

Inhalt

Verzeichnis der Fallbeispiele	9
Vorwort	11
Die Kraft von Imagination (mit und ohne Überschreibung)	13
 I Theoretische Grundlagen	
1 Geschichte von Imaginationstechniken und Entstehung des Imagery Rescripting	17
1.1 Hypnotherapie	18
1.2 Von Einflüssen aus der Psychoanalyse, über die Gestalttherapie, hin zur Transaktionsanalyse	19
1.3 Verhaltenstherapie	20
Imagery Rescripting and Reprocessing Therapy	21
Schematherapie	21
2 Aktuelle Forschungsbefunde zur Wirksamkeit	23
2.1 Beispiel eines imaginationsbasierten Behandlungsmanuals ...	24
2.2 Telepsychotherapie	25
3 Aktuelle Forschungsbefunde zu potenziellen, zugrunde liegenden Wirkmechanismen	27
3.1 Intrapersonelle Prozesse – innerhalb des Patienten	27
Gedächtnisprozesse	27
Selbstbewertung	28
Meta-emotionale Prozesse	29
Physiologische Prozesse	29
3.2 Interpersonelle Prozesse – innerhalb der Patient-Therapeut-Dyade	31
Therapeutische Beziehung, therapeutische Präsenz und geteilte Erfahrung	31
Physiologische Synchronie	32

II Praktische Durchführung

4	Vorbereitung und allgemeine Instruktionen zur Durchführung von Imagery Rescripting	37
4.1	Aufbau und Ablauf	37
4.2	Indikation und Kontraindikation	39
4.3	Vor dem ersten Arbeiten mit Imagery Rescripting	41
4.4	Vor den weiteren Imagery Rescriptings	42
4.5	Allgemeine Instruktion	43
	Schließen der Augen	43
	Body Scan oder Erdung	44
	Im Hier und Jetzt	45
	Begrifflichkeiten	46
4.6	Sicherer Ort	46
5	Klassisches Imagery Rescripting: Bearbeitung und Veränderung negativer Erfahrungen aus der Vergangenheit ..	49
5.1	Ablauf des klassischen Imagery Rescripting	52
5.2	Affektbrücke	54
5.3	Aktuelle Forschungsbefunde zur Durchführung	56
	Der richtige Zeitpunkt für die Überschreibung	56
	Aktivierung aller aversiven Elemente	59
	Gewalttätige Überschreibung	59
	Akteur: aktive versus passive Überschreibung	62
	Sollte sich der Therapeut die Situation auch vorstellen?	62
	Sollte der Therapeut auch die Augen schließen?	63
5.4	Mögliche Schwierigkeiten und deren potenzielle Lösungswege	64
	Was, wenn die Affektbrücke nicht funktioniert?	64
	Was, wenn der Patient keine Situation vor seinem inneren Auge sieht?	65
	Was, wenn der Patient zu stark auf die Korrektheit der Details fokussiert ist?	66
	Was, wenn der Patient noch vor der Überschreibung abbricht?	67
	Was, wenn der Patient nicht als Erwachsenes-Selbst die Situation verändern kann und auch keinen Helfer findet? Gibt es ungeeignete Helfer?	68
	Was, wenn das Erwachsene-Selbst nicht hilfreich in der Situation ist?	71
	Was, wenn der Patient zwischen Situationen springt?	72
	Was, wenn der Patient emotional zu unbeteiligt ist?	73
	Was, wenn der Patient übermäßig emotional aktiviert ist? ...	74
	Was, wenn der Patient dem Antagonisten gegenüber zu starke Loyalität empfindet?	74

5.5	Exkurs: Wie war das nochmal mit den Gesprächsführungstechniken?	76
6	Imagery Rescripting mit Selbstanteilen bei vergangenen, gegenwärtigen und zukünftigen Situationen	79
6.1	Ablauf und Aufbau	82
6.2	Aktuelle Forschungsbefunde zur Durchführung	85
	Sollte sich der Therapeut die Situation auch vorstellen?	85
	Sollte der Therapeut auch die Augen schließen?	85
6.3	Mögliche Schwierigkeiten und deren potenzielle Lösungswege	86
	Was, wenn die Benennung der Selbstanteile ungünstig ist? ..	86
	Was, wenn der dominante Selbstanteil sehr stark ist und ...	88
	Was, wenn bei der Arbeit mit Visualisierungen diese nur in ihrer Erscheinung oder Position verändert werden?	89
III	Zum Abschluss	
7	Zusammenfassung	93
8	Schlusswort	96
 Verzeichnisse		
	Literatur	99
	Stichwortverzeichnis	105