

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einführung</b> .....	<b>1</b>
<b>1 Beschreibung der Methode</b> .....	<b>4</b>
1.1 Bezeichnung .....	4
1.2 Darstellung .....	4
<b>2 Theorie – Wirkhypothesen</b> .....	<b>6</b>
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
<b>3 Diagnostik und Indikation</b> .....	<b>9</b>
3.1 Indikation .....	12
3.2 Kontraindikation .....	13
3.3 Einbettung in die Gesamtbehandlung bzw. das Setting .....	14
<b>4 Behandlung</b> .....	<b>15</b>
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

V

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
<b>5</b>	<b>Effektivität und Prognose .....</b>	<b>61</b>
<b>6</b>	<b>Fallbeispiel .....</b>	<b>65</b>
<b>7</b>	<b>Weiterführende Literatur .....</b>	<b>70</b>
<b>8</b>	<b>Literatur .....</b>	<b>71</b>
<b>9</b>	<b>Kompetenzziele und Lernkontrollfragen .....</b>	<b>74</b>

## **Karten**

Kurzanleitung – Imaginatives Überschreiben

Typische Erinnerungen beim Imaginativen Überschreiben

Gruppenübung – Imaginatives Überschreiben