

Aufteilen oder Verbinden?

Welche Prozesse braucht es,
um geteilte Welten zu versöhnen?

Vortrag auf der Teile-Tagung 30.10.2025

Dr. Eckhard Roediger

IST-frankfurt

Institut für Schematherapie - Frankfurt

www.schematherapie-frankfurt.de

kontakt@eroediger.de

Zum Einstieg eine Übung:

- Bilder
- Gefühl
- Körpergefühl
- Impuls
- Bedürfnis

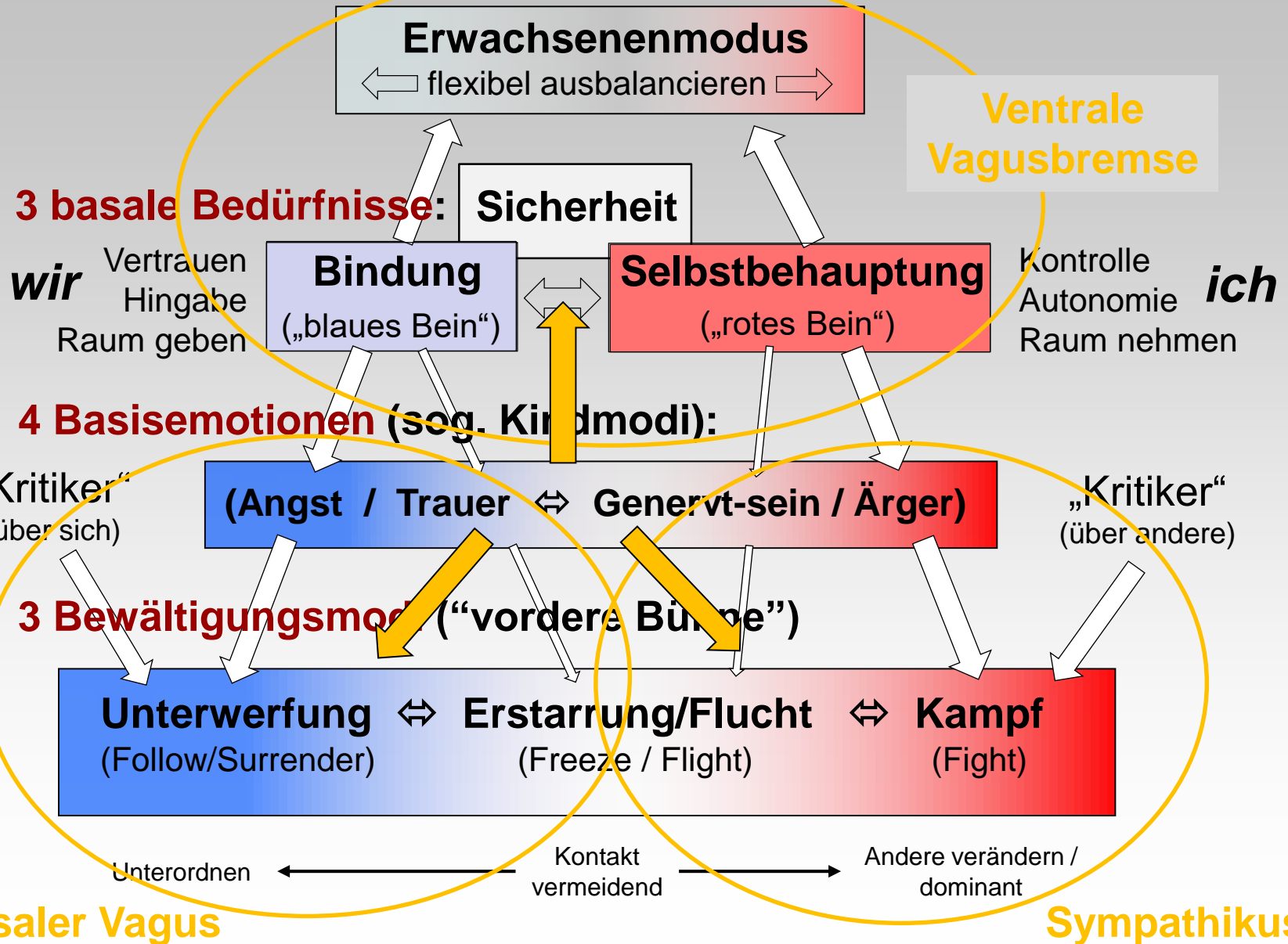


www.schematherapie-frankfurt.de →
Materialien → Videos → Tutorials

The "Still Face"
Experiment

Das „Zwei-Beine“-Modell

E. Roediger



IST-frankfurt





Wichtige Modus-Zirkel

- **Dominanz – Unterordnung** (stabil)
- **Dominanz – Vermeidung** (neigt zur Eskalation)
- **Dominanz – Dominanz** (instabil)
- **Vermeidung – Vermeidung** (Erstarrung)
- **Ges. Erwachsener – Ges. Erwachsener** (Entwicklung)

Geteiltes Leid ist halbes Leid!

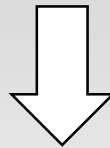


IST-frankfurt

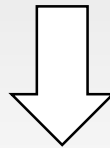
Sieht gut aus - aber wie kommen wir da hin?

Das Smartphone

Missverstehen

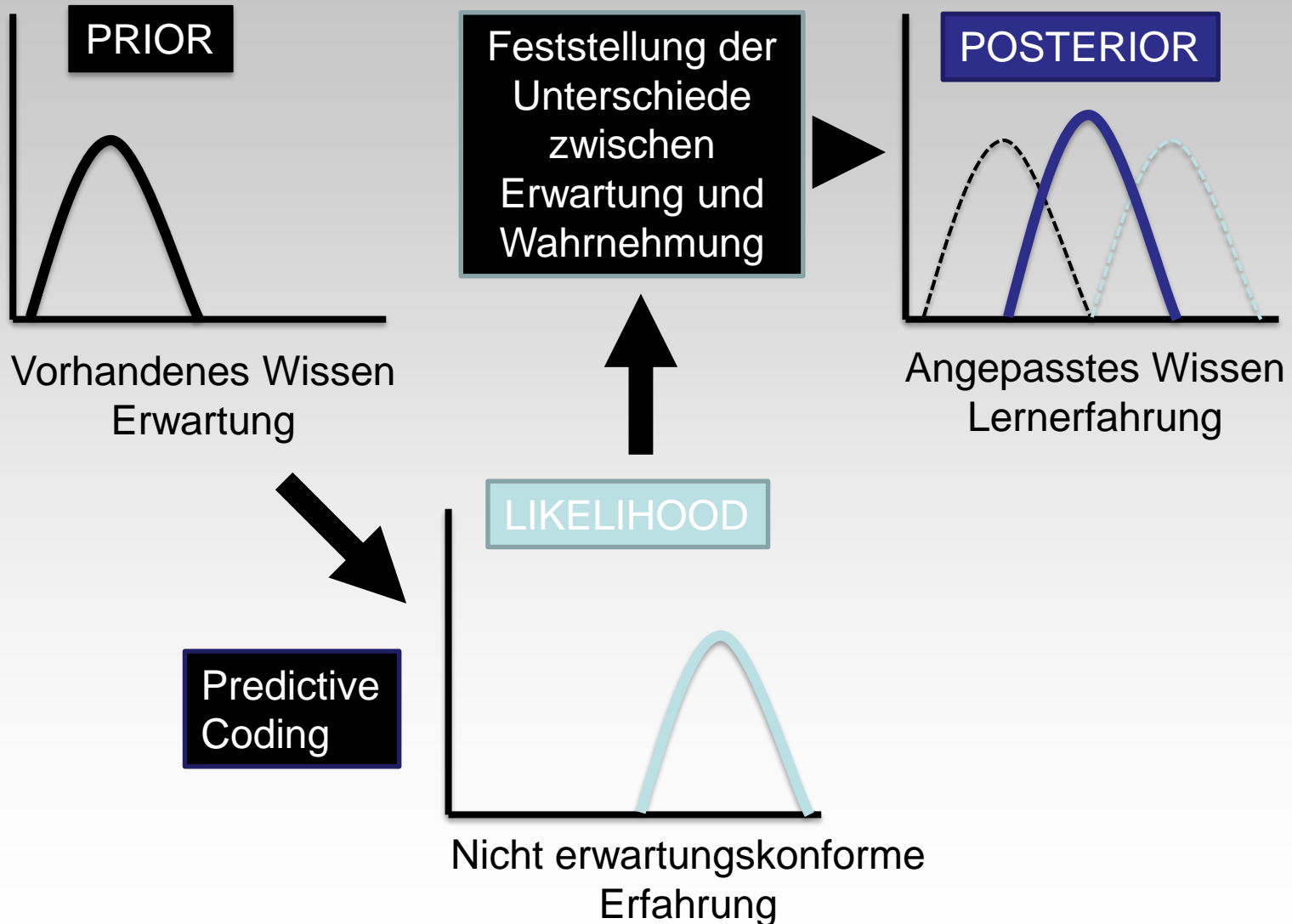


Nicht-Verstehen

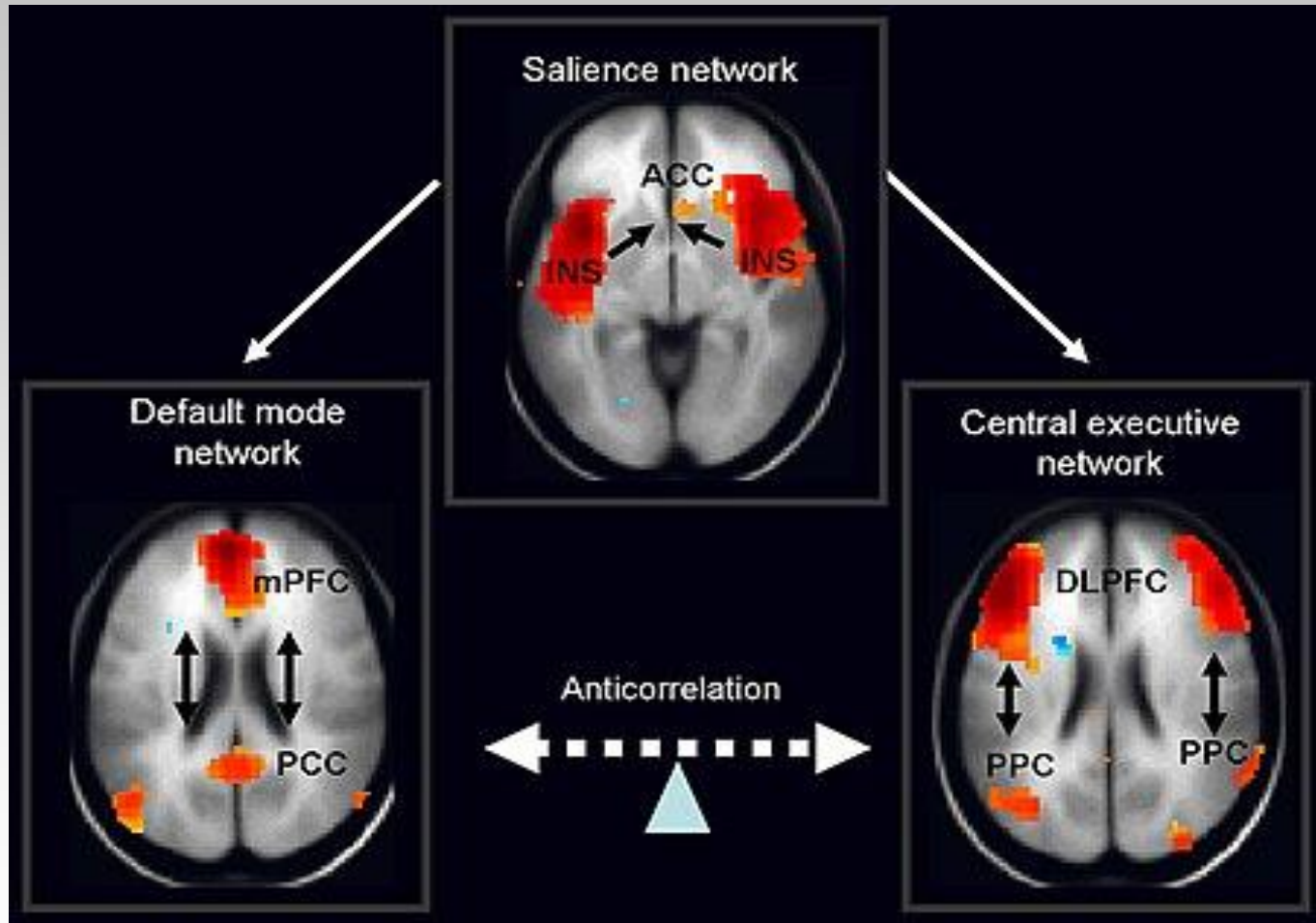


Verstehen

Neurobiologische Hintergründe: Predictive Coding

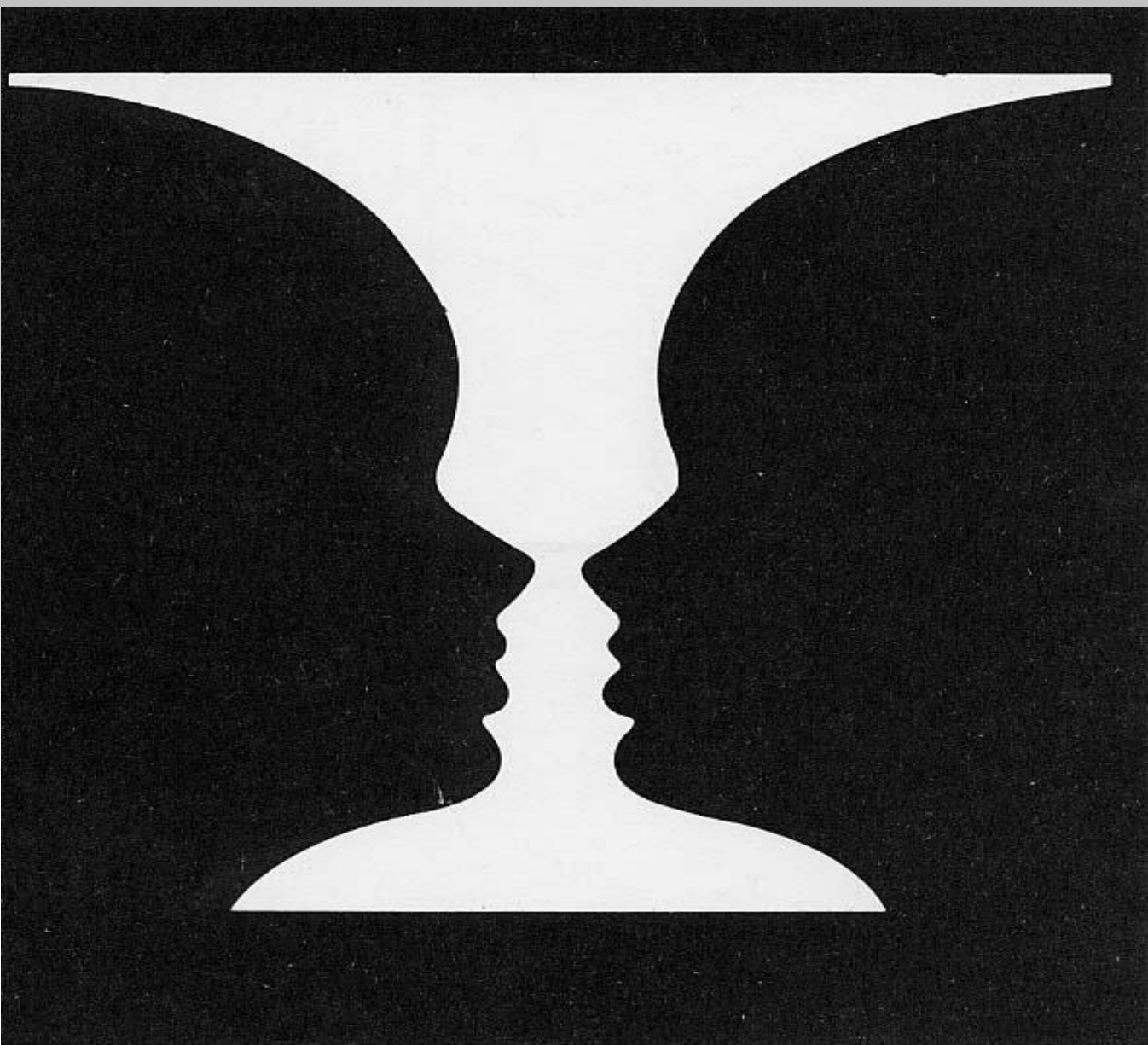


Es gibt mehrere Netzwerke!



Die gute Nachricht: Wir haben eine Wahl!



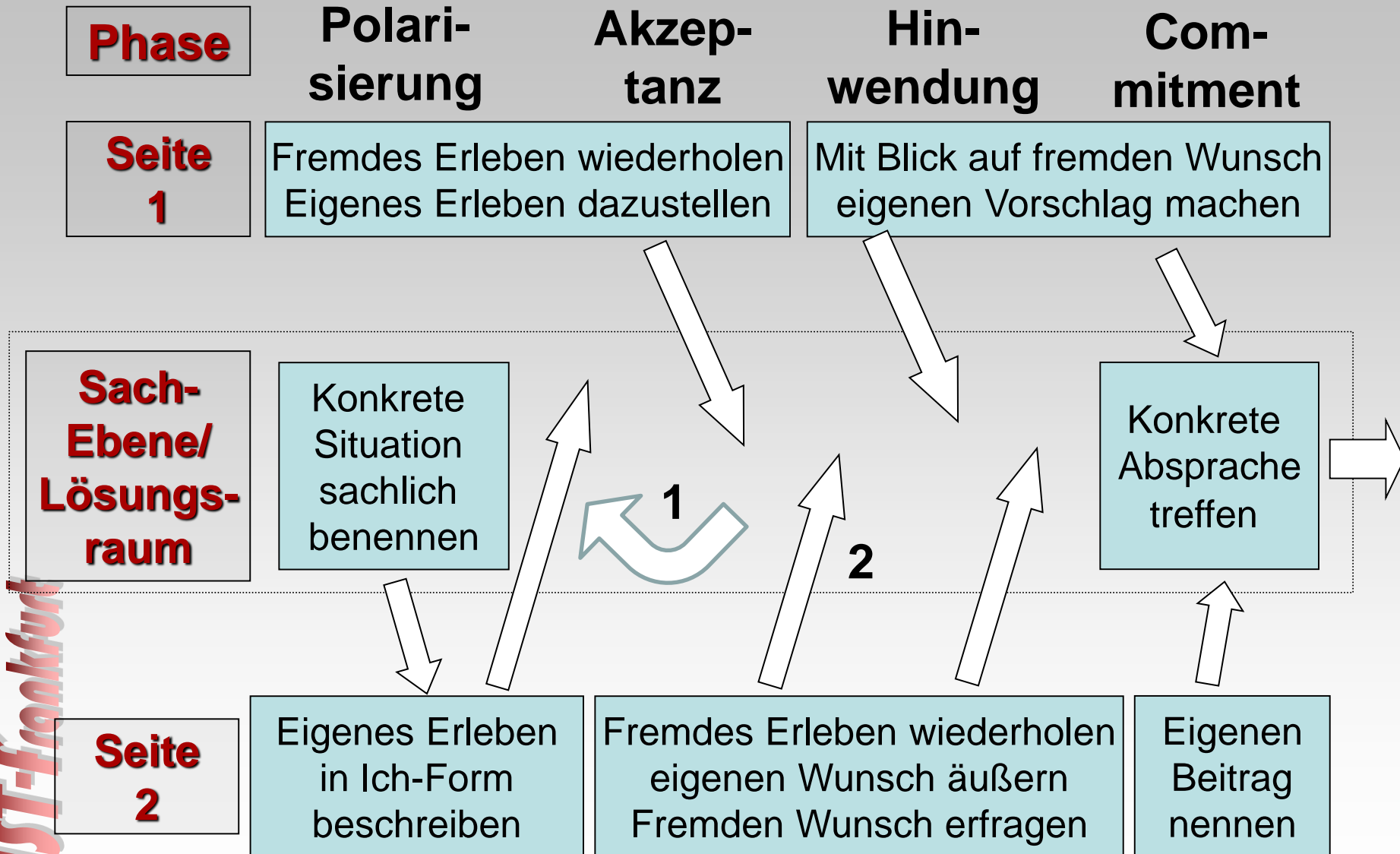


IST-funk

Wie kommen wir in Verbindung

- **“Grenzen” erkennen und anerkennen (Sokrates)**
- **“Verwundbarkeit” wahr- und annehmen (Wir > Ich)**
(Ethologisch konnten wir nur als Gruppe überleben!!)
- **Das “Smartphone drehen” → Perspektivwechsel üben!**
- **Interesse → Fragen → Lernen → Wachstum**
(Broaden and Build-Theory von Barbara Fredrickson)
- **Kontrolle ist gut – Vertrauen ist besser!**
(Epistemic trust (Peter Fonagy) → “sekundäres” Vertrauen)
- **Balance zwischen Selbst- und Umkreis-Bezug**
(ROTE verlieren die anderen, BLAUE verlieren sich selbst)

Verbindende Gespräche



2. Auflage

Roediger • Frank-Noyon • Behary

Passt doch!

Paarkonflikte verstehen und lösen
mit der Schematherapie

↓ Online-Material

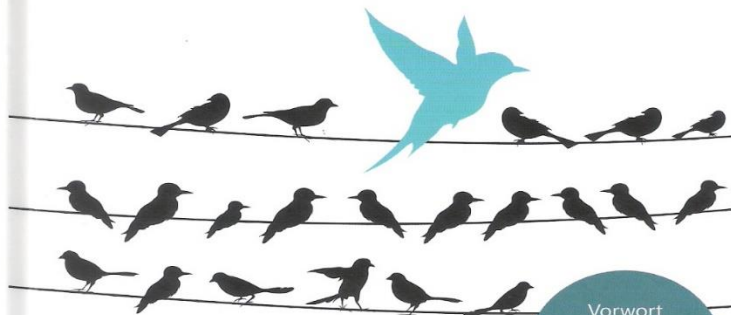


IST-frank

Eckhard Roediger

Wer A sagt

muss noch lange
nicht B sagen



Vorwort
von Jeffrey Young,
Begründer der
Schematherapie

Lebensfallen und
lästige Gewohnheiten
hinter sich lassen

K
KÖSEL

ECKHARD ROEDIGER & EVA FRANK-NOYON (HRSG.)

Paare bewegen

Schematherapie mit Paaren
in der Praxis



dgut
Verlag

Psychotherapiekompakt

Hrsg. von Heinrichs, Rosner, Seidler, Spitzer, Stieglitz, Strauß

4., überarbeitete und
erweiterte Auflage

Eckhard Roediger | Matias Valente

Schematherapie

Kontextuell – prozessbasiert – interpersonal

YouTube-Chanel: Schematherapievideos Roediger Valente

Matias Valente/Eckhard Roediger

Schematherapie

www.schematherapie-frankfurt.de

Vielen Dank, dass Sie heute hier sind!

Kohlhammer

 Schattauer

Ab Ostern 2025

