

Inhaltsverzeichnis

I Theoretische und praktische Grundlagen

| | | |
|------------|--|-----------|
| 1 | Imagination im Anwendungsfeld der Klinischen Psychologie und Psychotherapie | 3 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 1.1 | Imagination in der Klinischen Psychologie und Psychotherapie: Einsatzformen und Wirkungen | 5 |
| 1.1.1 | Vorstellungen sind relevant für die Erklärung und Behandlung psychischer Störungen | 5 |
| 1.1.2 | Die Gestaltung des Vorgehens variiert in den einzelnen Schulen | 6 |
| 1.1.3 | Die Zielsetzung imaginativer Arbeit variiert in den einzelnen Schulen | 6 |
| 1.1.4 | Die Wirkweise von Vorstellungsverfahren wird unterschiedlich begründet | 7 |
| 1.1.5 | Die praktizierten imaginativen Verfahren sind zahlreich und vielgestaltig | 8 |
| 1.2 | Standortbestimmung gegenüber verbreiteten imaginativen Behandlungsverfahren | 8 |
| 1.2.1 | Hypnotherapie | 8 |
| 1.2.2 | Neurolinguistisches Programmieren (NLP) | 10 |
| 1.2.3 | Focusing | 11 |
| 1.2.4 | Katathymes Bilderleben (KB) | 11 |
| 1.2.5 | Abgrenzung gegenüber unseriösen Deutungsformen von Imaginationen | 12 |
| 1.3 | Zugangsweisen zur Analyse des Imaginierens | 13 |
| 1.3.1 | Vorstellung als theoretisches Konstrukt | 13 |
| 1.3.2 | Vorstellung als operationalisierbare Variable | 14 |
| 1.3.3 | Vorstellung als introspektives Phänomen | 15 |
| 1.4 | Bio-Informationstheorie emotionaler Vorstellungen | 16 |
| 2 | Voraussetzungen und Basisfertigkeiten für die Arbeit mit Imaginationen | 25 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 2.1 | Indikation und Kontraindikation imaginativer Verfahren | 26 |
| 2.1.1 | Indikation | 26 |
| 2.1.2 | Kontraindikation | 27 |
| 2.2 | Allgemeine Voraussetzungen und Basisfertigkeiten bei Therapeuten und Patienten | 29 |
| 2.2.1 | Voraussetzungen und Basisfertigkeiten auf Seiten des Patienten | 30 |
| 2.2.2 | Voraussetzungen und Basisfertigkeiten auf Seiten des Therapeuten | 35 |
| 2.3 | Komponenten der Imaginationsfähigkeit | 37 |
| 2.3.1 | Entspannung | 37 |
| 2.3.2 | Lebhaftigkeit | 39 |
| 2.3.3 | Kontrollierbarkeit | 43 |
| 2.4 | Erfassung und Optimierung imaginativer Fähigkeiten | 45 |
| 2.4.1 | Erfassung imaginativer Fertigkeiten | 45 |
| 2.4.2 | Optimierung der Imaginationsfähigkeit | 50 |
| 2.5 | Aufbau und sprachliche Gestaltung imaginativer Instruktionen | 53 |
| 2.5.1 | Aufbau von Imaginationsinstruktionen | 53 |
| 2.5.2 | Sprachliche Gestaltung von Imaginationsinstruktionen | 56 |

| | | |
|-------|--|----|
| 3 | Integration imaginativer Arbeit in die Psychotherapie | 59 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 3.1 | Das Problemlösemodell: Ein integratives Rahmenkonzept | 60 |
| 3.2 | Rolle und Funktion imaginativen Vorgehens | 64 |
| 3.2.1 | Variante 1: Imaginationen als Bestandteil von Problemen beachten | 64 |
| 3.2.2 | Variante 2: Metaphern und Symbole bei der Problembearbeitung verwenden | 65 |
| 3.2.3 | Variante 3: Probleme im imaginativen Modus bearbeiten | 67 |
| 3.3 | Zusammenfassung und Ausblick | 68 |

II Imaginative Verfahren im therapeutischen Problemlöseprozess

| | | |
|-------|---|-----|
| 4 | Imaginative Verfahren in der Phase der Problemstellung: Phase I | 71 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 4.1 | Ziele und Vorgehensweisen in der Phase der Orientierung und Problemdefinition | 72 |
| 4.2 | Formen imaginativer Arbeit | 74 |
| 4.2.1 | Variante 1: Imaginationen als Bestandteil von Problemen beachten | 74 |
| 4.2.2 | Variante 2: Metaphern und Symbole bei der Problembearbeitung verwenden | 76 |
| 4.2.3 | Variante 3: Probleme im imaginativen Modus bearbeiten | 80 |
| 5 | Imaginative Verfahren in der Phase der Problemanalyse: Phase II | 87 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 5.1 | Analyse des Verhaltens in konkreten Situationen | 88 |
| 5.1.1 | Ziele und Bestimmungsstücke der Bedingungsanalyse auf der Ebene V-i-S | 88 |
| 5.1.2 | Formen imaginativer Arbeit | 90 |
| 5.2 | Analyse von Regeln, Plänen und Systembedingungen | 101 |
| 5.2.1 | Ziele und Vorgehen bei der Plan- und Systemanalyse | 101 |
| 5.2.2 | Formen imaginativer Arbeit | 103 |
| 5.3 | Analyse der Genese | 110 |
| 5.3.1 | Ziele und Vorgehen bei der Untersuchung problemrelevanter biografischer Entwicklungen | 110 |
| 5.3.2 | Formen imaginativer Arbeit | 110 |
| 5.4 | Abschluss der Phase II: Problemanalyse | 116 |
| 6 | Imaginative Verfahren in der Phase der Zielanalyse: Phase III | 119 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 6.1 | Ziele und Vorgehen bei der Motivations- und Zielklärung | 120 |
| 6.2 | Formen imaginativer Arbeit | 121 |
| 6.2.1 | Variante 1: Imaginationen als Bestandteil von Problemen beachten | 121 |
| 6.2.2 | Variante 2: Metaphern und Symbole bei der Problembearbeitung verwenden | 122 |
| 6.2.3 | Variante 3: Probleme im imaginativen Modus bearbeiten | 125 |
| 7 | Imaginative Verfahren in der Phase der Mittelanalyse und Veränderungsplanung: Phase IV | 131 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 7.1 | Vorgehensweisen bei der Suche und Auswahl von Lösungen | 132 |
| 7.2 | Formen imaginativer Arbeit | 132 |
| 7.2.1 | Variante 1: Imaginationen als Bestandteil von Problemen beachten | 132 |
| 7.2.2 | Variante 2: Metaphern und Symbole bei der Problembearbeitung verwenden | 134 |
| 7.2.3 | Variante 3: Probleme im imaginativen Modus bearbeiten | 140 |

| | | |
|-------|--|-----|
| 8 | Imaginative Verfahren in der Erprobung und Bewertung von Veränderungsschritten: Phase V | 151 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 8.1 | Ziele und Vorgehen bei der praktischen Erprobung von Lösungsalternativen | 152 |
| 8.2 | Formen imaginativer Arbeit | 153 |
| 8.2.1 | Variante 1: Imaginationen als Bestandteil von Problemen beachten | 153 |
| 8.2.2 | Variante 2: Metaphern und Symbole bei der Problembearbeitung verwenden | 153 |
| 8.2.3 | Variante 3: Probleme im imaginativen Modus bearbeiten | 154 |

III Störungsspezifische Anwendung imaginativer Verfahren

| | | |
|--------|---|-----|
| 9 | Stress und chronische Spannungszustände | 167 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 9.1 | Einführung | 168 |
| 9.2 | Imagination in der diagnostischen Phase | 169 |
| 9.3 | Imaginative Techniken zur Stressbewältigung und Entspannung | 171 |
| 9.3.1 | Ausgewählte Imaginationsübungen zur Bewältigung eines negativen Stress- und Spannungszustandes | 173 |
| 9.3.2 | Ausgewählte Imaginationsübungen zur Erzeugung und Ausweitung eines angenehmen Entspannungszustandes | 178 |
| 10 | Depression | 191 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 10.1 | Einführung | 192 |
| 10.2 | Imagination in der diagnostischen Phase | 192 |
| 10.3 | Imagination in Zielbestimmung und Veränderungsarbeit | 193 |
| 10.3.1 | Imaginative Übungen zur Stimmungsaufhellung und Aktivierung | 193 |
| 10.3.2 | Kognitive Umstrukturierung unter Imagination | 195 |
| 11 | Angststörungen | 199 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 11.1 | Einführung | 200 |
| 11.2 | Imagination in der diagnostischen Phase | 200 |
| 11.3 | Imagination in Zielanalyse und Veränderungsarbeit | 201 |
| 11.4 | Imaginatives Vorgehen bei verschiedenen Angstformen | 203 |
| 11.4.1 | Einfache Phobien | 203 |
| 11.4.2 | Agoraphobie | 206 |
| 11.4.3 | Panikstörung | 207 |
| 11.4.4 | Soziale Phobie | 209 |
| 11.4.5 | Generalisierte Angststörung | 211 |
| 12 | Zwänge | 215 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 12.1 | Einführung | 216 |
| 12.2 | Imagination in der diagnostischen Phase | 216 |
| 12.3 | Imagination in der Veränderungsarbeit | 217 |

| | | |
|--------|--|-----|
| 13 | Posttraumatische Belastungsstörung | 221 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 13.1 | Einführung | 222 |
| 13.2 | Imagination in der diagnostischen Phase | 222 |
| 13.3 | Imaginative Veränderungsarbeit | 223 |
| 13.3.1 | Imaginatives Nacherleben des Traumas | 224 |
| 13.3.2 | Kombination von imaginativem Nacherleben und imaginativem Überschreiben (IRRT) | 225 |
| 13.3.3 | Ergänzende imaginative Methoden | 226 |
| 14 | Schlafstörungen | 227 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 14.1 | Einführung | 228 |
| 14.2 | Imagination in der diagnostischen Phase | 228 |
| 14.3 | Imaginative Veränderungsmethoden | 229 |
| 14.4 | Imaginative Arbeit bei Alpträumen | 230 |
| 15 | Schmerz | 233 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 15.1 | Einführung | 234 |
| 15.2 | Imagination in der diagnostischen Phase | 235 |
| 15.3 | Imaginative Veränderungsarbeit | 236 |
| 15.3.1 | Aufmerksamkeitsverlagerung | 236 |
| 15.3.2 | Direkte Ausrichtung auf Veränderung der Schmerzempfindung | 240 |
| 15.3.3 | Perspektivenwechsel in Bezug auf den Schmerz | 246 |
| 16 | Essstörungen | 249 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| 16.1 | Einführung | 250 |
| 16.2 | Imagination in der diagnostischen Phase | 250 |
| 16.3 | Imaginative Methoden bei Zielbestimmung und Veränderungsprozess | 251 |
| 17 | Abschließende Übersicht | 257 |
| | <i>T. Kirn, L. Echelmeyer, M. Engberding</i> | |
| | Serviceteil | |
| | Literatur | 270 |
| | Stichwortverzeichnis | 280 |

Imagination in der Verhaltenstherapie
Kirn, Th.; Echelmeyer, L.; Engberding, M.
2015, X, 281 S. 25 Abb., Hardcover
ISBN: 978-3-662-44897-7