

Moduszirkel
Interaktion zwischen zwei Personen

1) Th. U.K.

2) Pat. Herr H

Happy child
Freude, sich
angenommen
fühlen

Veränderte Situation:
Perspektivenwechsel, Pat.
äußert Bindungsbedürfnis
kooperative Arbeitshaltung

Gesunde:r Erwachsene:r
Handlung: Oh es tut mir Leid,
dass ich Sie gestresst habe. Mir
liegt viel an der Therapie.

Gesunde:r Erwachsene:r
Ich darf Fehler machen,
bin eine gute Therapeutin

Entmachtet Stopp, das ist falsch und ungerecht!

Tröstet / Beruhigt
Ich steh zu Dir und hab dich lieb!
.....und schütze Dich!

Was macht / sagt Person 2 = **Auslösesit.:**
Pat.: äußert harsche Kritik an Th. (ÜK).
Stellt sich selbst als passiv-hilflos dar (Ich weiß jetzt gar nicht mehr weiter...) (ÜK)

Was sagt Kritiker:in / Abwerter:in / Katastrophisierer:in:
Du bist völlig inkompetent, schuldig, wirst von allen abgelehnt werden!
bedroht Selbstwert, Bindung

Erzeugt welche **Gefühle im Kind ?**
Angst Trauer | Ärger Ekel

Traurigkeit, Angst, Ärger

Dysfunktionale Bewältigung:
UO: Unterordnen / Aufopfern / Anpassen
V: Situationen + Gefühle vermeiden / sich rechtfertigen
keine Gefühle zeigen / Rückzug / Ablenkung
Zerstreuung / Sucht /
ÜK: Kontrolle / Manipulation / Aggression

Sichtbares Verhalten
ist der
Dysfunktionale Zirkel

Dysfunktionale Bewältigung:
UO: Unterordnen / Aufopfern / Anpassen
V: Situationen + Gefühle vermeiden / keine Gefühle zeigen / Rückzug / Ablenkung / Zerstreuung / Sucht /
ÜK: Kontrolle / Manipulation / Aggression

Erzeugt welche **Gefühle im Kind ?**
Angst Trauer | Ärger Ekel

Angst vor Verlassen werden, Einsamkeit, Wut

Was sagt Kritiker:in / Abwerter:in / Katastrophisierer:in :
Du bist ein Nichtsnutz, niemand interessiert sich für dich! Alle sind böse!
bedroht Selbstwert, Bindung

Was macht / sagt Person 1 = **Auslösesituation:**

Th. schluckt Ärger runter, rechtfertigt sich, redet viel (V), fühlt sich schuldig, überzieht die Sitzung (UO).

Gesunde:r Erwachsene:r
Ich kann Menschen vertrauen.

Tröstet / Beruhigt
Du bist ein liebenswerter Junge. Ich halte zu Dir!

Entmachtet
Hör auf! Er kann nichts dafür. Die Th. ist okay, alle Menschen machen Fehler.

Happy child
Innere Ruhe,
Zufriedenheit

Gesunde:r Erwachsene:r
Es tut mir leid, dass... Ich merke, dass ich fühle.. Lassen Sie uns schauen, welcher Anteil das bei Ihnen ist....

Veränderte Situation: Pat. erfährt „echte“ Gefühle der Th., Empathie, kann in Arbeitsmodus wechseln