

Praxismanual Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie

Anleitung zur Therapiedurchführung

Psychosozial-Verlag

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.

Originalausgabe
© 2022 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG, Gießen
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)
ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert
oder unter Verwendung elektronischer Systeme
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: Wassily Kandinsky, *Zu grün*, 1928
ISBN 978-3-8379-3248-5 (Print)
ISBN 978-3-8379-7970-1 (E-Book-PDF)

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	9
Modul 0: Therapiebeginn und Diagnostik	23
Modul 1: Bindung	41
Modul 2: Überlebensregel	87
Modul 3: Achtsamkeit und Akzeptanz	117
Modul 4: Emotion Tracking	141
Modul 5: Mentalisierungsförderung	205
Modul 6: Entwicklung auf die Denken-Stufe	253
Modul 7: Entwicklung auf die Empathie-Stufe	305

Einleitung		
Folie	Karte	Thema
1	1	Titel MVT-HANDBUCH Einleitung
2	1r	Dieses Handbuch für die täglichen Therapien in Praxis oder Klinik
3	2	LEKTÜRE
4	2r	Dieses Konzept-Wissen ist Voraussetzung
5	3	Dieses Praxis-Wissen ist Voraussetzung
6	3r	Abbildung Spirale Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie MVT
7	4	Neue Psychotherapien (Zeitachse)
8	4r	MVT wurde von Serge Sulz als Brücke ... entwickelt
9	5	Diagramm Von der SBT ...
10	5r	Diagramm Abtrennung von PKP
11	6	Diagramm ... zur MVT
12	6r	Fonagys Impulsgeber
13	7	VT-Impulsgeber
14	7r	Mentalisierung als Brücke zwischen TP und VT
15	8	Kernthesen des Mentalisierungsansatzes
16	8r	7 Probleme des Patienten
17	9	7 Ziele der MVT
18	9r	7 Therapie-Module der MVT
19	10	7 plus 1 MVT-Module
20	10r	Interventionsschritte A–D --> Verhalten?
21	11	Schulung – Übung - Training
22	11r	Die 5 Trainingsbereiche der Mentalisierungs-fördernden Verhaltenstherapie MVT
23	12	Training des Therapeut.-verhaltens – gut vorbereitet sein

MVT-HANDBUCH Einleitung

- Durch Metakognitives Training zu
Bindungssicherheit, Emotionsregulation,
Selbstwirksamkeit und Empathie

→ **Bewegende Momente und Schritte in der
Psychotherapie**

Serge K. D. Sulz
Prof. Dr. phil. Dr. med. Dipl.-Psych.

Dieses Handbuch für die täglichen Therapien in Praxis oder Klinik

- ist ein Leitfaden für die praktische Durchführung der Mentalisierungsfördernden Verhaltenstherapie MVT,
- die durch metakognitives Training und Emotion Tracking
- zu Bindungssicherheit, gelingender Emotionsregulation, Selbstwirksamkeit und Empathie führt.
- Im A4-Format und als Ringbuch ist es ideal für das Kopieren von Arbeitsblättern für den Patienten.
- Alle 7 Module werden detailliert im konkreten Handeln der TherapeutIn beschrieben:
- Bindung, Überlebensregel, Achtsamkeit, Emotion Tracking, Mentalisierung, Entwicklung metakognitiven Denkens, Entwicklung von Empathie

LEKTÜRE

für Patienten (und TherapeutInnen):
Die Bedeutung der Kindheit ist leichter zu verstehen durch Lektüre von

Sulz (2020): Als Sisyphus seinen Stein losließ. Oder: Verlieben ist verrückt.
Gießen: Psychosozial-Verlag

(Dieses Buch wird sehr gern gelesen. Die Themen werden anschaulich durch Fallbeispiele und Fall-Vignetten sowie durch den Blick in die eigene Psyche)

3

Dieses Konzept-Wissen ist Voraussetzung

»Das Buch von Serge K.D. Sulz zur Mentalisierungsfördernden Verhaltenstherapie ist ein Muss für jeden, der Verhaltenstherapie nicht nur an der Oberfläche verstehen will.«

Prof. Dr. Michael Linden

Mit dem Ansatz der Mentalisierungsfördernden Verhaltenstherapie vereint Serge K.D. Sulz erfolgreiche Konzepte der Verhaltenstherapie und der psychodynamischen Psychotherapie und vermittelt anschaulich notwendige Kompetenzen für die klinische Praxis, denen eine zentrale Therapiestrategie zugrunde liegt: Zunächst wird mit dem Aufbau einer sicheren Bindung und selbstwertstärkenden Beziehung begonnen. Aus der Biografie wird die kindliche Überlebensstrategie (inneres Arbeitsmodell) als heute dysfunctional gewordene Überlebensregel offengelegt und durch eine Erlaubnis gebende Lebensregel ersetzt. Mit Achtsamkeit werden die Emotionsprozesse in den Fokus der Aufmerksamkeit geholt und mit dem Emotion Tracking in der Tiefe erfahren und reflektiert. Schließlich wird die Stagnation der Entwicklung behoben, indem der Schritt von den nicht-mentalisierten (impulsiven oder affektiven) Stufen auf die mentalen Stufen (Selbstwirksamkeit und Empathie) gefördert wird.



Serge K.D. Sulz, Prof. Dr. phil., Dr. med., ist Psychiater (Verhaltenstherapie), Psychosomatiker (Psychanalyse) und Honorarprofessor an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Er ist Lehrbuchherausgeber und Autor zahlreicher Fachbücher. Seine Schwerpunkte sind Entwicklungspsychologie und Emotionsregulation. Er beforscht das Emotion Tracking als ersten Schritt der Mentalisierungsförderung und die Integration psychodynamischer und behavioraler Ansätze zur Entwicklung einer stabilen Theory of Mind/Theorie des Mentalen.

Serge K.D. Sulz

Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie

Entwicklung von Affektregelung, Selbstwirksamkeit und Empathie



4

Dieses Praxis-Wissen ist Voraussetzung

Serge K.D. Sulz

Am idios evelit velecea turibus, opta ped que et doluptur, od molo ea sum, ulparumquid estiam illatatur, voluptur, sinima adis quae dolupti omni riusamus daeae pla dolutisci unt latem estistotaque nonesedicia seque lacerfe ritiatisto mi, nis net querit volupitio. Ucisis isinihil inim et velisquaque nus eositis et et qui sum quunt face sequo elscispanto tem. At et quasped moluptatur auta non non cor molorep ertero in et, qui ne doluptatem ea ilaspic temqui volupta quatis restin et quisit aliquia ssumqua quia volupta tioneq ulbusdam volorunt omnis consed maioribus, iesstant rendae. Attatum quis essus est, ut faccum fugit, qui omnihiliqui nissunt otassi dolulta qui a coria el et fuga. Nam, quideneac lanit ut resequanda nullacc uptaquitor apid quundit im que praten ulligimne nus qui solupatus volorep eltaest, volupata que volut moditio testrup tattentissi imoluptaspel maximo voluptisn etur, velistrum ella nihiis evend enim moles escipsa ndaeprae niet quatus, ipcaborour, quilitur quas escipsu ntsto volup



Serge K.D. Sulz, Prof. Dr. phil., Dr. med., ist Psychiater (Verhaltenstherapie), Psychosomatischer (Psychoanalyse) und Honorarprofessor an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Er ist Lehrbuchherausgeber und Autor zahlreicher Fachbücher. Seine Schwerpunkte sind Entwicklungspsychologie und Emotionsregulation. Er beforscht das Emotion Tracking als ersten Schritt der Mentalisierungsförderung und die Integration psychodynamischer und behavioraler Ansätze zur Entwicklung einer stabilen Theory of Mind/Theorie des Mentalen.

www.psychosozial-verlag.de



Serge K.D. Sulz: Heilung und Wachstum der verletzten Seele

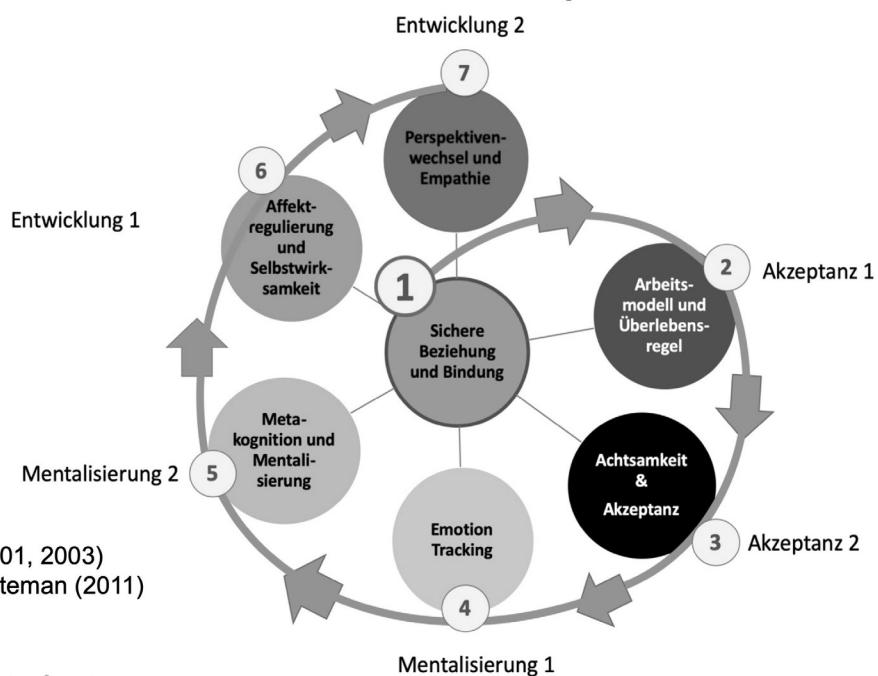
Heilung und Wachstum der verletzten Seele

Praxisleitfaden
Mentalisierungsfördernde
Verhaltenstherapie



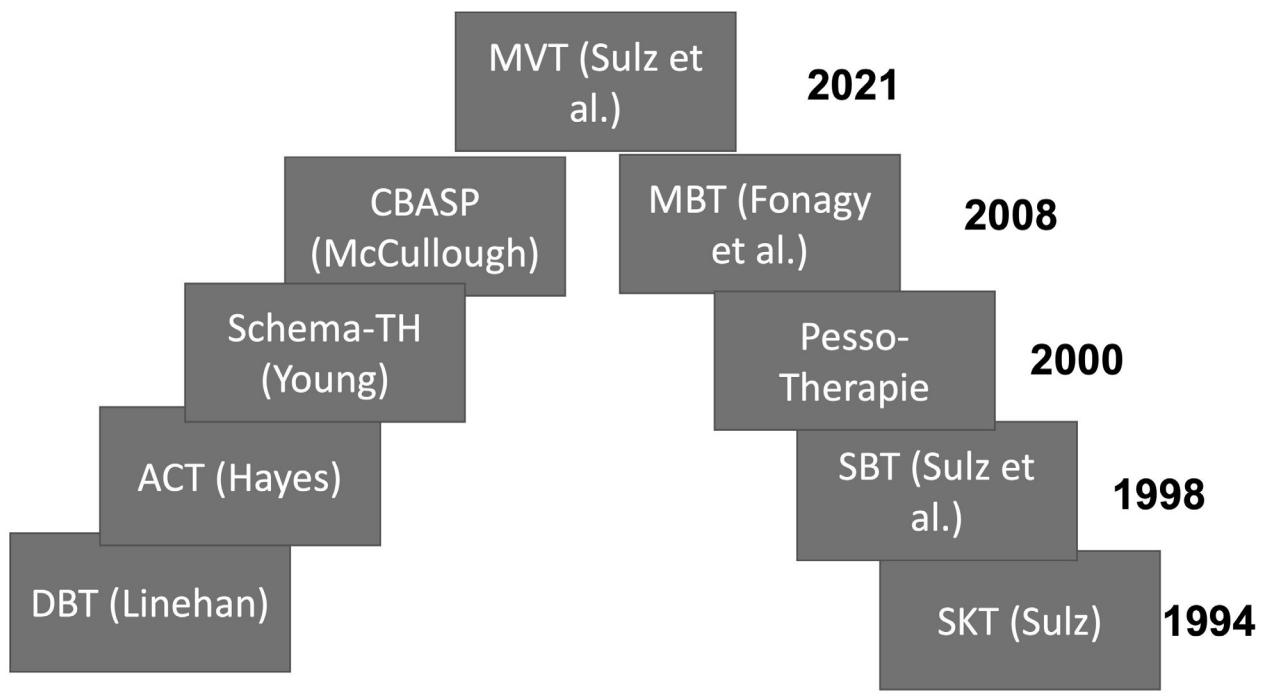
5

Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie MVT*



6

Neue Psychotherapien (Zeitachse)



7

*Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie MVT

MVT wurde von Serge Sulz als **Brücke zwischen Psychodynamischen und kognitiv-behavioralen Therapien** entwickelt. Sie ist begründet in

- Der **Entwicklungspsychologie** (Bindungstheorie von Bowlby, Entwicklungstheorien von Piaget und Pesso und Mentalisierungsansatz von Fonagy und Mitarbeitern)
- Der **Neurobiologie** (u.a. Damasio) und den psychologischen Zweiprozesstheorien und Systemtheorien (Epstein, Grawe u.a.)
- Der kognitiven Verhaltenstherapie und der **3. Welle der VT** (z.B. DBT)

Sie ist eine **Weiterentwicklung der Strategisch-Behavioralen Therapie SBT** (Sulz und Mitarbeiter) und der Strategischen Kurzzeittherapie SKT (Sulz).

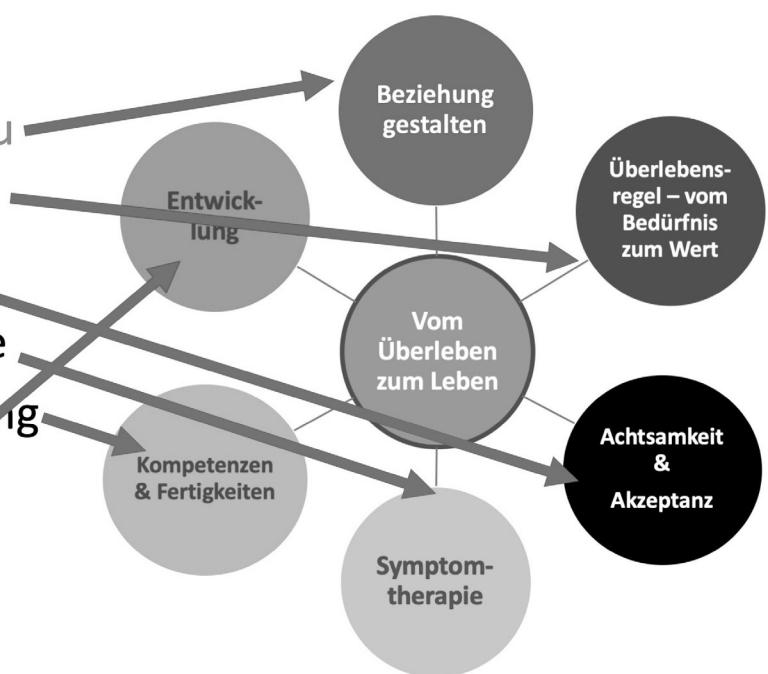
Sie umfasst **7 Module**

Siehe Sulz 2017a-d und 2021

8

Von der SBT ...

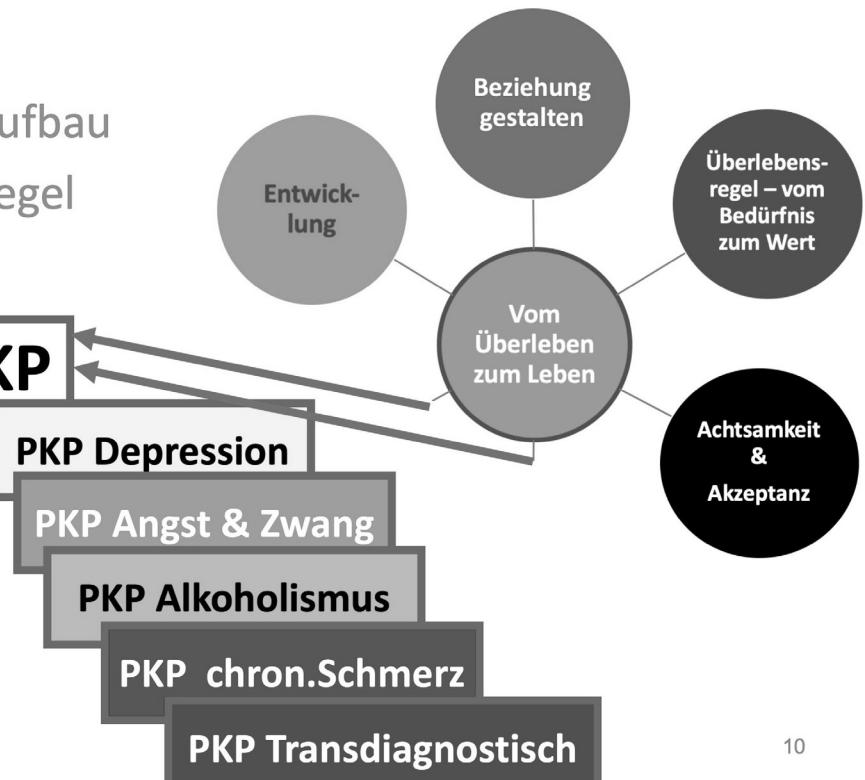
1. Beziehungsaufbau
2. Überlebensregel
3. Achtsamkeit
4. Symptomtherapie
5. Fertigkeitstraining
6. Entwicklung



9

Von der SBT ...

1. Beziehungsaufbau
2. Überlebensregel
3. Achtsamkeit
4. ...
5. ...
6. Entwicklung



10