

Schemamodus/Rolle

Ein Schemamodus steht in Zusammenhang mit einem oder mehreren Schemata. So konstatiert ROEDIGER (2009, 43): „Die Schemata stehen im Hintergrund und treten als Modi in Erscheinung, wenn sie aktiviert werden.“

Ein Schemamodus ist demnach ein gerade aktivierter Status der Persönlichkeit. Er offenbart sich als spezifischer Ich-Zustand, der verschiedene Schemata gleichzeitig repräsentieren kann (siehe unten). Im Grunde genommen weist der Ansatz Parallelen zum Persönlichkeitsmodell der Transaktionsanalyse auf (Kind-Ich, Erwachsenen-Ich, Eltern-Ich).

Ein Schemamodus beschreibt den aktuell erfahrbaren Erlebniszustand des Zu-Erziehenden, anders gesagt, seine gerade aktivierte Teil-Persönlichkeit, Rolle.

Ein Schemamodus steht häufig in Zusammenhang mit einem zugrundeliegenden Schema. Konkret gesagt: Ein oder mehrere Schemata treten durch einen spezifischen Modus konkret in *Erscheinung*. Ist ein Schüler in seiner Rolle, so ist er gedanklich und emotional „voll drin“ und hat seine „fünf Minuten“.

Beispiel: Das Schema *Anspruchshaltung/Grandiosität* kann sich einmal in einem wütenden, ein anderes Mal in einem verletzbaren Kindmodus offenbaren.

Das Thematisieren eines bestimmten Schemamodus stellt in der Therapie eine Erweiterung der Perspektive dar, erschafft einen neuen Blickwinkel. Modi sind nämlich gut fassbar, weil leicht zu beschreiben.

Das Modusmodell ist entsprechend „erlebnishäufiger“ als das Schemamodell und eignet sich daher eher zur Arbeit mit verhaltensauffälligen Jugendlichen, die im Allgemeinen (noch) nicht die nötigen kognitiven Fähigkeiten, etwa Introspektionsfähigkeit, mitbringen, um das Schemamodell zu verstehen (ROEDIGER 2009a).

Wie erwähnt, wird zwischen drei Grundkomponenten unterschieden:

1. *Kind-Modi*. Sie stellen das emotionale, spontane Erleben dar, das vor allem in den ersten Lebensjahren offenbart wurde.
2. *Innere Eltern-Modi*. Diese Persönlichkeitsfacetten beinhalten verinnerlichte elterliche Bewertungen, Normen und Regeln.
3. *(Maladaptive) Bewältigungsmodi*. Sie regulieren die Spannungen zwischen Kind- und Innere Eltern-Modi – aber sie führen gewöhnlich zu hohen Kosten.

Genannt werden muss noch der Modus des *Gesunden Erwachsenen*. Er steht stellvertretend für das rationale, selbstreflexive Bewusstsein und übernimmt im besten Fall die Organisation der anderen Modi.

In folgender Tabelle sind die wichtigsten Modi sowie ihre Auswirkungen zusammengefasst (ROEDIGER 2009a 67):

Das Modusmodell umfasst...		Bei entsprechender Aktivierung ist die Person...
Kind-Modi	a) <i>Verletzbares Kind</i> b) <i>Ärgerliches (bzw. Wütendes) Kind</i> c) <i>Impulsiv-undiszipliniertes Kind</i> d) <i>Glückliches Kind</i>	... verwundbar, sensibel, emotional ... aufgebracht, unreflektiert, sauer ... bockig, widerspenstig, aufmüpfig ... begeistert, kontemplativ, unbekümmert, glänzend aufgelegt
Maladaptive Modi	<i>Unterordnender Modus (Angepasster Unterwerfer)</i>	... passiv, aufmerksam, vorsichtig, vorseilend „dienlich“

	<p><i>Gefühlsvermeidende Modi</i></p> <p>a) <i>Distanzierter Beschützer</i></p> <p>b) <i>Distanzierter Selbstberuhiger</i></p> <p>c) <i>Aggressiver Beschützer</i></p> <p><i>Überkompensierende Modi (Übertreiber)</i></p> <p>a) <i>Selbsterhöher</i></p> <p>b) <i>Schikanierer- und Angreifer-Modus</i></p> <p>c) <i>Manipulierer, Trickser, Lügner</i></p> <p>d) <i>Zerstörer-/Killer-Modus</i></p> <p>e) <i>Zwanghafter Kontrolleur</i></p>	<p>... rational, unnahbar, ausweichend</p> <p>... emsig, aktiv (neigt auch zu Suchtmittelmissbrauch)</p> <p>... vorauseilend „stachelig“, feindselig</p> <p>... denunzierend, narzisstisch, selbstverherrlichend</p> <p>... sadistisch, teuflisch, gewaltbereit</p> <p>... motiviert, durch Tricks verdeckt ein bestimmtes Ziel zu verfolgen</p> <p>... gewalttätig, brutal, mitleids- und gewissenlos</p> <p>... überkontrollierend, spaßbefreit</p>
<p>Maladaptive internalisierte Eltern-Modi</p>	<p>Innere Antreiber (nach außen und innen wirkend)</p> <p>Innere Bestrafer (nach innen und außen wirkend)</p>	<p>... sehr anspruchsvoll sich selbst und anderen gegenüber</p> <p>... geneigt, sich selbst und anderen physischen/psychischen Schaden zuzufügen</p>

Modus des Gesunden Erwachsenen	Gesunder Erwachsener	... selbstreflektiert, rational, reaktionsflexibel, neugierig, offen, aufnahmefähig
---------------------------------------	----------------------	---

Im Rahmen der Schematherapie werden immer auch kostenintensive Schemamodi bearbeitet (YOUNG et al. 2008, 340ff.), meistens maladaptive (siehe Tabelle).

Dies kann auch im Schulalltag im Umgang mit „schwierigen“ Schülern hilfreich sein. Hierzu werden negative Schemamodi zunächst gemeinsam mit dem Schüler bewusst gemacht. Man beginnt üblicherweise mit einem Modus, der dem Lehrer extrem auffällt.

Der Schüler gibt letztlich dem jeweiligen Modus diejenige Bezeichnung, mit der er etwas anfangen kann; diese Bezeichnung kann zum Beispiel mit dem Vornamen des Klienten verknüpft werden und muss nicht zwingend mit den oben ausgeführten Modusbezeichnungen übereinstimmen.