

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](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

[www.psychosozial-verlag.de](http://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

<b>Vorwort</b>	7
<b>Einleitung</b>	9
<b>Modul 0: Therapiebeginn und Diagnostik</b>	23
<b>Modul 1: Bindung</b>	41
<b>Modul 2: Überlebensregel</b>	87
<b>Modul 3: Achtsamkeit und Akzeptanz</b>	117
<b>Modul 4: Emotion Tracking</b>	141
<b>Modul 5: Mentalisierungsförderung</b>	205
<b>Modul 6: Entwicklung auf die Denken-Stufe</b>	253
<b>Modul 7: Entwicklung auf die Empathie-Stufe</b>	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 dysfunktional gewordene Überlebensregel offengelegt und durch eine Erlaubnis gebende Lebensregel ersetzt. Mit Aufmerksamkeit 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.



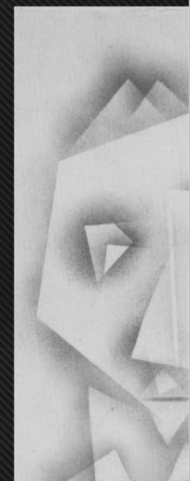
**Serge K. D. Sulz**, Prof. Dr. phil., Dr. med., ist Psychiater (Verhaltenstherapie), Psychosomatiker (Psychoanalyse) und Honorarprofessor an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Er ist Lehrbuchherausgeber und Autor zahlreicher Fachbücher. Seine Schwerpunkte sind Entwicklungspsychologie und Emotionsregulation. Er beforcht 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

Serge K.D. Sulz

### Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie

Entwicklung von  
Affektregulierung,  
Selbstwirksamkeit  
und Empathie



4

# Dieses Praxis-Wissen ist Voraussetzung

Serge K. D. Sulz

## Heilung und Wachstum der verletzten Seele

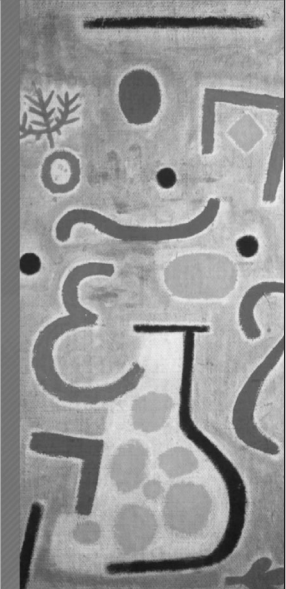
Praxisleitfaden  
Mentalisierungsfördernde  
Verhaltenstherapie

Am idios evelit velecea turibus, opta ped que et doluptur, od molo ea sum, ulparumquid estiam illatur, voluptur, sinima adis quae dolupti omni iusamus daecae pla dolut isci unt latem estistotaque nonesedicia seque lacerfe ritiatisto mi, nis net quaerit volupitio. Ucisit isinihil inim et velisquatque nus eostis et et qui sum quunt facea sequo elescipsanto tem. At et quasped moluptatur auta non non cor molorop erfero in et, qui ne doluptatem ea illaspic temqui volupta quatis restin et quisit aliqua quia volupta tionseq uibusdam volorumt omnis consed maioribus, idestiant rendae. Atiatum quis essus est, ut faccum fugit, qui omnihilique nissunt otassi dolupta qui a coria el et fuga. Nam, quidenecae lanit ut resequianda nullacc uptaquiatur apid quundit im que pratem ullignime nus qui soluptatius volorep elitaest, voluptata que volut moditio testrup tantentissi imoluptaspel maximo voluptisin etur, velistrum ella nihitis evendenimus moles escipsa ndaeprae niet quatus, ipicaborrur, quiaturit quas escipsu ntisto volup



Serge K. D. Sulz, Prof. Dr. phil., Dr. med., ist Psychiater (Verhaltenstherapie), Psychosomatiker (Psychoanalyse) und Honorarprofessor an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Er ist Lehrbuchherausgeber und Autor zahlreicher Fachbücher. Seine Schwerpunkte sind Entwicklungspsychologie und Emotionsregulation. Er beforcht 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: Heilung und Wachstum der verletzten Seele



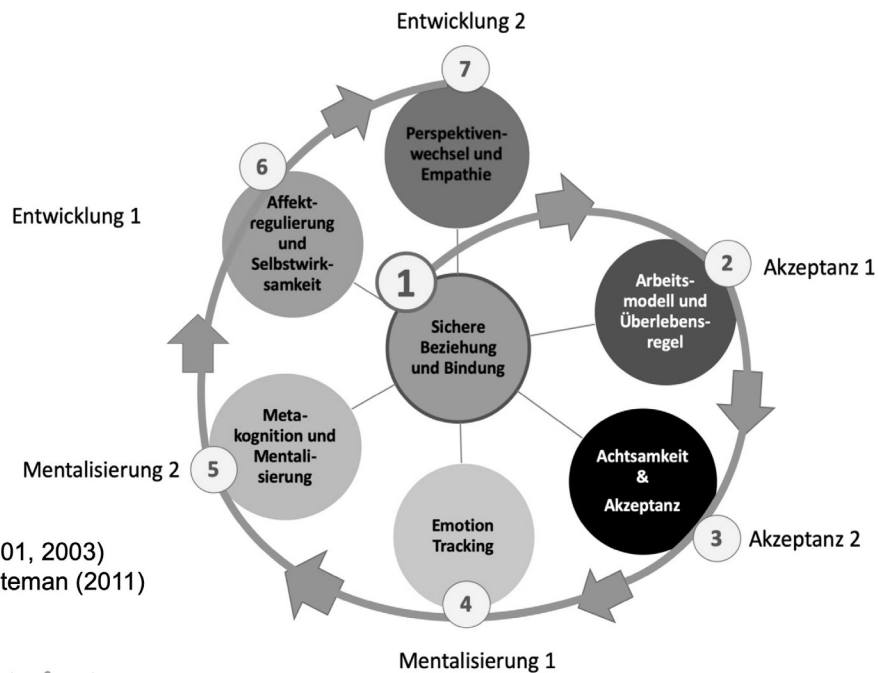
www.psychosozial-verlag.de



Psychosozial-Verlag

5

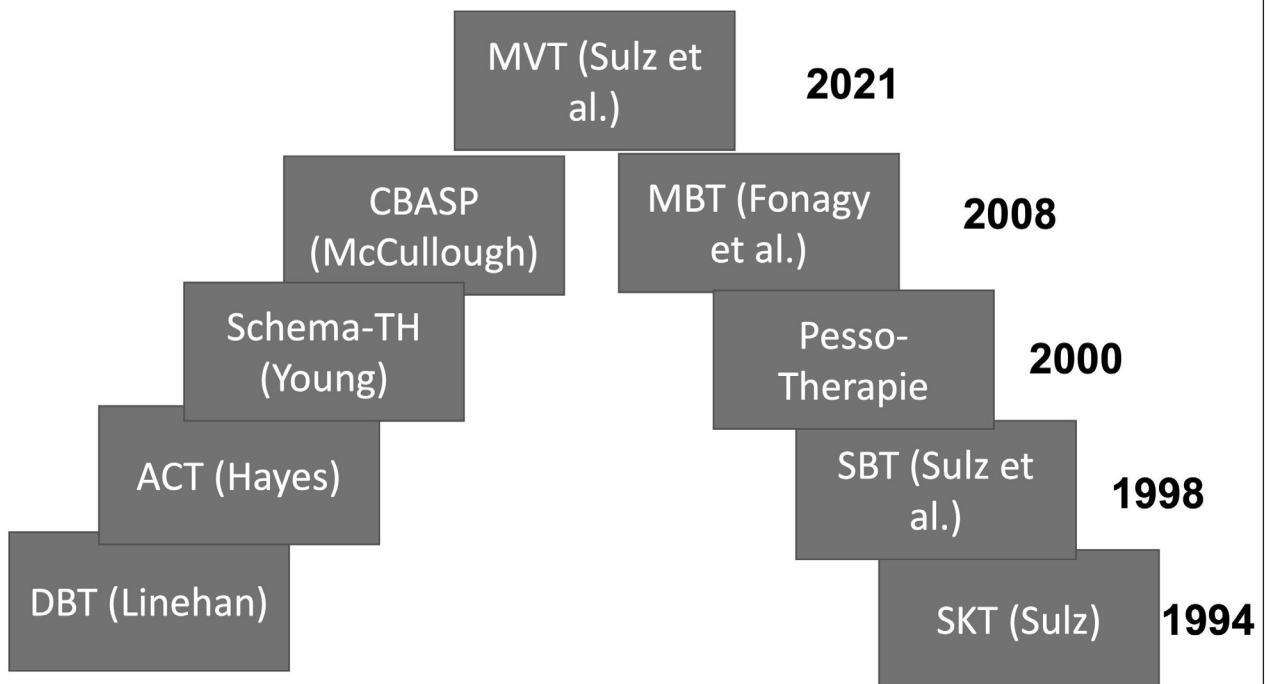
# Mentalisierungsfördernde Verhaltenstherapie MVT\*



\*Damasio (2001, 2003)  
Fonagy & Bateman (2011)  
Pesso (2005)  
Sulz (2017)

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)

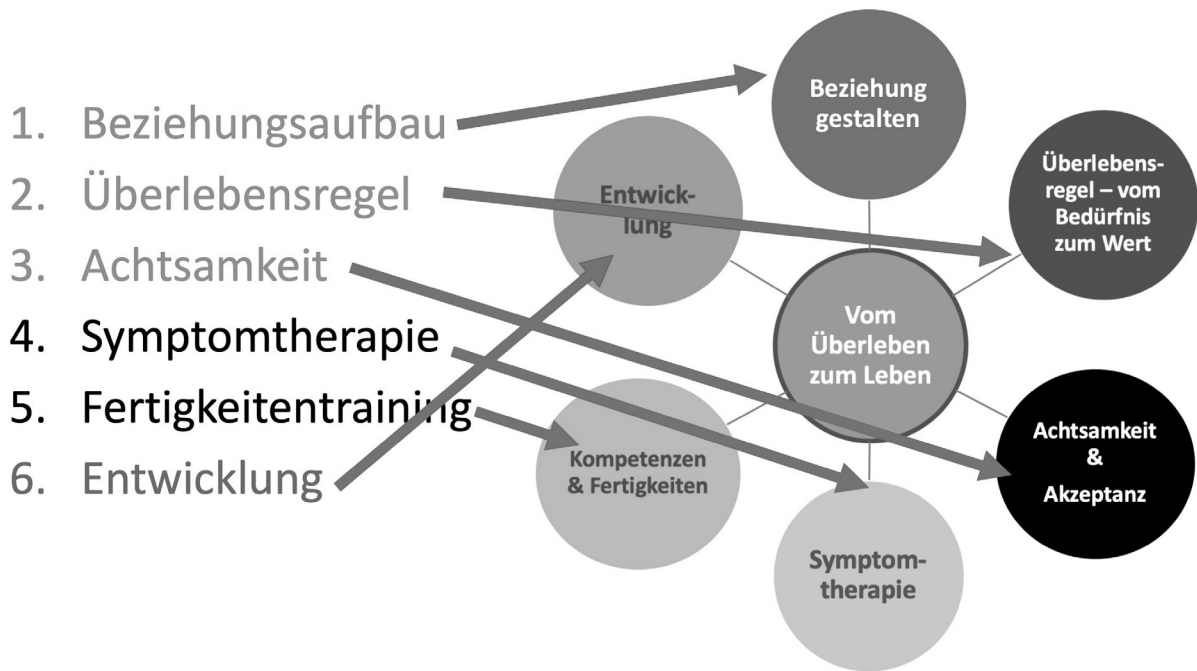
Sie ist eine **Weiterentwicklung der Strategisch-Behavioralen Therapie SBT** (Sulz und Mitarbeiter) und der Strategischen Kurzzeittherapie SKT (Sulz).

Sie umfasst **7 Module**

Siehe Sulz 2017a-d und 2021

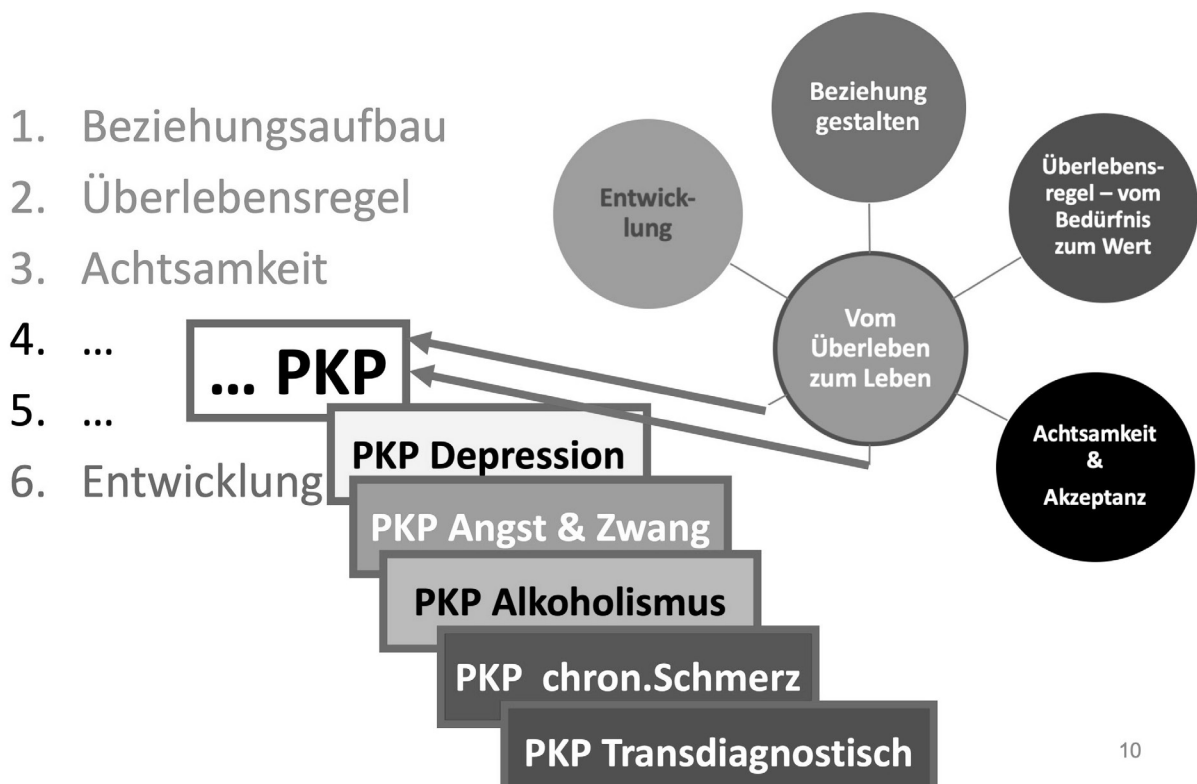
8

## Von der SBT ...



9

## Von der SBT ...



10