

- »- Klient schließt die Augen und denkt an bestimmte Angst. »- SUD-Punkte bewerten (Skala von 0-10).
»- Klient schaut auf die
Fingerspitzen des Therapeuten, der die Hände schnell
hin- und herbewegt.
- »-Klient atmet tief durch und denkt nochmals an das Problem.
- »-Klient schaut wiederum auf die Fingerspitzen des Therapeuten, der die
Hände wieder schnell hin- und herbewegt.
- »-Klient atmet tief ein und aus und bewertet die SUD-Punkte (Skala von 0-10).
- »-Therapeut fragt Klient, welches Bild nun gekommen ist.
- »-Klient stellt sich dieses Bild vor und schaut wieder den Fingerspitzen des
Therapeuten nach, der die Hände wieder schnell hin- und herbewegt.
- »- Klient atmet tief ein und aus. Er beschreibt das jetzige Bild und seine Gefühle.
- »-Er stellt sich dieses Bild vor und es erfolgt ein erneuter Durchgang. Dies
wiederholt sich so lange, bis das Problem erlöst ist.