

Grazer ACT-Tage 2016

# **Navigieren im Sog der 3. Welle**

**Erwin PARFY**

*ÖGVT - Wien*

**VT / CBT**

```
graph TD; A[VT / CBT] --> B[Schematherapie  
Young, 1990]; A --> C[MBSR Kabat-Zinn, 1990]; B --> D[ST-Praxishandbuch  
Young et al., 2003]; C --> E[DBT Linehan, 1993]; C --> F[ACT Hayes et al., 1999]; C --> G[MBCT Williams et al., 2007]; E --> H[MCT Wells, 2009]; F --> I[CFT Gilbert, 2010];
```

**Schematherapie**  
*Young, 1990*

**MBSR** *Kabat-Zinn, 1990*

**DBT** *Linehan, 1993*

**ACT** *Hayes et al., 1999*

**MBCT** *Williams et al., 2007*

**ST-Praxishandbuch**  
*Young et al., 2003*

**MCT** *Wells, 2009*

**CFT** *Gilbert, 2010*

**ST**

**ACT**

**Bedürfnisse**

**Emotion**

**Reparenting**

**Benennung**

**Schemata  
Modi**

**Kontrolle**

**Verstand als  
Wortmaschine**

**Kogn. Defusion**

**Achtsamkeit**

**Werte**

**???**

**???**

**ST**

**ACT**

**Bedürfnisse**

**Emotion**

Geteiltes biografisches  
Verständnis / Empathie

**Schemata  
Modi**

???

**Kontrolle**

**Verstand als  
Wortmaschine**

Achtsames Erkunden un-  
kategorisierten Erlebens

**Werte**

???





