

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 FUSIONIERTE 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	Eingangsdiagnostik	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

5 Der konkrete Ablauf einer IRRT-Sitzung	86
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
6 Empirische Belege und Stand der Forschung	126
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 kriegstraumatisierten 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
Anhang B – IRRT-Merkkarten*	401
Anhang C – Fragen und Aussagen des IRRT-Therapeuten	413
Anhang D – Fragebögen	416
EIBE – Emotions-Inventar Belastender Erlebnisse	416
SIDEKICK – Semistrukturiertes Interview zur Diagnostik von Emotionen, Kognitionen, Intrusionen und Coping-Strategien bei Komplexen oder Einfachen Traumafolgestörungen	418
PIF-A – Post-IRRT-Fragebogen A	426
Post-IRRT-Fragebogen A (PIF-A)	428
PIF-B – Post-IRRT-Fragebogen B	430
Post-IRRT-Fragebogen B (PIF-B)	432
Anhang E – Pierre Janet (1894): »Justines« Heilung	434
Die Autoren	438
Literatur	440