

Inhaltsverzeichnis

Einführung	1	
1	Beschreibung der Methode	4
1.1	Bezeichnung	4
1.2	Darstellung	4
2	Theorie – Wirkhypthesen	6
2.1	Um- bzw. Neukonditionierung	6
2.2	Veränderung von Grundüberzeugungen	7
2.3	Beziehung	8
2.4	Aufbau positiver Emotionen	8
2.5	Exposition	9
3	Diagnostik und Indikation	9
3.1	Indikation	12
3.2	Kontraindikation	13
3.3	Einbettung in die Gesamtbehandlung bzw. das Setting	14
4	Behandlung	15
4.1	Einführung und Vorbereitung	15
4.2	Durchführung der Technik	23
4.2.1	Haltung und Rolle des Therapeuten während der Übung	24
4.2.2	Entspannung	25
4.2.3	Exploration der aktuell problematischen Situation	26
4.2.4	Affektbrücke	27
4.2.5	Exploration der biografischen Erinnerung	29
4.2.6	Ansprache in der Imagination	29
4.2.7	Überschreiben der Erinnerung	31
4.2.8	Fokus auf Bedürfnisse	32
4.2.9	Vorschläge zum Herstellen von sofortigem Schutz	32
4.2.10	Einführung einer Helferfigur	33
4.2.11	Konfrontation von Tätern und selbstwertbedrohenden Figuren	36
4.3	Besondere Situationen beim Überschreiben	38
4.3.1	Imaginatives Überschreiben bei starken Schuldgefühlen	38

4.3.2	Rache- oder Gewaltfantasien beim Imaginativen Überschreiben	39
4.3.3	Überschreiben von Situationen aus Jugendzeit und Pubertät	40
4.3.4	Narzisstische Größenfantasien beim Imaginativen Überschreiben	42
4.3.5	Imaginatives Überschreiben bei starken Ekelgefühlen	43
4.4	Positiver Abschluss	45
4.5	Varianten der Methode und Kombinationen	48
4.5.1	Bogenschlag zurück in die Gegenwart	48
4.5.2	Überschreiben von Alpträumen und anderen angstbesetzten Szenen	49
4.5.3	Überschreiben nach nicht interpersonellem Trauma	51
4.5.4	Imaginatives Überschreiben in der Paar- und Gruppentherapie . . .	53
4.5.5	Überschreiben von selbstbezogenen Gefühlen	56
4.6	Probleme bei der Durchführung	56
5	Effektivität und Prognose	61
6	Fallbeispiel	65
7	Weiterführende Literatur	70
8	Literatur	71
9	Kompetenzziele und Lernkontrollfragen	74

Karten

- Kurzanleitung – Imaginatives Überschreiben
 Typische Erinnerungen beim Imaginativen Überschreiben
 Gruppenübung – Imaginatives Überschreiben