

DIE INNERE REISE

innere Konfliktebene (intrapersonell)

(c) Dr. med. Pablo Hagemeyer
 Psychiater | Psychotherapeut | Autor
 med Scriptconsultant | Dozent

- Freeze – Erstarrung / Erschrecken / Totstellen / Dissoziieren (geistige Abwesenheit)
- Flight – Flucht / Verschwinden / Ausweichen
- Fight – Angriff / Anpacken / Stellen
- Fawn – Anschmiegen / Anpassen / Unterwerfen
- Flop – Aufgeben / Erschlaffen / Einlassen

Trigger Flashback Intrusion Alarmzustand Hochstress
 Überlebensmodus Amnesien Automatismen
 Dissoziation Exekutivfunktionabgabe Kontrollverlust

- borderline Muster - emoinstabil
 - narzisstisch - **selbstzentriert**
 - histrionisch - expressiv
 - soziopathisch - abenteuerlich
 - paranoide - scharfsinnig
 - schizoide - einzelgängerisch
 - schizotype - sonderbar
 - ängstlich - vermeidend
 - dependent - loyal
 - zwanghaft - gewissenhaft
 - depressiver - passiv
- negative Affektivität
 - Distanziertheit
 - Dissozialität
 - Enthemmung
 - Zwanghaftigkeit
 - Borderline-Muster

Start *Wer will was von wem?*

Engpass *Was, wenn der das nicht bekommt?
 Und warum gerade jetzt?*

äußere Konflikt-Ebene (interpersonal, extrapersonal)

äußeres Bedürfnis "the want"
Konflikt (stuck btw. opposing options)
 zwischen Personen mit selben/differenten
 äußeren Bedürfnissen "want"
Dilemma (nur schlechte Optionen)
 Alternativen?

Trauma
 Persönlichkeitszustände

anscheinend normale Persönlichkeit
 emotionaler Persönlichkeitsanteil

Struktur

- gut integriert
- mäßig
- gering
- desintegriert

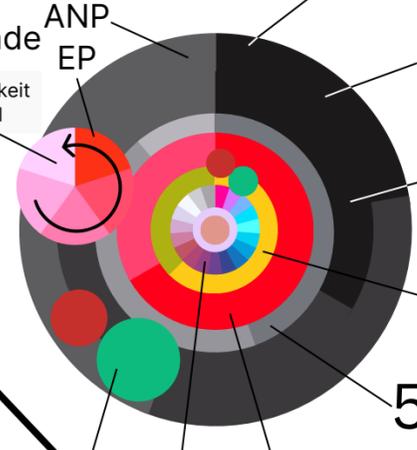
Ich-Modus

- Eltern-Ich
- Erwachsen-Ich
- Kind-Ich

Ressourcen

- Kompetenzen
- Inkompetenzen

innerer Konflikt (interpers.)
 Bedürfnis-Erfüllung vs.
 Befürchtung (**Angst**) vor
 Nachteilen (Ablehnung,
 Versagen, Desaster) und
 Aufgeben durch Vermeidung



1. Persönlichkeitsstil

2. Emotionaler Stil

3. Schatten

4. wirksame Konflikte

5. aktive Schemata

6. Affekte

7. Bedürfnisse

- "the need"
-
-
-

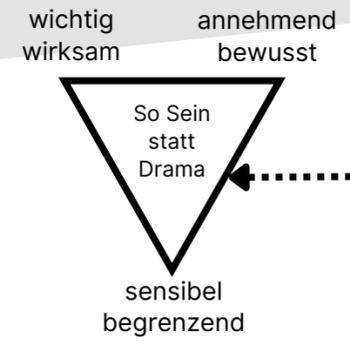
Ziel

Want + Need erreicht?
 Schema: Schemareduktion?
 Konflikt: Kompromiss?
 Dilemma: überstanden?
 Trauma: depotenziert?
 Reziproke Bedürfniserfüllung?
 Kontraphobischer Plan!
 Kontraintuitiv! Lernprozess?!

- Dunkle Triade
- Narzissmus
 - Machiavellismus
 - Psychopathie

- #1 – Autonomie (Abhängigkeit vs. Autonomie)
- #2 – Macht (Kontrolle vs. Unterwerfung)
- #3 – Versorgung (Versorgung vs. Autarkie)
- #4 – Selbstwert (Selbst- vs. Objektwert)
- #5 – Schuld/Scham (Über-Ich und Schuld/Scham-Konflikte)
- #6 – Ödipal (Ödipale und sexuelle Konflikte)
- #7 – Identität (Identitätskonflikte)
- #8 – Empathie (Fehlende Konflikt- und Gefühlswahrnehmung)

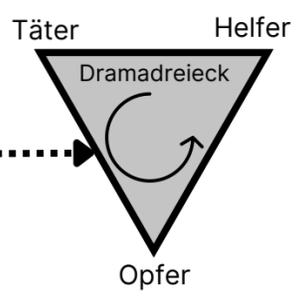
- Freude
- Überraschung
- Angst
- Wut
- Trauer
- Ekel
- Verachtung
- Scham
- Schuldgefühl



- Verlassenheit
- Emotionale Entbehrung
- Grandiosität / Besonders sein
- Unzulänglichkeit / Scham
- Unterwerfung
- Unerbittliche Standards
- Misstrauen / Missbrauch
- Selbstaufopferung
- Soziale Isolation
- Abhängigkeit / Dependenz
- Anfälligkeit für Schädigungen
- Verstrickung
- Versagen
- Ungenügende Selbstkontrolle
- Streben nach Anerkennung
- Negativität / Pessimismus
- Emotionale Gehemmtheit
- Strafneigung

Modus

- erdulden
- vermeiden
- kompensieren



Beziehungsthemen

- Freiraum lassen
- Andere anleiten
- Andere anerkennen
- Verantwortlich machen
- Zuneigung zeigen
- Aggression zeigen
- sich kümmern
- Kontakt aufnehmen
- sich entfalten
- sich einordnen
- sich zur Geltung bringen
- Schuld anerkennen
- sich einlassen
- sich schützen
- sich anlehnen
- Kontakt zulassen

Exekutivfunktion
 Aggression Gewalt

Entscheidung

- emotional & rational
- Konnektivitätsstörung Frontal Temporal Lobe

- narzisstische Abwehr
- Projektion
 - Projektive Identifikation
 - Spaltung
 - Rationalisierung

Psychopathie

Primäre Psychopathie (ausnützerisch)

- charmante Dominanz
- Stressresistenz
- soziale Potenz
- pathologisches Lügen
- parasitäre Oberflächlichkeit
- Furchtlosigkeit
- emotional stabil

Sekundäre Psychopathie (impulsiv)

- egozentrische Impulsivität
- Selbstkontrolldefizite
- machiavellischer Egoismus
- Schuldexternalisierung
- sorglose Planungslosigkeit
- ständiges Gefühl der Langeweile
- emotional instabil, vulnerabel

kognitive Empathie