

IRRT

IMAGERY RESCRIPTING & REPROCESSING THERAPY

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

Ort: online-Kurs als Video-Konferenz per Zoom

Termine Workshopreihe 2027 A:

- 1. Workshop: 28.01. - 30.01.27**
- 2. Workshop: 18.03. - 20.03.27**
- 3. Workshop: 10.06. - 12.06.27**

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, psychosomatische Störungen, Rückfälle, 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 eigenständige 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.
- Begegnung und Auseinandersetzung zwischen HEUTIGEM ICH und verschiedenen Persönlichkeitsanteilen des Patienten (Protagonisten: DAMALIGES ICH/KIND, Täter, Verstorbener, Körper, Organe, ...).
- 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 Psychotherapeuten sowie Kinder- und Jugendpsychotherapeuten. Kandidaten in der psychotherapeutischen Weiterbildung sollten bereits eine psychotherapeutische Grunderfahrung aufweisen. Nach individueller Absprache können auch paramedizinische (Kunst- etc.) Therapeuten sowie Pflegepersonal 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** 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 Selbstschemata.
- 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, Zwängen, 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 live im deutschsprachigen Raum (D – A – CH) angeboten. Teilanerkennung zur Zertifizierung, v.a. wenn auch eigene Fälle vorgetragen werden. s. www.irrt.ch

Zur Einzelsupervision (ESV):

- Die IRRT-Einzelsupervisionssitzungen können persönlich oder via Videokonferenz (Zoom) 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.

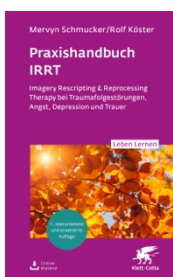
Anmeldung und Kosten

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 entfällt die Reduktion. Ausserdem 60 CHF Bearbeitungsgebühr für jede Änderung.
Ermässigungen: Mitarbeitende der PDAG: 40%.

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

Vorbereitende Literatur:



Schmucker, M. & Köster, R. (2014, 8. Aufl. 2026): **Praxishandbuch IRRT – Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy bei Traumafolgestörungen, Angst, Depression und Trauer.** Klett-Cotta.

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



Schmucker, M. & Köster, R. (2019, 2. Aufl. 2025): **»... und wie reagiert das KIND?« Diagnostik und Heilung durch Innere-Kind-Arbeit in der IRRT.** Klett-Cotta.

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



Köster, R. & Schmucker, M. (2016, 2. Aufl. 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



Fleckenstein, M. & Köster, R. & Leiberg, S., 2025: **IRRT-Emotionsregulation – Imagery Rescripting & Reprocessing bei Verhaltensrückfällen.** Klett-Cotta.

„Insgesamt überzeugt das Buch durch methodische Klarheit, fachliche Tiefe und eine berührende Praxisnähe. Damit empfiehlt es sich für alle Therapeut:innen, die tiefer mit emotionalen Prozessen arbeiten und ihre Patient:innen nachhaltig bei der Entwicklung innerer Stärke begleiten möchten.“ Matthias Berking