

# ***DIE KETTE ENTLANG, DANN DEM PFEIL ABWÄRTS FOLGEN –***

## **INFERENCE CHAINING & DOWNWARD ARROW-TECHNIQUE: GESCHICHTE, VERGLEICH UND EIN INTEGRATIVES MODELL ZWEIER EXPLORATIVER FRAGETECHNIKEN**

**Nils Spitzer**

*Psychotherapeutische Praxis  
Gladbeck*

*ZUSAMMENFASSUNG:* In den letzten 25 Jahren haben sich, nahezu parallel, zwei explorative Fragetechniken ausgebildet und formalisiert, die beide dazu dienen, bedeutsamere, für Veränderung lohnendere Kognitionen aufzudecken: Das „Inference Chaining“ in der REVT und die „Downward Arrow-Technique“ in der Beck-schen KT. Der Artikel verfolgt den Wandel in Struktur, Funktion und Bedeutung dieser Techniken, vergleicht Unterschiede und Gemeinsamkeiten, bietet abschließend den ersten Entwurf eines neuen integrativen Modell zu einer reflexiveren Erhebung der kognitiven „Inferenzstruktur“ einer Person und testet dessen Brauchbarkeit an einem Beispiel.

Will man den geschichtlichen Wandel einer therapeutischen Technik nachzeichnen, dann lohnt es sich, dies mit einer Einschränkung und einer grundsätzlichen Überlegung zu beginnen. Anders als

---

Anschrift des Verfassers: Dipl.-Psych. Nils Spitzer, Psychotherapeutische Praxis, Gartenstraße 2, 45968 Gladbeck, E-Mail: nspitzer@aol.com

© 2005 Dieter Schwartz