

## 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 posttraumatische, depressive, Angst- und Trauerreaktionen. In der Fortbildung 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 negativer 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 Fortbildung umfasst einerseits das Kennenlernen und Beherrschen der Grundprinzipien der IRRT. Zudem findet ein Fokus auf die Anwendung als Emotionsregulationstraining statt, welches spezifisch in der Suchttherapie als Rückfallbearbeitungs- und Rückfallpräventionstraining zur Anwendung kommt, aber auch im Kontext anderer Emotionsregulationsstörungen (u.a. emotional instabile Patienten) wirkungsvoll eingesetzt werden kann. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Supervision im Einzel- und Gruppensetting.

### Umfang:

3 Seminare à 2 ½ Tage

10 Einzelsupervisionen à 45 min (können auch in Kleingruppen zusammengefasst werden)

Die meisten Verfahren zur Rückfallbearbeitung sind explizite Verfahren, wie zum Beispiel Rückfallanalysen, Notfallpläne, etc...Das bedeutet, dass der oder die Betroffene seinen 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 allerdings finden sich zudem die Fähigkeiten zur emotionalen

Selbstunterstützung und zur Akzeptanz und Toleranz unangenehmer Gefühle. IRRT- ERT unterstützt und trainiert genau diese emotionalen Kompetenzen.

Die Fortbildungsreihe soll zur selbständigen Anwendung der Methode IRRT-ERT befähigen. Die Teilnahme wird zertifiziert. Der interdisziplinäre Austausch und Beispiele sowie Erfahrungen der Teilnehmenden sollen ihren Platz haben.

### 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 in der Lage die Methode selbständig anzuwenden.

### 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

Block 1: Donnerstag, 14. bis Samstag, 16. Februar 2019

Block 2: Donnerstag, 4. bis Samstag, 6. April 2019

Block 3: Donnerstag, 16. bis Samstag, 18. Mai 2019

**Zeit:** Donnerstag und Freitag jeweils 09.15 bis 17.00 Uhr, Samstag jeweils 09.15 bis 15.30 Uhr

**Ort:**

**Block 1:** Katholische Hochschulgemeinde aki  
Hirschengraben 86, 8001 Zürich, Tel. 044 254 54 60, [www.aki-zh.ch](http://www.aki-zh.ch)

**Block 2 und 3:** Klinik im Hasel  
Niederlenzer Kirchweg 1, 5600 Lenzburg, Tel. 056 511 03 11, [www.klinikimhasel.ch](http://www.klinikimhasel.ch)

**Kosten:** Fr. 1'500.- für Mitglieder des Fachverbands Sucht, Fr. 1'875.- für Nicht-Mitglieder

**Teilnahmebedingungen:**

Entscheid über Durchführung: in der Regel vier Wochen vor der Veranstaltung.

Teilnehmende: mindestens 16, maximal 25

Die Anmeldung ist verbindlich. Sie kann jeweils bis vier Wochen vor dem Kurs kostenfrei storniert werden.

Bei einer späteren Stornierung berechnen wir folgende Beträge:

- Weniger als vier Wochen bis eine Woche vor dem Kurs 50% des Kursbeitrages
- Sechs Tage vor dem Kurs bis Kurstag 100% des Kursbeitrages.

Für die Einhaltung der Fristen zählt das Eintreffen einer schriftlichen Stornierungserklärung (Brief, Telefax, E-Mail) bei unserer Geschäftsstelle. Telefonische Stornierungen können nicht bearbeitet werden.

**Anmeldungen:** [www.fachverbandsucht.ch/de/fachwissen/fortbildungen](http://www.fachverbandsucht.ch/de/fachwissen/fortbildungen)

Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt.