

## Workshopleitung



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



**lic.phil. & M.Sc. Silvia Köster**, Eidgen. anerkannte Psychotherapeutin, Ltd. Psychologin: ZPPB, Zentrum für Psychiatrie, Psychotherapie & Beratung, IRRT-Therapeutin und -Supervisorin  
silvia.koester@drkoester.ch

## Vorbereitende Literatur:



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

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



Köster, R. & Schmucker M.: **Die Behandlung der anhaltenden Trauerstörung.** DNP – Der Neurologe und Psychiater 2016, 17 (11), S. 34-40.

## Zielgruppen

- Psychologische und ärztliche Psychotherapeutinnen (auch noch in Weiterbildung), die die IRRT bereits kennengelernt haben und die den Ansatz der IRRT zur Behandlung von Trauerstörungen vertiefen möchten.
- Für zertifizierte IRRT-Therapeutinnen Level 1 werden die beiden Workshops zusammen als ein Theorie-seminar für die Erlangung von Level 2 anerkannt.

## Online-Videokonferenz

Die Workshops werden aufgrund der Coronasituation als Videokonferenz mit dem Programm Zoom (zoom.us) durchgeführt. Die Teilnehmenden erhalten vor dem Workshop eine persönliche Einladung per Mail mit den Zugangsdaten. Da wir mit einer lizenzierten Version von Zoom arbeiten, ist die Datensicherheit ausreichend gewährleistet.

Die Veranstaltungen werden in Zusammenarbeit mit den Psychiatrischen Diensten Aargau AG und dem TriRegio-Netzwerk Psychotraumatologie durchgeführt. Angehörige dieser Organisationen erhalten eine Reduktion von 10% des Teilnahmebeitrags.



## IRRT-Institut Schweiz

Dr. med. Rolf Köster  
ZPPB, Sonnengutstr. 2, CH-5620 Bremgarten AG  
Tel. +41 56 641 1919/10 E-Mail: info@irrt.ch  
Internet: www.irrt.ch



## IRRT zur Behandlung von Trauerstörungen

IMAGERY RESCRIPTING & REPROCESSING THERAPY

## Online-Workshops 1 und 2

### Termine:

**WS 1: Freitag, 17.09.2021, 09:00 – 18:00**

**WS 2: Freitag, 29.10.2021, 09:00 – 18:00**

je 7,5 Std. = 10 Unterrichtseinheiten à 45'

Der Workshop wird deutschsprachig geführt.  
Schweizerdeutsche Videos sind übersetzt.

## ANHALTENDE TRAUER

Die **anhaltende Trauer** (früher auch komplizierte, traumatische, prolongierte, pathologische oder morbide Trauer genannt) wird erst seit wenigen Jahren als umschriebenes Krankheitsbild anerkannt und erscheint erstmals als eigenständige Diagnose in der 11. Version der International Classification of Diseases (ICD-11, WHO, Einführung voraussichtlich 2022).

Die anhaltende Trauer zeigt eine hohe Komorbidität mit Depressionen, posttraumatischen Störungen und Angststörungen. Viele für psychische Störungen erfolgreiche psychotherapeutische Behandlungskonzepte zeigen aber bei anhaltender Trauer eine nur mässige Erfolgsrate. Anhaltende Trauer erfordert in der Regel ein auf die Störung spezifisch abgestimmtes Vorgehen.

Aus psychologischer Sicht verlangt ein erfolgreicher Trauerprozess die Bewältigung der folgenden Herausforderungen für die Hinterbliebenen:

- Das Zulassen und Durchleben der auftretenden Gefühle (Trauer, Ohnmacht, Wut, Angst, Sehnsucht, Einsamkeit, Verlassenheit, Schuld, Erleichterung)
- Die Akzeptanz des Verlusts als schmerzhaftes Realität
- Die bildhafte oder symbolische Integration des Verstorbenen in die eigene Biografie, das Alltagsbewusstsein und das zukünftige Leben
- Das Wiederaufnehmen der Alltagsaufgaben (Arbeit, Beziehungen, Partnerschaft, spirituelle Orientierung)

Wenn dieser Prozess an irgendeinem Punkt blockiert ist, kann die Symptomatik einer anhaltenden Trauerstörung entstehen.

## IRRT

### IMAGERY RESCRIPTING & REPROCESSING THERAPY

IRRT (Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy) ist eine auf Imagination basierende Therapiemethode, die ursprünglich zur Behandlung von Traumafolgestörungen entwickelt wurde, sich aber auch hervorragend zur Behandlung von anderen belastungsinduzierten psychischen Störungen eignet (u. a. Angst, Depression, Anpassungsstörungen, Emotionsregulations- und bestimmten Persönlichkeitsstörungen).

**Ganz besonders eignet sich IRRT zur Behandlung von anhaltenden Trauerreaktionen, wobei in der Mehrzahl der Fälle eine einzige IRRT-Sitzung zur Behandlung genügt.**

### Hauptaspekte der IRRT-Behandlung:

- Die Arbeit in der **Imagination** auf der INNEREN BÜHNE des Patienten, v. a. um einen Zugang zur emotionalen Ebene zu gewinnen.
- Die **sokratische Haltung** des Therapeuten, d.h. eine inhaltlich offene, fragende und paraphrasierende Haltung. Der Therapeut gibt lediglich den formalen Rahmen der Imagination vor und hält den Patienten „auf Kurs“. Die inhaltliche Ausgestaltung des Prozesses ist Aufgabe des Patienten.
- Die Arbeit mit **verschiedenen Persönlichkeitsanteilen** als Protagonisten auf der INNEREN BÜHNE des Patienten (in der IRRT-Trauerarbeit das FUSIONIERTES ICH und der VERSTORBENE).
- Die bewusste **Beachtung einer sprachlichen Genauigkeit** in der Formulierung der Fragen und Aussagen des Therapeuten. In der Regel werden offene statt geschlossene Fragen gestellt. Durch geschicktes Formulieren, z. B. Verwendung des Konjunktivs oder die Formulierung eines Handlungswunsches vor der eigentlichen Handlung können auch schwierige Entwicklungsschritte für den Patienten ermöglicht werden.
- Die bewusste Beachtung einer **konzeptuellen Genauigkeit**, d. h. dass die Therapeuten z. B. wahrnehmen, in welcher Phase einer IRRT-Sitzung sich das Geschehen abspielt, ob auf einer subjektiven Erinnerungsebene oder auf einer fiktiven Symbolebene gearbeitet wird, oder welche Verarbeitungsschritte gerade vollzogen werden.

**Eine Trauer-IRRT-Sitzung verläuft in der Regel so, dass die blockierten Schritte in der Trauerverarbeitung spontan durch den imaginierten Verstorbenen bzw. durch dessen Hilfe und Anregung gelöst werden.**

## PROGRAMM

### Workshop 1

- *Was ist Trauer? Was ist anhaltende Trauer?*
- *Übliche Therapiemethoden, klinische Interventionen*
- *Kurze Rekapitulation der Grundlagen der IRRT*
- *Das IRRT-Modell bei anhaltender Trauer*
- *Video-Demonstrationen*
- *Live-Demonstrationen*
- *Fallkonzeptionen der Teilnehmenden*

### Workshop 2

- *Kurze Rekapitulation des ersten Workshops*
- *Video-Demonstrationen bei komplexeren Fällen und Verläufen*
- *Gruppen-Supervision erster IRRT-Trauer-Behandlungen der Teilnehmenden*
- *Live-Demonstrationen*
- *Fallkonzeptionen der Teilnehmenden*

## ANMELDUNG

- **Per E-Mail via:** [info@irrt.ch](mailto:info@irrt.ch)  
Anmeldeschluss für den 1. Workshop 03.09.2021, für den 2. Workshop 15.10.2021
- Zusage nach Zahlungseingang der Teilnahmegebühr
- Pro Workshop werden 7,5 Fortbildungspunkte bescheinigt

## KOSTEN

300 CHF pro Workshop,  
bei gleichzeitiger Buchung beider Workshops 575 CHF  
(für Angehörige der PDAG oder des TNP 270 CHF,  
bei gleichzeitiger Buchung beider Workshops 520 CHF)

**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