

Inhalt

Vorwort	13
Vorwort zur dritten 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 Allgemeine Bemerkungen	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 Psychische Störung als blockierter natürlicher Verarbeitungsprozess belastender Erlebnisse	35
3.1.7 Vermeidung und dysfunktionale Kognitionen als zentrale Ursachen gestörter Verarbeitung	36
3.1.8 Schemata als weitere Blockaden der Verarbeitung	36
3.1.9 Porges' Polyvagalthorie	38
3.1.10 Stabilisierung, Konfrontation und Retraumatisierung	39
3.2 Der IRRT-Prozess	42
3.2.1 IRRT als Wiedererleben und Um-Schreibung (Rescripting) in einem dreiphasigen Prozess	43
3.2.2 Verschiedene intrapsychische Anteile	43
3.2.3 Abgrenzung von anderen Aufteilungen in verschiedene Persönlichkeitsinstanzen oder Persönlichkeitsanteile	46
3.2.4 Das Tun und das Verstehen	47
3.2.5 Die INNERE BÜHNE als Austragungsort der seelischen Verarbeitung im IRRT-Prozess	47

3.2.6	Die Protagonisten auf der INNEREN BÜHNE	49
3.2.7	Subjektive Erinnerungsebene und fiktive Symbolebene	51
3.2.8	Die Weisheit des Patienten	53
3.2.9	Die Neutralisierung des inneren Zensors im IRRT-Prozess	55
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	62
3.4	Eigenschaften der IRRT-Therapeuten	64
3.4.1	Sokratische Haltung	65
3.4.2	Kollaborative Haltung	67
3.4.3	Vertrauen in den Prozess	68
3.4.4	Die Bedeutung der IRRT-Selbsterfahrung	69
3.4.5	Die therapeutische Beziehung	69
3.5	Die Fragen und Aussagen der Therapeuten im IRRT-Prozess	70
3.5.1	Geschlossene und offene Fragen	70
3.5.2	Handlung und Handlungswunsch	71
3.5.3	Wiederholung und Paraphrasierung	72
3.5.4	Indikativ und Konjunktiv	74
3.5.5	Der Wechsel zwischen primärer Erlebnisebene und sekundärer Verarbeitungsebene	75
3.5.6	Frage- und Aussagekategorien	76
4	Anwendungsgebiete und Indikationsstellung	78
4.1	Eingangsdagnostik	78
4.1.1	Klinisches Interview	78
4.1.2	Diagnostische Instrumente	79
4.2	Indikation zur IRRT-Behandlung	79
4.2.1	Anwendungskriterien	79
4.2.2	Ausschlusskriterien bzw. Kontraindikationen bei PTBS	81
4.2.3	Ausschlusskriterien bei anderen Indikationen	84
4.2.4	Abbruchkriterien	84
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 und Wiedererleben)	90
5.3	Phase 2 (Entwicklung von Bewältigungsbildern)	92

5.3.1	Mögliche Komplikationen oder Blockaden des Prozesses in Phase 2	95
5.3.2	Das Einbringen des Therapeuten als Helfer auf die INNERE BÜHNE	99
5.3.3	Entmachtung und Versöhnung	100
5.4	Phase 3 (Selbstberuhigung und -tröstung)	101
5.4.1	Mögliche Komplikationen und Blockaden in Phase 3	104
5.4.2	Die Bedürfnisfalle	110
5.5	Varianten des Phasenablaufs	111
5.5.1	Reine Phase 1a	112
5.5.2	Reine Phase 2	112
5.5.3	Reine Phase 3	113
5.5.4	Phasenablauf 1, 2	114
5.5.5	Phasenablauf 1a, 1b, 3	114
5.5.6	Phasenablauf 1b, 2, 3	115
5.5.7	Phasenablauf 1, 2, 3, 2, 3	115
5.5.8	Phasenablauf 2, 3	115
5.5.9	Phasenablauf 3, 2, 3 oder 3, 1, 2, 3	116
5.6	IRRT als Diagnostikum	116
5.7	Die Nachbesprechung	119
5.7.1	Hausaufgaben	123
5.8	Die Nachbehandlung	124
5.8.1	Die erste Folgesitzung	124
5.8.2	Non-Compliance	124
5.8.3	Fragebögen	125
5.8.4	IRRT als Baustein vs. IRRT als eigenständiges Behandlungskonzept	125
5.8.5	Folgesitzungen nach inkompletten IRRT-Sitzungen	126
5.8.6	Multiple Traumata/Belastungen	126
5.8.7	Komplexe Fallkonzeptionen	127
6	Empirische Belege und Stand der Forschung	128
6.1	Randomisierte kontrollierte Studie (Vergleich PE+SIT vs. Imagery Rescripting bei chronischer PTBS)	128
6.2	Randomisierte kontrollierte Studie (Vergleich Imaginal Exposure vs. Imaginal Exposure plus Imagery Rescripting bei chronischer PTBS) ..	131
6.3	Randomisierte kontrollierte Studie (EMDR vs. IRRT bei kriegstraumatisierten Soldaten)	131
6.4	Naturalistische Studien	132

6.5	Therapiestudien bei Depressionen und Sozialphobien	133
6.6	Experimentelle Studie (Imagery Rescripting als Prophylaxe gegen Intrusionen)	134
6.7	Weitere Studien	134
7	IRRT-Weiterbildungsmöglichkeiten	136
8	Fallbeispiele	140
8.1	Traumafälle	142
	Fallbeispiel 1 Maria <i>Komplexe PTBS – der Klassiker: eine einzige IRRT-Sitzung</i>	142
	Fallbeispiel 2 Marianne <i>Komplexe PTBS – 50 IRRT-Sitzungen über 5 Jahre</i>	159
	Fallbeispiel 3 Bettina <i>Komplexe PTBS – Die Kleine auf dem Dachboden</i>	204
	Fallbeispiel 4 Manuel <i>Die Hand in der Maschine</i>	219
	Fallbeispiel 5 Alex <i>Alex gegen Olli – David gegen Goliath</i>	231
	Fallbeispiel 6 Karin <i>Das Tränenhaus</i>	243
8.2	Nicht-Traumafälle: Angst, Depression, Ohnmacht, Minderwertigkeit	265
	Fallbeispiel 7 Wolfgang <i>Das ist der Hammer: die Mutter im Spiegel</i> ...	265
	Fallbeispiel 8 Béatrice <i>Leukämie hilft gegen Phobie</i>	280
	Fallbeispiel 9 Sabine <i>Hinter dem Gefühl ist ein Gefühl, hinter dem ein Gefühl ist</i>	295
	Fallbeispiel 10 Isabella <i>»Ich bin wieder komplett«</i>	325
	Fallbeispiel 11 Herta <i>Die Marmorstatue</i>	337
	Fallbeispiel 12 Monika <i>King Kong</i>	350
8.3	Trauerreaktionen	360
	Fallbeispiel 13 Birgit <i>Die Befreiung vom toten Patienten</i>	360
	Fallbeispiel 14 Doris <i>Die tote Mutter lässt nicht los</i>	370
	Fallbeispiel 15 Angie <i>30 Jahre nach der Totgeburt</i>	379
	IRRT-Glossar	393
	Nachwort	399
	Anhang A – Ablaufmodell einer IRRT-Sitzung bei PTBS	401
	Vorbereitung	401
	Phase 1a und b (Exposition und Wiedererleben)	402
	Phase 2 (Entmachtung des Täters/Verursachers)	403
	Phase 3 (Selbstberuhigung und -tröstung)	406

Phase 3 Fortsetzung bei Komplikationen	408
Nachbesprechung	412
Anhang B – IRRT-Merkkarten	413
Anhang C – Fragen und Aussagen des IRRT-Therapeuten	425
Anhang D – Fragebögen	428
EIBE – Emotions-Inventar Belastender Erlebnisse	429
SIDEKICK – Semistrukturiertes Interview zur Diagnostik von Emotionen, Kognitionen, Intrusionen und Coping-Strategien bei Komplexen oder Einfachen Traumafolgestörungen	431
PIF-A – Post-IRRT-Fragebogen A	439
Post-IRRT-Fragebogen A (PIF-A)	441
PIF-B – Post-IRRT-Fragebogen B	443
Post-IRRT-Fragebogen B (PIF-B)	445
IRRT-Therapeuten-Protokoll	447
IRRT-Hausaufgaben-Protokoll	449
Anhang E – Pierre Janet (1894): »Justines« Heilung	450
Die Autoren	454
Literatur	456