



## IRRT

### IMAGERY RESCRIPTING & REPROCESSING THERAPY

**Zertifiziertes IRRT-Training Workshops 1-3, im Rahmen der Königsfelder Seminare Curriculum Spezielle Psychotherapie**

**Ort:** PDAG Klinik Königsfelden, Festsaal oder Begegnungszentrum, CH-5210 Windisch, bzw. **Video-Konferenz per Zoom**

Geplant ist die persönliche Begegnung in der Klinik Königsfelden jeweils am Donnerstagnachmittag, dann die Fortsetzung am Freitag und Samstag jeweils per Videokonferenz. Wegen der Unsicherheiten infolge der Corona-Situation und aufgrund eines reduzierten Raumangebots der Klinik kann es aber sein, dass ein gesamter Workshop ausschliesslich per Videokonferenz durchgeführt werden muss.

#### Termine Workshopreihe 2022 A:

- 1. Workshop: 20.01. - 22.01.22
- 2. Workshop: 10.03. - 12.03.22
- 3. Workshop: 16.06. - 18.03.22

#### Workshopzeiten (je Workshop 20 Unterrichtseinheiten [UE] à 45'):

- Donnerstag 14:15 – 17:45
- Freitag 09:15 - 16:45 (Mittagspause 12:30 - 13:30)
- Samstag 09:15 – 15:45 (Mittagspause 12:30 - 13:30)

Die Workshops werden deutschsprachig geführt. Englische und schweizerdeutsche Videos sind übersetzt.

#### Workshopleitung



**Dr. med. Rolf Köster**, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH, Zertifizierter Psychotherapeut DeGPT, Ärztl. Leiter: ZPPB, Zentrum für Psychiatrie, Psychotherapie & Beratung, Schwerpunkt Psychotraumatologie, Weiterbildungen in EMDR, Prolonged Exposure, BEPP; IRRT-Trainer und -Supervisor.

info@irrt.ch www.irrt.ch



**lic.phil. & M.Sc. Silvia Köster**, Eidgen. anerkannte Psychotherapeutin, Ltd. Psychologin: ZPPB, Zentrum für Psychiatrie, Psychotherapie & Beratung, IRRT-Trainerin und -Supervisorin

silvia.koester@drkoester.ch

#### IMAGERY RESCRIPTING & REPROCESSING THERAPY (IRRT)

IRRT (Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy) ist eine auf Imagination basierende Therapiemethode zur Behandlung von Traumafolgestörungen und anderen belastungsinduzierten psychischen Störungen (u.a. Angst, Depression, anhaltende Trauerreaktionen, Anpassungsstörungen und Persönlichkeitsstörungen). IRRT ermöglicht eine schonende Bearbeitung der belastenden Bilder, Blockaden und Schemata. Ursprünglich aus der kognitiven Verhaltenstherapie entwickelt, lässt sich IRRT gut in verhaltenstherapeutische, psychodynamische, humanistische, systemische sowie andere therapeutische Vorgehensweisen integrieren oder als Hauptbehandlungsmethode einsetzen.

In mehreren randomisierten kontrollierten und naturalistischen Studien zeigte IRRT eine mindestens gleich ausgeprägte Wirksamkeit bei posttraumatischen Störungen wie die verlängerte Exposition (Prolonged Exposure) oder EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), zwei etablierten Behandlungsmethoden.

**Die IRRT zeichnet sich durch die folgenden Hauptaspekte in der Behandlung aus:**

- Arbeit in der Imagination auf der INNEREN BÜHNE des Patienten.

- Arbeit mit verschiedenen Persönlichkeitsanteilen als Protagonisten auf der INNEREN BÜHNE des Patienten (Protagonisten: HEUTIGES ICH, DAMALIGES ICH/KIND, Täter bzw. das Täterbild (-introjekt).
- Sokratische Haltung des Therapeuten, d.h. eine inhaltlich offene, fragende und paraphrasierende Haltung.
- Bewusster Einsatz von Nuancen in der sprachlichen Formulierung der Fragen und Aussagen des Therapeuten.

#### Eine IRRT-Sitzung bei PTBS verläuft in der Regel in drei Phasen:

- In der 1. Phase werden die belastenden Bilder und assoziierten Emotionen des Traumas vom Patienten *in sensu* wiedererlebt und verbalisiert.
- In der 2. Phase liegt der Schwerpunkt auf der Konfrontation und Entmachtung des Täters durch das AKTUELLE ICH des Patienten, das als zusätzlicher Persönlichkeitsanteil auf dessen INNERER BÜHNE eingeführt wird.
- In der 3. Phase entwickeln die Patienten Bilder der Beruhigung, Tröstung und Versöhnung zwischen AKTUELLEM ICH und KIND.

Im Rahmen von Nachbesprechung und Nachbehandlung wird an der Vertiefung und Verankerung des Erreichten gearbeitet.

## Teilnahmevoraussetzungen

Approbierte psychologische und ärztliche Psychotherapeuten sowie Kinder- und Jugendpsychotherapeuten. Kandidaten in der psychotherapeutischen Ausbildung sollten bereits einige psychotherapeutische Grunderfahrungen aufweisen.

## Workshopinhalte

### 1. Workshop (20 UE = Unterrichtseinheit à 45')

- Trauma und PTBS: Eine kurze IRRT-spezifische Synopsis
- IRRT: Ein integrativer Trauma-Verarbeitungsansatz mit imaginativ-ressourcenorientierten Elementen
- Ein- und Ausschlusskriterien, Behandlungsplanung
- 3 IRRT Phasen, phasenspezifische therapeutische Ziele
- Fallbeispiele: **IRRT bei Typ I- und Typ II-Traumatisierungen – Videodemonstrationen, evtl. live-Demonstrationen**
- Selbsterfahrung und supervidierte Übungen der Teilnehmer
- Vorbereitung der Einzelsupervision

### 2. Workshop (20 UE)

- Vertiefung der IRRT-Grundlagen
- **Reine Phase 3-Sitzungen** als stabilisierende Interventionen bei SVV, Suizidalität und zur psychodynamischen Diagnostik
- Fortgeschrittene Anwendungen der IRRT-Methode mit schwierigen Patienten und komplexer PTBS.
- Video- und Live-Demonstrationen
- Fallkonzeptionen und Einführung Gruppensupervision
- Selbsterfahrung und supervidierte Übungen der Teilnehmer

### 3. Workshop (20 UE)

- Zusammenfassung u. Vertiefung der Theorie („IRRT-Struktur“)
- Video- und Live-Demonstrationen, je nach Bedarf supervidierte Übungen bei Trauma oder Phase 3
- **IRRT bei anhaltender Trauer**
- Fallkonzeptionen der Teilnehmer und erste Gruppensupervision

## Mindestkriterien zur Zertifizierung (IRRT Level 1)

Über den Besuch der 3 Workshops hinaus besteht die Möglichkeit, eine IRRT-Level 1-Zertifizierung zu absolvieren. Zusatzkriterien:

- Mindestens 20 UE (à 45 Min.) Einzelsupervision
- Dokumentierte (Audio-/Video, evtl. Transkript) IRRT-Behandlungen mindestens 3 verschiedener Patienten
- IRRT-Selbsterfahrungsgruppentag (Einzel-SE möglich)
- Bis zu 8 UE von zusätzlich angebotenen Gruppensupervisionen werden an die Einzelsupervision angerechnet

## Gruppensupervision (GSV)

- Es werden Gruppensupervisionen als Halbtagsveranstaltungen (4 UE = 3 Std.) oder als zweieinhalbtägige Workshops in der Schweiz, Österreich oder Deutschland bzw. als Video-Konferenz angeboten.

## Einzelsupervision (ESV)

- 20 UE (15 Std.) IRRT-Einzelsupervision (persönlich oder via Zoom o.ä., üblicherweise 60' oder 90' pro Sitzung), Termine nach individueller Vereinbarung (ab 1. WS)
- Ablauf der Supervision:
  - Die IRRT-Sitzungen können in Deutsch, Schweizerdeutsch oder Englisch (evtl. franz. und ital.) durchgeführt werden.
  - Jeder Teilnehmer reicht dem Supervisor eine Audio- oder Videoaufnahme (wenn möglich auch Transkript) der durchgeführten IRRT-Sitzung(en) ein.
  - Teilnehmer und Supervisor hören/sehen vor oder während der SV-Sitzung Teile oder die ganze Aufnahme der IRRT-Sitzung.
  - Der Supervisor gibt während der SV-Sitzung Feedback.
- Mindestens drei verschiedene Fälle werden supervidiert
- Durch Teilnahme an zusätzlichen GSV reduziert sich die notwendige ESV von 20 bis auf 12 UE
- Einzelsupervision in Kleingruppen möglich (s. www.irrt.ch)

## Gruppen-Selbsterfahrungstag (GSE)

- Maximal vier Therapeuten/Teilnehmer in IRRT-Weiterbildung treffen sich für einen Selbsterfahrungstag in der Gruppe
- Jeder Teilnehmer bearbeitet eine persönliche belastende Erinnerung mit dem IRRT-Trainer, anschliessend Gruppendiskussion

## Kosten

Anmeldung und Abrechnung: [seminare@pdag.ch](mailto:seminare@pdag.ch) Pro Workshop 625 CHF, alle 3 Workshops 1800 CHF bei Vorauszahlung.

Alle anderen Leistungen werden mit dem IRRT-Institut abgerechnet.

- Gruppenselbsterfahrungstag (GSE) 300.- CHF
- Einzelsupervision (ESV) 180.- CHF pro UE bzw. 240.- CHF pro Std.
- Supervisionssitzungen können auch bei anderen IRRT-Supervisoren und Supervisor-Kandidaten vereinbart werden (günstigere Tarife, Einzelheiten im Kurs)

**Bankverbindung:** IRRT-Institut Schweiz, CH-5620 Bremgarten  
Raiffeisenbank CH-5621 Zufikon (BC 80749), PC 50-12998-4  
SWIFT-BIC: RAIFCH22, IBAN: CH26 8074 9000 0028 3324 0

## Vorbereitende Literatur:



Schmucker, M. & Köster, R. (2021): *Praxishandbuch IRRT – Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy bei Traumafolgestörungen, Angst, Depression und Trauer*. Klett-Cotta.

„Ein tolles, lesenswertes und ausgesprochen anregendes Psychotherapie-Lehrbuch.“

Martin Hautzinger und Dirk Zimmer



Köster, R. & Schmucker, M. (2020): *IRRT zur Behandlung anhaltender Trauer. Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy in der Praxis*. Klett-Cotta.

„... besonders lesenswert und faszinierend: eine wunderbare Erweiterung der IRRT-Methode.“

Andreas Maercker



Schmucker, M. & Köster, R. (2019): *»... und wie reagiert das KIND?« Diagnostik und Heilung durch Innere-Kind-Arbeit in der IRRT. Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy*. Klett-Cotta.

Klett-Cotta.

„Was mir besonders gut gefällt ..., ist ... die wohltuend klare und überzeugende sprachliche Ausformulierung des gesamten Textes.“

Ulrich Schnyder