PSIHOLOGIE · PSIHOTERAPIE

Colecție coordonată de
Simona Reghintovschi

Gitta Jacob Arnoud Arntz

TERAPIA SCHEMELOR

GHID PRACTIC

Traducere din germană de
Ioana Brigle

3
TREI

Editori:
SILVIU DRAGOMIR
VASILE DEM. ZAMFIRESCU

Director editorial:
MAGDALENA MĂRCULESCU

Redactare:
VICTOR POPESCU

Design copertă:
FABER STUDIO

Director producție:
CRISTIAN CLAUDIU COBAN

Dtp:
MIHAELA GAVRILOIU

Corectură:
IRINA MUȘĂTOIU
ANDREEA-LAVINIA DĂDÂRLAT

Conținutul acestei lucrări electronice este protejat prin copyright (drepturi de autor), iar cartea este destinată exclusiv utilizării ei în scop privat pe dispozitivul de citire pe care a fost descărcată. Orice altă utilizare, incluzând împrumutul sau schimbul, reproducerea integrală sau parțială, multiplicarea, închirierea, punerea la dispoziția publică, inclusiv prin internet sau prin rețele de calculatoare, stocarea permanentă sau temporară pe dispozitive sau sisteme cu posibilitatea recuperării informației, altele decât cele pe care a fost descărcată, revânzarea sub orice formă sau prin orice mijloc, fără consimțământul editorului, sunt interzise. Dreptul de folosință al lucrării nu este transferabil.
Drepturile de autor pentru versiunea electronică în formatele existente ale acestei lucrări aparțin persoanei juridice Editura Trei SRL.

Titlul original: Schematherapie in der Praxis. 2nd edition
Autori: Gitta Jacob și Arnoud Arntz

Copyright © 2011, 2015 Programm Psychologie Verlags Union
in the publishing group Beltz, Weinheim Basel

Copyright © Editura Trei, 2020
pentru prezenta ediție

O.P. 16, Ghișeul 1, C.P. 0490, București
Tel.: +4 021 300 60 90; Fax: +4 0372 25 20 20
e-mail: comenzi@edituratrei.ro
www.edituratrei.ro

ISBN (print): 978-606-40-0745-2
ISBN (PDF): 978-606-40-0853-4

Cuprins

9 **Cuvânt-înainte la a doua ediție în limba germană**

13 **I.** Conceptualizarea de caz
14 **1.** Fundamentele
17 **1.1.** Schemele dezadaptative
21 **1.1.1.** Schemele domeniului Separare și Respingere
28 **1.1.2.** Schemele pentru domeniul Autonomie și Performanță Deficitare
34 **1.1.3.** Schemele domeniului Limite Deficitare
37 **1.1.4.** Schemele domeniului Dependență de Alții
41 **1.1.5.** Schemele domeniului Hipervigilență și Inhibiție
46 **1.2.** Centrarea pe nevoi
50 **1.3.** Stilul de coping asociat schemelor
51 **1.3.1.** Subjugarea
52 **1.3.2.** Evitarea
54 **1.3.3.** Supracompensarea
56 **1.4.** Conceptul de „mod" în terapia schemelor
63 Întrebări frecvente

66 **2.** Conceptul de „mod"
66 **2.1.** Modurile de schemă — privire de ansamblu
67 **2.1.1.** Modurile Copilului
73 **2.1.2.** Modurile Părintelui
76 **2.1.3.** Modurile de coping