

# Inhalt

Geleitwort .....	13
Vorwort zur siebten Auflage .....	14
Danksagungen .....	15
1 Einleitung .....	17
2 Die Entwicklung der Methode – ein Prozess wird entdeckt .....	19
2.1 Mervyn Schmucker .....	19
2.2 Rolf Köster .....	28
3 Grundlagen und Konzepte der IRRT .....	30
3.1 Kernaspekte der IRRT .....	30
3.1.1 IRRT als eigenständige Methode .....	31
3.1.2 IRRT zur Behandlung von PTBS und anderen Störungen .....	31
3.1.3 Imaginationen zur Aktivierung von Emotionen .....	31
3.1.4 Sprachliche Genauigkeit .....	32
3.1.5 Konzeptuelle Genauigkeit .....	35
3.1.6 Prozessorientierte Haltung .....	35
3.1.7 Psychische Störung als blockierter natürlicher Verarbeitungsprozess belastender Erlebnisse .....	36
3.1.8 Vermeidung und maladaptive Kognitionen als zentrale Ursachen gestörter Verarbeitung .....	36
3.1.9 Schemata als weitere Blockaden der Verarbeitung .....	37
3.1.10 Exkurs 1: Porges' Polyvagaltheorie .....	39
3.1.11 Exkurs 2: Stabilisierung, Konfrontation und Retraumatisierung .....	40
3.2 Der IRRT-Prozess .....	43
3.2.1 IRRT als Wiedererleben und Um-Schreibung (Rescripting) in einem dreiphasigen Prozess .....	43
3.2.2 Verschiedene intrapsychische Anteile .....	44
3.2.3 Abgrenzung von anderen Aufteilungen in verschiedene Persönlichkeitsinstanzen oder Persönlichkeitsanteile .....	47
3.2.4 Das Tun und das Verstehen .....	48

3.2.5	Die INNERE BÜHNE als Austragungsort der seelischen Verarbeitung im IRRT-Prozess .....	48
3.2.6	Die Protagonisten auf der INNEREN BÜHNE .....	50
3.2.7	Subjektive Erinnerungsebene und fiktive Symbolebene .....	53
3.2.8	Die Weisheit des Patienten .....	53
3.2.9	Die Neutralisierung der inneren Zensur im IRRT-Prozess ....	54
3.2.10	Das FUSIONIERTES ICH als Variante bei Trauerfällen .....	55
3.2.11	Schlussfolgerungen für den IRRT-Prozess .....	56
3.3	Die drei Phasen in der IRRT .....	57
3.3.1	Die Wechselwirkung zwischen INNERER und ÄUSSERER BÜHNE in den 3 Phasen .....	61
3.4	Eigenschaften der IRRT-Therapeuten .....	63
3.4.1	Sokratische Haltung .....	63
3.4.2	Kollaborative Haltung .....	66
3.4.3	Verständnis für den Prozess und Vertrauen in den Prozess ....	66
3.4.4	Die Bedeutung der IRRT-Selbsterfahrung .....	67
3.4.5	Die therapeutische Beziehung .....	67
3.5	Die Fragen und Aussagen der Therapeuten im IRRT-Prozess .....	68
3.5.1	Geschlossene und offene Fragen .....	69
3.5.2	Handlung und Handlungswunsch .....	70
3.5.3	Wiederholung und Paraphrasierung .....	70
3.5.4	Indikativ und Konjunktiv .....	72
3.5.5	Der Wechsel zwischen primärer Erlebnisebene und sekundärer Verarbeitungsebene .....	73
3.5.6	Frage- und Aussagekategorien .....	75
4	Anwendungsgebiete und Indikationsstellung .....	77
4.1	Eingangsdagnostik .....	77
4.1.1	Klinisches Interview .....	77
4.1.2	Diagnostische Instrumente .....	78
4.2	Indikation zur IRRT-Behandlung .....	78
4.2.1	Anwendungskriterien .....	78
4.2.2	Ausschlusskriterien bzw. Kontraindikationen bei einer dreiphasigen Sitzung .....	80
4.2.3	Ausschlusskriterien bei anderen Indikationen .....	83
4.2.4	Abbruchkriterien .....	83
4.2.5	Aufklärung (informed consent) .....	85

<b>5</b>	<b>Der konkrete Ablauf einer IRRT-Sitzung</b>	<b>86</b>
5.1	Vorbereitung	86
5.1.1	Auswahl der Einstiegsszene	87
5.2	Phase 1 (Exposition <i>in sensu</i> und Wiedererleben)	89
5.3	Phase 2 (Konfrontation des Täters)	92
5.3.1	Mögliche Komplikationen oder Blockaden des Prozesses in Phase 2	96
5.3.2	Entmachtung und Versöhnung	101
5.3.3	Das Einbringen des Therapeuten als Helfer auf die INNERE BÜHNE	102
5.4	Phase 3 (Interaktion HEUTIGES ICH – KIND)	103
5.4.1	Mögliche Komplikationen und Blockaden in Phase 3	107
5.5	Varianten des Phasenablaufs	109
5.5.1	Reine Phase 1a	109
5.5.2	Reine Phase 2 (IRRT-Trauer-Sitzung)	110
5.5.3	Reine Phase 3 (IRRT-Innere-Kind-Sitzung)	110
5.5.4	Phasenablauf 1, 2 (IRRT-Trauer-Sitzung)	111
5.5.5	Phasenablauf 1a, 1b, 3 (wenn kein Täter vorhanden ist)	112
5.5.6	Phasenablauf 1b, 2, 3	112
5.5.7	Phasenablauf 1, 2, 3, 2, 3	113
5.5.8	Phasenablauf 2, 3 (bei IRRT-Trauer-Sitzungen)	113
5.5.9	Phasenablauf 3, 2, 3 oder 3, 1, 2, 3	113
5.6	IRRT als Diagnostikum	114
5.7	Die Nachbesprechung	117
5.8	Die Nachbehandlung	121
5.8.1	Gemeinsames Anschauen/Anhören der IRRT-Aufnahme	121
5.8.2	Fragebögen	124
5.8.3	IRRT als Baustein vs. IRRT als alleiniges Behandlungskonzept	124
<b>6</b>	<b>Empirische Belege und Stand der Forschung</b>	<b>126</b>
6.1	Randomisierte kontrollierte Studie (Vergleich PE+SIT vs. Imagery Rescripting bei chronischer PTBS)	126
6.2	Randomisierte kontrollierte Studie (Vergleich Imaginal Exposure vs. Imaginal Exposure plus Imagery Rescripting bei chronischer PTBS)	128
6.3	Randomisierte kontrollierte Studie (EMDR vs. IRRT bei kriegs- traumatisierten Soldaten)	129
6.4	Randomisierte kontrollierte Studie (Imagery Rescripting vs. EMDR bei Erwachsenen mit PTBS nach Kindheitstraumata)	130

6.5	Naturalistische Studien .....	130
6.6	Therapiestudien bei Depressionen und Sozialphobien .....	132
6.7	Experimentelle Studie (Imagery Rescripting als Prophylaxe gegen Intrusionen) .....	132
6.8	Weitere Studien .....	133
7	IRRT-Weiterbildungsmöglichkeiten .....	134
8	Fallbeispiele .....	138
8.1	Traumafälle .....	140
	Fallbeispiel 1 Maria <i>Komplexe PTBS – der Klassiker: eine einzige IRRT-Sitzung</i> .....	140
	Fallbeispiel 2 Marianne <i>Komplexe PTBS – 50 IRRT-Sitzungen über 5 Jahre</i> .....	157
	Fallbeispiel 3 Bettina <i>Komplexe PTBS – Die Kleine auf dem Dachboden</i> .....	202
	Fallbeispiel 4 Manuel <i>Die Hand in der Maschine</i> .....	217
	Fallbeispiel 5 Alex <i>Alex gegen Olli – David gegen Goliath</i> .....	229
	Fallbeispiel 6 Karin <i>Das Tränenhaus</i> .....	241
8.2	Nicht-Traumafälle: Angst, Depression, Ohnmacht, Minderwertigkeit	263
	Fallbeispiel 7 Wolfgang <i>Das ist der Hammer: die Mutter im Spiegel</i> ...	263
	Fallbeispiel 8 Béatrice <i>Leukämie hilft gegen Phobie</i> .....	278
	Fallbeispiel 9 Sabine <i>Hinter dem Gefühl ist ein Gefühl, hinter dem ein Gefühl ist</i> .....	293
	Fallbeispiel 10 Isabella <i>»Ich bin wieder komplett«</i> .....	323
	Fallbeispiel 11 Herta <i>Die Marmorstatue</i> .....	335
	Fallbeispiel 12 Monika <i>King Kong</i> .....	348
8.3	Trauerreaktionen .....	358
	Fallbeispiel 13 Birgit <i>Die Befreiung vom toten Patienten</i> .....	358
	Fallbeispiel 14 Doris <i>Die tote Mutter lässt nicht los</i> .....	368
	Fallbeispiel 15 Angie <i>30 Jahre nach der Totgeburt</i> .....	377
	IRRT-Glossar .....	391
	Nachwort .....	397
	Anhang A – Vorstellungen der Methode .....	399
	Vorstellung der IRRT-Methode (Phase 1, 2, 3) für die Bearbeitung traumatischer bzw. belastender Erinnerungen .....	399
	Vorstellung der IRRT-Methode (reine Phase 3) für die	

IRRT-Innere-Kind-Arbeit (therapeutisch) .....	399
Vorstellung der IRRT-Methode (reine Phase 3) für die IRRT-Innere-Kind-Arbeit (therapeutisch) .....	400
Vorstellung der IRRT-Methode (reine Phase 3) für die IRRT-Innere-Kind-Arbeit (diagnostisch) .....	400
Vorstellung der IRRT-Methode (reine Phase 2) für die Bearbeitung von Trauerfällen .....	400
<b>Anhang B – IRRT-Merkkarten*</b> .....	<b>401</b>
<b>Anhang C – Fragen und Aussagen des IRRT-Therapeuten</b> .....	<b>413</b>
<b>Anhang D – Fragebögen</b> .....	<b>416</b>
<b>EIBE – Emotions-Inventar Belastender Erlebnisse</b> .....	<b>416</b>
<b>SIDEKICK – Semistrukturiertes Interview zur Diagnostik von Emotionen, Kognitionen, Intrusionen und Coping-Strategien bei Komplexen oder Einfachen Traumafolgestörungen</b> .....	<b>418</b>
<b>PIF-A – Post-IRRT-Fragebogen A</b> .....	<b>426</b>
<b>Post-IRRT-Fragebogen A (PIF-A)</b> .....	<b>428</b>
<b>PIF-B – Post-IRRT-Fragebogen B</b> .....	<b>430</b>
<b>Post-IRRT-Fragebogen B (PIF-B)</b> .....	<b>432</b>
<b>Anhang E – Pierre Janet (1894): »Justines« Heilung</b> .....	<b>434</b>
<b>Die Autoren</b> .....	<b>438</b>
<b>Literatur</b> .....	<b>440</b>