



IRRT

IMAGERY RESCRIPTING & REPROCESSING THERAPY

Zertifiziertes IRRT-Training Workshops 1-3 im Rahmen der Königsfelder Seminare Curriculum Spezielle Psychotraumatheapie

Ort: Technopark Aargau, Aula, Badenerstrasse 13, 5200 Brugg, bzw. Video-Konferenz per Zoom

Die Veranstaltungen finden zur Einführung als persönliche Begegnung in der Aula des Technoparks Aargau (direkt am Bahnhof Brugg) nahe der Klinik Königsfelden jeweils am Donnerstagnachmittag statt, die Fortsetzung am Freitag und Samstag erfolgt dann als Videokonferenz.

Termine Workshopreihe 2026 B:

- 1. Workshop: 20.08. - 22.08.26**
- 2. Workshop: 15.10. - 17.10.26**
- 3. Workshop: 14.01. - 16.01.27**

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. Englischsprachige 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.
- Sprachliche Genauigkeit: Bewusster Einsatz von Nuancen in der sprachlichen Formulierung der Fragen und Aussagen des Therapeuten.
- Konzeptuelle Genauigkeit: Bewusste und achtsame Wahrnehmung der Therapeutin, in welcher Phase der Imagination und des IRRT-Prozesses sich die Patientin jeweils gerade befindet.
- 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 DAMALIGEM ICH/KIND.

Im Rahmen einer strukturierten Nachbesprechung und Nachbereitung wird das Erlebte vertieft und verankert.

Teilnahmevoraussetzungen

Approbierte psychologische und ärztliche Psychotherapeut:innen sowie Kinder- und Jugendpsychotherapeut:innen. Kandidat:innen in der psychotherapeutischen Weiterbildung sollten bereits eine psychotherapeutische Grunderfahrung aufweisen. Nach individueller Absprache können auch paramedizinische (Kunst- etc.) Therapeut:innen teilnehmen.

Workshopinhalte

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

- Trauma und PTBS: Eine kurze IRRT-spezifische Synopsis
- Der Ursprung: IRRT als integrative Trauma-Verarbeitung
- Indikationen und Kontraindikationen, 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) zur psychodynamischen Diagnostik des Selbstverhältnisses der Patientin, als stabilisierende und ressourcen-aktivierende Intervention, z.B. bei selbstverletzendem Verhalten und Suizidalität, und vor allem zur nachhaltigen Therapie verschiedenster Formen negativer Haltungen sich selbst gegenüber.
- 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
- **IRRT-ER** (IRRT-Emotionsregulation als Rückfallbehandlung z.B. bei Substanzabusus, Dissoziation, Selbst-/Fremdverletzung, gestörtem Essverhalten ...)
- **IRRT bei psychosomatischen Störungen**
- **Strukturierte Nachbereitung von IRRT-Sitzungen**
- 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.) bzw. 15 Zeitstunden Einzelsupervision (ab dem ersten Workshop möglich)
- Dokumentierte (per Video/Audio, evtl. Transkript) IRRT-Behandlungen von mindestens 3 verschiedenen Patienten, je mindestens eine Sitzung mit Transkript von Trauma-/Trauer-/Innere-Kind-Sitzung, mind. eine Fallvorstellung im Gruppensetting
- Mind. 1 IRRT-Selbsterfahrungssitzung (Gruppe oder einzeln)

Zur Gruppensupervision (GSV):

- Es werden Gruppensupervisionen monatlich online (4 UE = 3 Std.) oder (z.Zt. zweimal jährlich) als zweieinhalbtägige Workshops in der Schweiz, in Österreich oder in Deutschland live angeboten, s. <https://irrt.ch/sv-u.-se.html>
- Wenn an der Gruppensupervision von insgesamt 20 UE (15 Std.) mindestens einmal selbst ein Fall vorgestellt wird, werden 6 UE (= 3 Std.) Einzelsupervision für die Zertifizierung angerechnet.

Zur Einzelsupervision (ESV):

- Die IRRT-Einzelsupervisionssitzungen können persönlich oder via Videokonferenz (Zoom o.Ä.) durchgeführt werden, 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 oder in anderen Sprachen, je nach Sprachkompetenz der Supervisorin) durchgeführt werden.
 - Jeder Teilnehmende bringt zur Supervision eine Video- oder Audioaufnahme der durchgeführten IRRT-Sitzung(en) inkl. Nachbesprechung mit (möglichst mit Transkript).
 - Supervisandin und Supervisor sehen/hören während der SV-Sitzung Teile oder die ganze Aufnahme der IRRT-Sitzung an.
 - Der Supervisor gibt während der SV-Sitzung dazu Feedback.

Anmeldung und Kosten

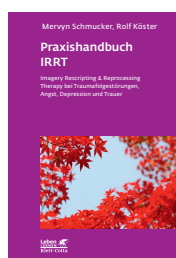
Anmeldung, Abrechnung und TN-Bestätigung für die Workshops: <https://www.pdag.ch/fuer-zuweisendefachpersonen/veranstaltungen-fuer-fachpersonen/>.

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: 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, 7. Aufl. 2025): **Praxishandbuch IRRT – Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy bei Traumafolgestörungen, Angst, Depression und Trauer.** Klett-Cotta.



Köster, R. & Schmucker, M. (2016, 3. Aufl. 2025): **IRRT zur Behandlung anhaltender Trauer. Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy in der Praxis.** Klett-Cotta.



Schmucker, M. & Köster, R. (2019, 5. 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