Psychotherapie

Schematherapie nach Young – Arbeiten und Aussöhnen mit dem Inneren Kind

Was ist Schematherapie?

Die Schematherapie nach Jeffrey Young ist eine Methode der Verhaltenstherapie, die v.a. für die Behandlung von Patient/innen mit komplexen psychischen Problemen entwickelt wurde.

Schematherapie bezieht sich dabei nicht nur auf aktuelle Probleme, sondern auch auf deren Entstehungsgeschichte, die überwiegend in der Kindheit und Jugend zu finden ist.

Der/die Therapeut/in hilft dem/r Patienten/in in der Schematherapie, die kindlichen Modi bzw. Anteile zu versorgen und zu trösten, sodass die offenen Bedürfnisse im Hier und Jetzt erfüllt werden und neue, gesündere Schemata erlernt werden können. Gleichzeitig müssen dazu die Elternmodi zunächst erkannt werden. Die Bewältigungsstrategien sollen hinterfragt und ggf. durch gesündere Strategien ersetzt werden.

Das wichtigste Ziel ist es, den Modus des gesunden Erwachsenen so zu stärken, dass der/die Patient/in selbst mehr und mehr diese Aufgaben übernehmen kann. Der/die Therapeut/in hilft, Dinge zu lernen, die in der Kindheit nicht erlernt werden konnten.

Patient/innen werden unterstützt, den „Inneren Kritiker/Bestrafer" zu erkennen, anzunehmen und zu verabschieden, sodass neue emotionale Reaktionen erlernt werden können.

Die Therapie nutzt verschiedene Methoden und Übungen aus der Verhaltenstherapie, um diese Ziele zu erreichen. Dabei ist die therapeutische Beziehung von essentieller Bedeutung.

Die therapeutischen Techniken setzen über drei Zugangswege an:

- über das Denken (kognitive Techniken)
- über das Fühlen (emotionsorientierte Techniken)
- und über das Handeln (verhaltensbezogene Techniken)

Die Fachfortbildung richtet sich an Heilpraktiker/innen, Coaches, psychologische Berater/innen und Therapeut/innen, die interessiert sind, neue Kundengruppen zu erreichen, ihr Portfolio zu erweitern und sich einen Vorsprung durch Fachwissen und Spezialisierung zu verschaffen.

Kenntnisse der kognitiven Verhaltenstherapie sowie der Verhaltensanalyse sind von Vorteil.

Termine

Fr, 19.03.2027
10:00-18:00 Uhr
Sa, 20.03.2027
10:00-18:00 Uhr
und 2 mehr

Preis

595,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule Augsburg
Oberbürgermeister-Drei-fuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821-349 95 56

Seminarnummer

SSA89190327

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf unserer Webseite

Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 11.11.2026

Dozentin

Kati Sandner

Jg. 1977. Kati Sandner, geb. Kumschlies studierte Philosophie und Lehramt in Regensburg und Eichstätt und Psychologie in Hagen. 2007 erwarb sie zudem die Heilerlaubnis auf dem Gebiet der Psychotherapie. Seit vielen Jahren ist sie als freiberufliche Dozentin für die Paracelsusschulen tätig. Sie praktiziert in eigener Praxis in Regensburg mit systemischen Ansätzen, lösungsorientierte Kurzzeittherapie, Trancetechniken und Tools aus der kognitiven Verhaltenstherapie und dem provokativen Ansatz. Einige ihrer Schwerpunktthemen, wie Kommunikation, Abhängigkeit, Sexualität & Partnerschaft, Burnout und Mobbing, bietet sie als Seminare an.