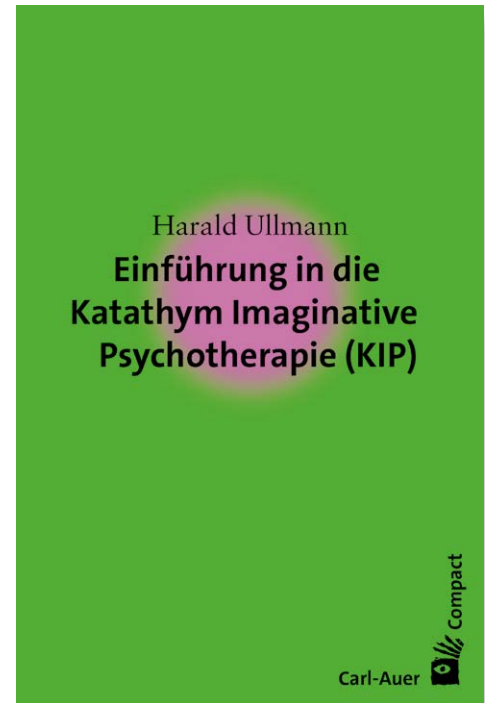


Einführung in die Katathym Imaginative Psychotherapie (KIP)



Harald Ullmann
**Einführung in die
Katathym Imaginative
Psychotherapie (KIP)**
123 Seiten, Kt, 2017
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40
ISBN 978-3-8497-0070-6
auch als **eBook** erhältlich

Über das Buch



Harald Ullmann
**Einführung in die Katathym
Imaginative Psychotherapie (KIP)**
123 Seiten, Kt, 2017
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40
ISBN 978-3-8497-0070-6
auch als **eBook** erhältlich

Diese Einführung in die Katathym Imaginative Psychotherapie (KIP) stellt eine vielseitig anwendbare therapeutische Methode vor, die alternative Behandlungssätze und -theorien auf kreative Weise integriert.

Wie der Name andeutet – katathym bedeutet „den Gefühlen gemäß“ –, stehen im Zentrum der Katathym Imaginativen Psychotherapie Imaginationen, die durch autonome emotionale Prozesse angeregt und gesteuert werden. Der Therapeut begleitet den Klienten dabei in einem dialogischen Prozess, ermutigt behutsam zu genauerer Betrachtung von inneren Bildern, unterstützt bei Konfrontationen und eröffnet so Möglichkeiten, alternative Verhaltensweisen und Beziehungsmuster zu erkennen und zu erproben.

Harald Ullmann stellt die KIP als differenziertes Methodenrepertoire vor, das insbesondere zur Bearbeitung von Konflikten und zur Mobilisierung innerer Ressourcen geeignet ist. Sein praxisnaher und didaktischer Aufbau macht das Buch zu einer Einführung im besten Sinne. Die Fallgeschichten werden durch aussagekräftige Bilder zu exemplarischen Tagträumen illustriert.

Ich bestelle:

Ex. **Einführung in die
Katathym Imaginative
Psychotherapie (KIP)** ISBN 978-3-8497-0070-6
€ (D) 14,95/€ (A) 15,40

Ex. ISBN 978-3-

Name

Straße

Ort

Ja, ich hätte gerne mehr Information, bitte nehmen Sie meine
Adresse für den Newsletter in Ihren E-Mailverteiler auf.

E-Mail Bitte in Blockschrift ausfüllen!

Unterschrift/Datum

Carl-Auer Verlag GmbH
Vangerowstr. 14
69115 Heidelberg

Über den Autor



Harald Ullmann, Dr. med., Facharzt- ausbildungen in Innerer Medizin, Neurologie und Psychiatrie; leitende Klinikfunktionen in Akutpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik; Ausbildungen in Psychoanalyse, Familientherapie, Hypnotherapie und Katathym Imaginativer Psychotherapie (KIP); Dozent der deutschen und der tschechischen Fachgesellschaft für KIP; Mitglied des Deutschen Kollegiums für Psychosomatische Medizin (DKPM); seit 1992 in eigener Praxis tätig; Lehrtätigkeit in verschiedenen Weiterbildungsinstituten für Psychotherapie.

Weitere Titel:



Eva Madelung/Barbara Innecken
Im Bilde sein
Vom kreativen Umgang mit Aufstellungen mit Aufstellungen in Einzeltherapie, Beratung, Gruppen und Selbsthilfe
215 Seiten, 93 Abb., Kt, 4. Aufl. 2015
€ (D) 21,95/€ (A) 22,60
ISBN 978-3-89670-550-1

„Beim Lesen ist man von dem lebendigen und gut verständlichen Inhalt überrascht und merkt: Aus diesem Buch kann man sich Lebenshilfen und Tipps herauspicken.“

Süddeutsche Zeitung

„Das Neuro-Imaginative-Gestalten erscheint als lang ersehnte Ergänzung sowohl zum NLP als auch zur Aufstellungsarbeit nach Hellinger, vor allem in der Einzeltherapie.“

Praxis der Systemaufstellung



Consuelo Casula
Gärtner, Prinzessinnen, Stachelschweine
Metaphern und Geschichten für die persönliche und berufliche Entwicklung
304 Seiten, Kt, 2017
€ (D) 34,95/€ (A) 36,-
ISBN 978-3-8497-0177-2

Consuelo Casula erklärt in diesem Buch, was wirksame Metaphern und Geschichten kennzeichnet, wie sie aufgebaut werden und wie sie wirken. Schritt für Schritt demonstriert sie, wie man stimmige Geschichten konstruiert, die etwa einschränkende Überzeugungen modifizieren, negative Emotionen wandeln, Paare in Krisen stärken oder die eigene Professionalität verbessern helfen.

Leseprobe

3 Grundelemente der Katathym Imaginativen Psychotherapie

Die Psychotherapie mit dem Tagtraum ist in mehrfacher Hinsicht integrativ angelegt. Eine Reihe von Elementen, die auch in anderen Methoden zur Wirkung kommen, fließen hier in ein spezifisches Ganzes ein: die *katathyme Imagination*. Sie ist ihrerseits in einen mehrgliedrigen, gut systematisierten Behandlungsablauf eingebunden: die *Katathym Imaginative Psychotherapie (KIP)*. Alle in diese Methode eingewobenen Elemente taugen für eine Verbindung zu anderen Ansätzen der Psychotherapie und den dort vorrangig wirksamen Elementen, ohne dass deren Eigenheiten dabei aus dem Blickfeld gerieten. So wird z. B. das symbolische Element in der Psychoanalyse nach Sigmund Freud, in der analytischen Psychologie nach C. G. Jung oder in der Hypnotherapie nach Milton Erickson jeweils anders konzeptionalisiert und therapeutisch genutzt als in der KIP (Abschn. 3.4), während es in der Verhaltenstherapie – mit Ausnahme der Schematherapie – bislang eine untergeordnete Rolle spielt.

Das *integrative Moment* der KIP schafft die Möglichkeit, Techniken unterschiedlicher Provenienz in die Praxis und Theorie der KIP einzubeziehen. Therapeuten aus anderen Richtungen oder »Schulen« finden unschwer einen Zugang zum Verständnis und zum Erlernen der Tagtraummethode (Abschn. 6.1). Eine gemeinsame Plattform, über die sich Therapeuten aus unterschiedlichen Richtungen verständigen können, wird schließlich durch Erkenntnisse aus den Kognitions- und Neurowissenschaften bereitgestellt. Die KIP bietet in ihrer Behandlungstheorie plausible und klinisch praktikable Ansatzpunkte.

Nachfolgend werden vier Klassen von Kernelementen der Tagtraummethode erläutert, die zur Emergenz des Phänomens der katathymen Imagination beitragen, jeweils unter Bezugnahme auf neurobiologische Aspekte und auf Ähnlichkeiten oder Unterschiede bei benachbarten Psychotherapieformen. An erster Stelle steht die Imagination als solche, die in den verschiedensten Ansätzen der Psychotherapie mehr oder weniger gezielt genutzt wird und letztlich als eine Art von »Drehscheibe der Psychotherapie« fungiert (Ullmann 2010; vgl. auch Ullmann 2012a, S. 31). Für sich genommen, wäre die Imagination demnach kein Alleinstellungsmerkmal der KIP, auch wenn sie hier einen zentralen Stellenwert einnimmt. Als Dreh- und Angelpunkt der Methode wird dieses Element deshalb an erster Stelle erläutert; dann wird schrittweise herausgearbeitet, was die Besonderheit der »katathymen« Imagination ausmacht.

3.1 Imagination, Vorstellungskraft, Einbildung

Die *Imagination* als solche ist eine ganz natürliche geistige Fähigkeit, die jedem Menschen mehr oder weniger ausgiebig zur Verfügung steht. Vom Wortstamm her wäre man versucht, die Imagination auf das bildhafte Moment zu beschränken (lat. *imago*: »Bild«, aber auch: »Traumbild, Gestalt, Gleichnis, Sinnbild«). Doch unser Gehirn kann nicht anders, als ständig Vernetzungen zu anderen Sinneskanälen und zu körperlichen Vorgängen herzustellen, auch wenn sie nicht jederzeit in den Fokus der Aufmerksamkeit des »Bildbewusstseins« gerückt werden.

Insofern ist die *Fantasie* (griech. *phainesthai*: »erscheinen«) dem ursprünglichen Wortsinn nach ein mit der Imagination verwandter Begriff, verstanden als die Fähigkeit, etwas auf der Bildfläche des Bewusstseins in Erscheinung treten zu lassen. Freud räumte dem von ihm so genannten »Fantasieren« oder »Tagträumen« in therapeutischer Hinsicht gegenüber dem von ihm favorisierten Nachtraum einen minderen Rang ein, indem er darin ein weniger gut analysierbares neurotisches Phänomen sah.

Wandmalereien aus prähistorischer Zeit lassen auf magische Handlungen und therapeutische Rituale im Zusammenhang mit Imaginationen schließen. Besonders interessant für unsere Belange ist das Höhlenbild eines anthropomorphen Mischwesens, das als »Zauberer von Trois Frères« bekannt wurde. Man vermutet darin die Abbildung eines schamanischen Heilers. Das könnte für eine unmittelbare Nutzung des Vorstellungsvermögens zu »therapeutischen« Zwecken sprechen.

Der Bedeutungshof eines Begriffs lässt sich durch Synonyme erweitern und durch Definitionen eingrenzen. Das Synonym »Vorstellungskraft« weist darauf hin, dass die Imagination mentale Energien zu mobilisieren vermag. Sie kann für den gläubigen Christen buchstäblich »Berge versetzen« (vgl. etwa Matthäus 17, 20) und für den Sportler dazu dienen, Bewegungsabfolgen innerlich durchzuspielen, um sie später real auszuführen. Das mentale Training macht sich eine Äquivalenz und Äquipotenz von vorgestellten und realen Tätigkeiten zunutze. So konnte z. B. gezeigt werden, dass die reine Vorstellung des Übens einer bestimmten Notenfolge im motorischen Kortex dieselben motorischen Hirnareale neuroplastisch veränderte und zu annähernd guten Ergebnissen führte wie das konkrete Üben am Klavier (Pascual-Leone et al. 1995). Mit einem einfachen Experiment lässt sich die Vorstellungskraft unmittelbar vor Augen führen. Man nehme ein Pendel in die Hand, stelle sich – mit anfänglich noch geschlossenen Augen – vor, man könne es zur Rotation bringen, und staune über die zu beobachtenden Kreisbewegungen.