

Preconference-Workshop

Alpträume und ihre Behandlung

Prof. Dr. Reinhard Pietrowsky
Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf (D)

Alpträume kommen in der psychotherapeutischen Praxis relativ häufig vor und spielen bei Patienten mit Posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS) eine wichtige Rolle. Abgesehen vom Auftreten im Rahmen einer PTBS wurde ihnen bislang wenig Beachtung geschenkt. Entsprechend gibt es kaum etablierte Behandlungsverfahren. In dem Workshop sollen die Ursachen und vor allem die Behandlungsmöglichkeiten von Alpträumen vorgestellt werden. Ein Schwerpunkt wird die Darstellung eines manualisiertes Therapiekonzepts zur Behandlung von Alpträumen auf der Grundlage der Imagery Rehearsal Therapie (IRT) sein. Bei der IRT handelt es sich um ein imaginatives Verfahren, welches das Neuschreiben (Rescripting) des ursprünglichen Alptraums in einen neutralen oder positiven Traum und das imaginative Einüben dieses neuen Traumskriptes beinhaltet, welches den ursprünglichen Alptraum überschreibt. Zudem werden durch die IRT die Selbstwirksamkeit und das Selbstvertrauen erhöht. Die IRT ist erwiesenermaßen geeignet zur Behandlung von idiopathischen und posttraumatischen Alpträumen. In dem Workshop wird anhand zahlreicher praktischer Übungen das IRT-Verfahren demonstriert und selbst angewandt.

Max. 20 TeilnehmerInnen