

IRRT (imagery rescripting & reprocessing therapy) als Emotionsregulationstraining in der Suchttherapie (IRRT-ERT) – Ein Emotionsregulationstraining zur Rückfallbearbeitung und Rückfallprävention

Bei der IRRT handelt es sich um eine effektive Behandlungsmethode belastungsabhängiger psychischer Störungen wie posttraumatischer oder depressiver Angst- und Trauerreaktionen. Im Vortrag wird das Behandlungsprinzip der IRRT als Emotionsregulationstraining zur Rückfallbearbeitung in der Suchttherapie hergeleitet und anhand von Videopräsentationen anschaulich erläutert. Die methodischen Grundpfeiler sind dabei: Sokratische Haltung, Imagination, die Arbeit mit verschiedenen Persönlichkeitsanteilen sowie sprachliche und konzeptionelle Genauigkeit. Der Ansatz der IRRT-ERT stellt eine neue und äusserst wirkungsvolle Form der Rückfallbearbeitung und -prävention dar. Dabei erlebt der Patient oder die Patientin die Situation des Rückfalls in der Imagination noch einmal nach und konfrontiert in einer zweiten Phase der Imagination als AKTUELLES ICH das DAMALIGE ICH (CRAVING – ICH) im Moment der Konsumententscheidung. Im weiteren Ablauf kommt es in der inneren Kommunikation zu Selbstberuhigung und -tröstung. Das strukturierte Vorgehen fördert die Kompetenz zu emotionaler Selbstunterstützung, trägt zu Akzeptanz und Toleranz gegenüber negativen Emotionen bei und unterstützt die Modifikation negativer Emotionen. Somit kann IRRT-ERT als zukunftsweisender Ansatz verstanden werden, der gelingende Emotionsregulation und die für die Abstinenzsicherheit entscheidenden emotionalen Kompetenzen (Berking, 2014) trainiert.

Die meisten Verfahren zur Rückfallbearbeitung sind explizite Verfahren, wie zum Beispiel Rückfallanalysen, Notfallpläne, etc. Das bedeutet, dass der oder die Betroffene den Rückfall im stabilisierten und beruhigten Zustand analysiert und Strategien entwickelt, die in der nächsten Risikosituation helfen sollen, auf Suchtmittelkonsum zu verzichten. Allerdings geschehen die meisten Rückfälle nicht im beruhigten und stabilisierten Zustand, sondern ganz im Gegenteil unter emotionaler Aktivierung. Aus diesem Grund ist es unbedingt notwendig, dass Betroffene sich darin üben können, im emotional aktivierten Zustand die Abstinenz aufrechtzuerhalten. Diese Möglichkeit bieten erlebensorientierte implizite Verfahren. IRRT-ERT ist so konzipiert, dass Betroffene in der Imagination emotionale Selbstunterstützung und Emotionstoleranz unter emotionaler Aktivierung einüben können.

Nach Berking und seinem Modell der adaptiven Emotionsregulation (2014) sind bewusstes Wahrnehmen, Erkennen und Benennen und Analyse der Ursachen wichtige Qualitäten der Emotionsregulation. Ganz zentral finden sich zudem die Fähigkeiten zur emotionalen Selbstunterstützung und zur Akzeptanz und Toleranz unangenehmer Gefühle. IRRT-ERT unterstützt und trainiert genau diese emotionalen Kompetenzen.

Der Workshop soll Fachpersonen aus dem Arbeitsfeld Sucht einen Einblick in diese neue und zukunftsweisende Methode geben. Bei Interesse können sich die Teilnehmenden des Workshops bevorzugt für die dazugehörige mehrtägige Fortbildung anmelden. Die Teilnahme am Workshop wird bei der Fortbildung angerechnet. Der interdisziplinäre Austausch und Beispiele sowie Erfahrungen der Teilnehmenden sollen ihren Platz haben. Die Teilnahme wird mit einer Teilnahmebestätigung beurkundet.

Themen

- Emotionsregulation
- Rückfallbearbeitung und Rückfallprävention
- Imagination
- Anwendung bei anderen Emotionsregulationsstörungen

Lernziele

Die Kursteilnehmenden

- kennen die theoretischen Grundlagen der Emotionsregulation in der Suchttherapie.
- verstehen die Methode und das Potential des IRRT-ERT.
- wissen um die diagnostische Aussagekraft des IRRT-ERT.
- sind über die Fortbildungsmöglichkeiten orientiert.

Zielgruppe

Die Fortbildung richtet sich an Fachpersonen aus dem Arbeitsfeld Sucht, die sich für eine tiefgreifende und wirksame Methode zur Rückfallbearbeitung und Emotionsregulation interessieren.

Referenten

Martin Fleckenstein, Psychologe MSc, eidg. anerk. Psychotherapeut, Leitung Stationäre Therapie der Klinik im Hasel

Dr. Rolf Köster, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie, IRRT- Institut Schweiz, Bremgarten

Mittwoch, 3. Oktober 2018

Zeit: 09.15 bis 17.00 Uhr

Ort: Katholische Hochschulgemeinde aki
Hirschengraben 86, 8001 Zürich, Tel. 044 254 54 60, www.aki-zh.ch

Kosten: Fr. 175.- für Mitglieder des Fachverbands Sucht, Fr. 265.- für Nicht-Mitglieder

Anmeldungen: www.fachverbandsucht.ch/de/fachwissen/fortbildungen

Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt.