

IRRT-Institut Schweiz

Dr. med. Rolf Köster, lic. phil & M. Sc. Silvia Köster
Sonnengutstrasse 2, 5620 Bremgarten AG, Schweiz
+41 56 641 1919 info@irrt.ch www.irrt.ch

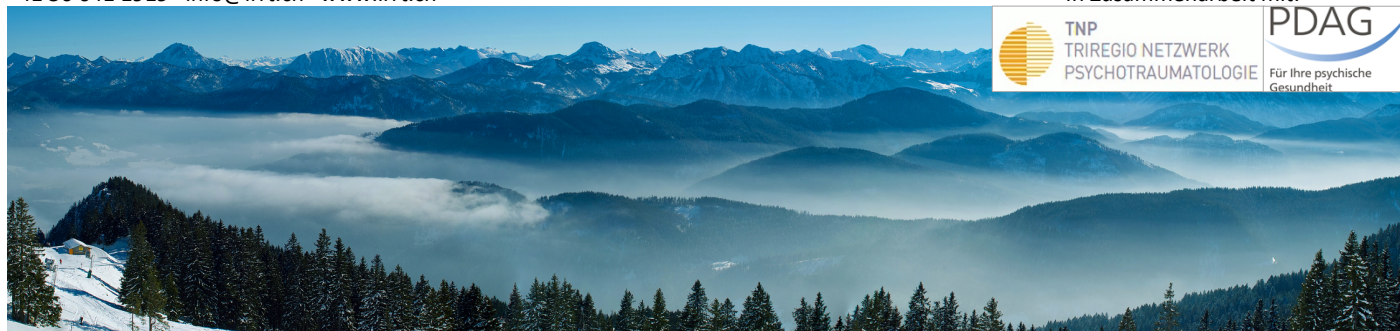
IRRT Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy
IRRT-Institut Schweiz

In Zusammenarbeit mit:



TNP
TRIREGIO NETZWERK
PSYCHOTRAUMATOLOGIE

PDAG
Für Ihre psychische
Gesundheit



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 aufgrund eines reduzierten Raumangebots der Klinik ist es aber nicht ganz ausgeschlossen, dass ein gesamter Workshop ausschliesslich per Videokonferenz durchgeführt werden muss.

Termine Workshopreihe 2023 B:

- 1. Workshop: 24.08. - 26.08.23
- 2. Workshop: 12.10. - 14.10.23
- 3. Workshop: 11.01. - 13.01.24

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 Psychotraumatheapeut DeGPT, Schwerpunkt Psycho-traumatologie, Weiterbildungen in EMDR, Prolonged Exposure, BEPP;
IRRT-Trainer und -Supervisor.

info@irrt.ch www.irrt.ch



lic.phil. & M.Sc. Silvia Köster,
Eidg. anerkannte Psychotherapeutin,
Fachpsychologin für Psychotherapie FSP;
IRRT-Trainerin und -Supervisorin.

silvia.koester@hin.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 Trauma-Behandlungsmethoden.

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

- Arbeit in der Imagination auf der INNEREN BÜHNE der Patientin.

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

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 HEUTIGE 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 HEUTIGEM ICH und KIND.

Im Rahmen von Nachbesprechung und Nachbehandlung wird das Erlebte vertieft und verankert.

Teilnahmevoraussetzungen

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

Workshopinhalte

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

- Trauma und PTBS: Eine kurze IRRT-spezifische Synopsi
- IRRT: Ein integrativer Trauma-Verarbeitungsansatz
- 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 Teilnehmenden
- Vorbereitung der Einzelsupervision

2. Workshop (20 UE)

- Vertiefung der IRRT-Grundlagen
- **IRRT-Innere-Kind-Arbeit (Reine Phase 3-Sitzungen)** als stabilisierende Interventionen bei selbstverletzendem Verhalten, Suizidalität und zur psychodynamischen Diagnostik
- Fortgeschrittene Anwendungen der IRRT bei Patienten mit komplexer PTBS und bei multiplen Komorbiditäten.
- **IRRT bei anhaltender Trauer**
- Video- und Live-Demonstrationen
- Fallkonzeptionen und Einführung Gruppensupervision
- Selbsterfahrung und supervidierte Übungen der Teilnehmenden

3. Workshop (20 UE)

- Zusammenfassung und Vertiefung der Theorie („IRRT-Struktur“)
- Video- und Live-Demonstrationen, je nach Bedarf supervidierte Übungen bei Trauma oder Phase 3
- **IRRT-ER** (IRRT-Emotionsregulation als Rückfallbehandlung z.B. bei Substanzabus, Dissoziation, Selbst-/Fremdverletzung, ...)
- Fallkonzeptionen der Teilnehmenden und erste Gruppensupervision

Mindestkriterien zur Zertifizierung (IRRT Level 1)

Nach dem Besuch der 3 Workshops besteht die Möglichkeit, eine IRRT-Level 1-Zertifizierung zu absolvieren. Dazu müssen zusätzlich folgende Kriterien erfüllt werden:

- Mindestens 20 UE (à 45 Min.) Einzelsupervision
- Dokumentierte (per Video/Audio, evtl. Transkript) IRRT-Behandlungen von mindestens 3 verschiedenen Patienten, je ein

Transkript für Trauma-/Trauer-/Innere-Kind-Sitzungen, eine Fallvorstellung im Gruppensetting

- Mind. 1 IRRT-Selbsterfahrungs-sitzung (Gruppe oder einzeln)

Zur Gruppensupervision (GSV):

- Es werden Gruppensupervisionen als Halbtagsveranstaltungen (4 UE = 3 Std.) oder als zweieinhalb-tägige Workshops in der Schweiz, in Österreich oder in Deutschland live bzw. als Video-Konferenz angeboten, s. <https://irrt.ch/sv-u.-se.html>
- Bis zu 8 UE von den Gruppensupervisionen werden an die Einzelsupervision angerechnet, ab 1/2024 bis zu 4 UE.

Zur Einzelsupervision (ESV):

- 20 UE (15 Std.) IRRT-Einzelsupervision (persönlich oder via Zoom o.Ä., üblicherweise 60 oder 90 Min. pro Sitzung), Termine nach individueller Vereinbarung, Beginn nach 1. Workshop möglich.
- Zum Ablauf der Supervision:
 - Die IRRT-Sitzungen können in Deutsch, Schweizerdeutsch oder Englisch (evtl. Französisch und Italienisch) durchgeführt werden.
 - Jeder Teilnehmende reicht dem Supervisor/der Supervisorin eine Video- oder Audioaufnahme der durchgeführten IRRT-Sitzung(en) inkl. Nachbesprechung ein (möglichst mit Transkript)
 - Teilnehmer und Supervisor sehen/hören 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
- Mindestens eine Phase 1-2-3-Sitzung, eine Innere-Kind-Sitzung und eine Trauersitzung müssen transkribiert werden.
- Mindestens eine Fallvorstellung soll im Gruppensetting erfolgen.

Anmeldung und Kosten

Anmeldung, Abrechnung und TN-Bestätigung für die Workshops: <https://www.pdag.ch/fuer-zuweisendefachpersonen/veranstaltungen-fuer-fachpersonen/>.

Pro Workshop 650 CHF; alle 3 Workshops in einem Curriculum 1800 CHF bei Vorauszahlung. Bei Verschiebungen bezahlter Workshops auf ein späteres Curriculum entfällt die Reduktion von 150 CHF und muss nachbezahlt werden. Ausserdem fallen für jede Änderung 60 CHF Bearbeitungsgebühr an.

Ermässigungen: Mitglieder des Triregionnetzwerks Psychotraumatologie: 20%, Mitarbeitende der PDAG: 40% (Nachweis erforderlich).

Alle anderen Leistungen (Supervision, Selbsterfahrung, weitere Workshops) werden mit den jeweiligen Supervisorinnen bzw. den veranstaltenden Institutionen abgerechnet.

Vorbereitende Literatur:



Schmucker, M. & Köster, R. (2014, 6. Aufl. 2023): *Praxishandbuch IRRT – Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy bei Traumafolgestörungen, Angst, Depression und Trauer.* Klett-Cotta.



Köster, R. & Schmucker, M. (2016, 2. Aufl. 2020): *IRRT zur Behandlung anhaltender Trauer. Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy in der Praxis.* Klett-Cotta.



Schmucker, M. & Köster, R. (2019, 2. Aufl. 2023): *»... und wie reagiert das KIND?« Diagnostik und Heilung durch Innere-Kind-Arbeit in der IRRT.* Klett-Cotta.

„Ein tolles, lesenswertes und ausgesprochen anregendes Psychotherapie-Lehrbuch.“ Martin Hautzinger u. Dirk Zimmer

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

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