

Das Innere-Kinder-Retten nach Gabriele Kahn



Eine Fortbildung in einer schonenden
Traumaverarbeitung

In der täglichen psychotherapeutischen Arbeit mit Menschen mit unterschiedlichsten Belastungen treten häufig schwerwiegende biografische Belastungen zu Tage, die es verdienen, gesehen und verarbeitet zu werden. Gleichzeitig ist es oft sowohl für Therapierende als auch Betroffene schwierig, nachhaltig und gleichzeitig so schonend zu arbeiten, dass auf keiner der beiden Seiten Überforderung und übergroße Angst vor Traumaverarbeitung entstehen.

In genau diesem Spannungsfeld soll das Innere-Kinder-Retten* (kurz: IKR) nach Gabriele Kahn eine Möglichkeit vermitteln, eine für alle Seiten schonende, und gerade deshalb besonders tiefe und nachhaltige Aufarbeitung zu ermöglichen.

Häufig sind die Betroffenen überwältigt von der Vorstellung, nochmals mit den äußerst schmerzhaften Erinnerungen konfrontiert zu werden. Seitens der Therapierenden besteht oft die Sorge, Betroffene würden durch ihre Arbeit retraumatisiert.

Das IKR befasst sich damit wie Traumatisierungen nachhaltig und schonend verarbeitet werden können. Ein zentrales Merkmal bei einem traumatisierenden Ereignis ist die Spaltung, die dabei stattfindet: in einen Teil, der das Überwältigende auf sich vereint und sich in Form einer Dissoziation abkapselt, und in einen Teil, der scheinbar unbeeinflusst davon ist. Über diesen scheinbar unbeeinflussten Teil beginnt man sich in Folge zu identifizieren, wodurch die Spaltung sich verfestigt.

Gabriele Kahn hat mit dem Inneren-Kinder-Retten eine Therapiemethode entwickelt, die diese Dissoziation auf besonders schonende und nachhaltige Art aufheben kann. Schonend sowohl für die Klientinnen und Klienten als auch für die Therapeutinnen und Therapeuten. Um diese Methode im größeren Umfang zu vermitteln, wird die Fortbildung in drei Seminarblöcken plus Supervision gegliedert.

SEMINAR 1) Das Innere-Kinder-Retten

Der schwer belastete, abgespaltene Teil wird bei einer Traumatisierung im Kindesalter im IKR als „Inneres Kind“ bezeichnet. Dieses Kind wird gerettet und zwar in einem therapeutisch-imaginativen Vorgang, sodass das Trauma vollständig vom Unbewussten erfasst wird. Die Betroffenen nutzen ihre Ressourcen, um ein hilfreiches System von imaginativen Helfern und sicheren Orten vorzubereiten. Anschließend erfolgt nur noch das Beauftragen dieser etablierten Hilfesysteme, die dann im Hintergrund – ohne bewusstes Zutun der Betroffenen – das Trauma bearbeiten.

Dies unterscheidet sich von vielen Ansätzen, in denen Kinder zwar in Sicherheit gebracht werden, diese Nachhaltigkeit aber nicht gegeben ist. Denn das Bewusste ist viel zu sehr daran beteiligt, und man erreicht nur das bewusst Erinnerbare. Das weiterhin bleibende Abgespaltene führt zu einer erneuten Traumadissoziation. In der Vorgangweise des IKR hebt sich die Dissoziation jedoch vollständig und nachhaltig auf.

*) Das Innere-Kinder-Retten © Gabriele Kahn

Das Innere-Kinder-Retten nach Gabriele Kahn

Eine Fortbildung in einer schonenden Traumaverarbeitung



SEMINAR 2) Aufhebung der dissoziativen Amnesie

Gabriele Kahn hat zu der Aufhebung der dissoziativen Amnesie eine Methode entwickelt, wie traumatische Ereignisse, die ganz aus dem Bewusstsein gestrichen sind, auf schonende Weise wieder erinnerbar gemacht werden. Dies ermöglicht, dass nach dem Ursprung etlicher psychischer Erscheinungen und Symptome gesucht werden kann und diese nachhaltig auflöst werden können. Im Grunde kann damit mit aller Symptomatik, die den breiten Formenkreis einer komplexen posttraumatischen Belastungsstörung (kPTBS) umfasst, gearbeitet werden. In diesem Teil des Seminars wird das Auffinden und Auflösen dieser abgespaltenen Erinnerungen gelehrt.

SEMINAR 3) IKR und Ego-State-Arbeit

Im Inneren-Kinder-Retten wird genau unterschieden, zwischen dem Trauma-Kind, das aus einem unmittelbaren Trauma-Ereignis entstand, und EGO-States, die aus vielen, meist subtraumatischen Einzelereignissen heraus entstanden sind. Diese EGO-States beinhalten Glaubenssätze oder Selbstüberzeugungen, die sich aus vielen belastenden Situationen gebildet haben und dadurch eine Gesamtlast bilden, die durch die Aufarbeitung einzelner Situationen nicht ausreichend wäre. Am imaginierten "Ort der Inneren Stärken" wird ausschließlich durch Fokussierung auf die bereits vorhandenen, inneren Stärken untersucht, wofür ein EGO-State steht und was zu seiner Entlastung notwendig ist. Auch (Täter-)Introjekte können dabei entschlüsselt und deren Destruktivität damit aufgehoben werden.

Mit diesen drei Möglichkeiten lassen sich alle, auch schwerste Traumata behandeln, wie eben auch eine kPTBS. Auch bei intrauterinen oder geburtlichen Traumata, kindlicher Vernachlässigung, Spitalsaufenthalt, Unfall, u. v. a. ist die Methode einsetzbar. Unabhängig ob das Trauma in der Kindheit, Jugend oder im erwachsenen Alter erfolgt ist.

Das IKR lässt sich in eine bestehende Psychotherapie, unabhängig von der Methode, integrieren und ist auch kompatibel mit anderen Methoden zur Traumaverarbeitung, beispielsweise EMDR, Brainspotting oder körpertherapeutische Ansätze.

In dieser Fortbildung werden die beschriebenen IKR-Ansätze zur Traumaverarbeitung an drei Wochenenden gelehrt:

TEIL 1) Das Innere-Kinder-Retten und damit die Aufhebung der Dissoziierung

TEIL 2) Vergessene Traumata wieder schonend ins Bewusstsein bringen, und danach ebenfalls einer Rettung zuführen

TEIL 3) Differenzierung zwischen Trauma-Kind und EGO-States. Damit wird auch die Aufhebung destruktiver Verhaltensweisen gewährleistet.

Die einzelnen Seminare ermöglichen, das Erlernte unmittelbar umzusetzen. Zwischen den Seminaren 1, 2 und 3 gibt es jeweils einen Vertiefungs- und Supervisionstag.

Die Fortbildung, wie sie nun in Wien angeboten wird, ist aufgrund der aufeinander aufbauenden Elemente eine in sich geschlossene Fortbildung. Dafür kommt Dipl. Psych. Markus Dewald nach Wien. Markus Dewald ist niedergelassener psychologischer Psychotherapeut (VT) in Heidelberg, Lehrtherapeut und Supervisor für IKR am IKR-Institut und von Gabriele Kahn autorisiert. Ich selbst, Kurt Halter, organisiere diese Fortbildung und werde als Co-Trainer und Supervisor mitwirken.

Das Innere-Kinder-Retten nach Gabriele Kahn

Eine Fortbildung in einer schonenden Traumaverarbeitung



Die Fortbildung in kleiner Gruppe, ist konzipiert auf maximal 15 Teilnehmende. Markus Dewald und mir ist es ein großes Anliegen, die Methode weiter zu verbreiten, da wir die Wirksamkeit in den letzten Jahren in zahllosen Therapien miterleben konnten.

ZIELGRUPPE:

Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, klinische Psychologinnen und klinische Psychologen, Ärztinnen und Ärzte mit PSY III, Psychiaterinnen und Psychiater

Ein Basiswissen zu Trauma und Traumafolgestörungen wird vorausgesetzt. (Siehe auch die Literaturhinweise auf der nächsten Seite.)

ORT:

Alle Veranstaltungen finden im Zentrum im Werd 6, in 1020 Wien, statt.

TERMINE Seminare:

9. und 10. November 2024, Seminar 1: Das Innere-Kinder-Retten

15. und 16. März 2025, Seminar 2: Aufhebung der dissoziativen Amnesie

24. und 25. Mai 2025, Seminar 3: IKR und EGO-State-Therapie inklusive Arbeit mit Introjektion

ZEITEN:

jeweils Samstag von 9:30 bis 18:00 und Sonntag von 9:30 bis 17:00

TERMINE Supervision/Selbsterfahrung:

Pro Teilnehmerin beziehungsweise Teilnehmer gibt es zwischen Seminar 1 und Seminar 2, sowie zwischen Seminar 2 und Seminar 3 je einen Nachmittag für Supervision/Selbsterfahrung in einer Kleingruppe (Hälfte der Teilnehmenden) jeweils von 14:00 bis 19:00 Uhr

Montag, 27. Jänner 2025 oder alternativ Freitag, 14. März 2025

Montag, 14. April 2025 oder alternativ Freitag, 23. Mai 2025

ANMELDUNG:

office@kurt-halter.at, Sie erhalten ein Anmeldeformular.

AUSKUNFT, ORGANISATION:

Kurt Halter +43 699 1767 6666

KOSTEN:

Gesamtkosten: € 1.560,-. Bei einer Anmeldung bis zum 8. September 2024: € 1.440,-.

(Alle Beträge werden ohne USt. In Rechnung gestellt.)

Auf Wunsch können im Jahr 2024 50 Prozent der Gesamtkosten beglichen werden und bis 31. Jänner 2025 die restlichen 50 Prozent.

INFORMATION SABEND:

Freitag, 13. September 2024, 17:00 Uhr (Ort wird noch bekannt gegeben.) Markus Dewald wird dabei anwesend sein. Eine Anmeldung ist erforderlich! Auf Wunsch können zwei Fortbildungseinheiten bestätigt werden. Um einen Unkostenbeitrag von € 15,- wird gebeten.

Das Innere-Kinder-Retten nach Gabriele Kahn

Eine Fortbildung in einer schonenden Traumaverarbeitung



TEILNAHMEBEDINGUNG:

Sie erhalten ein Anmeldeformular. Nach Einlangen Ihres Anmeldeformulars erhalten Sie eine Anmeldebestätigung. Erst mit Einzahlung der ersten 50 Prozent oder des gesamten Seminarbetrags ist Ihre Teilnahme fix.

RÜCKTRITTSBEDINGUNGEN:

Bis zu 2 Wochen nach Eingang des Betrages, können Sie kostenlos zurücktreten. Danach wird eine Bearbeitungsgebühr von € 50,- fällig. Bei Rücktritt vom 60. bis zum 21. Tag vor dem 16. November 2024, werden 50 Prozent der Kursgebühr in Rechnung gestellt. Ab dem 20. Tag vor Kursbeginn wird der volle Betrag geltend gemacht (auch bei der 50%-Regelung).



Dipl. Psych. Markus Dewald:

Psychologischer Psychotherapeut für Verhaltenstherapie

Traumatherapeutische Fort- und Weiterbildungen in EMDR, IRRT, Screentechnik, Brainspotting und kognitive Traumatherapie; seit 2018 IKR als traumatherapeutische Schwerpunktmethod
www.verhaltenstherapie-rhein-neckar.de



Kurt Halter:

Psychotherapeut in 1020 Wien und Bruck an der Leitha

Traumatherapeutische Fort- und Weiterbildungen in EGO-State-Therapie, Brainspotting, und sensomotorische Traumatherapie; seit 2018 IKR als traumatherapeutische Schwerpunktmethod
www.kurt-halter.at

Gabriele Kahn:

Gabriele Kahn entwickelte gemeinsam mit ihren Klientinnen und Klienten die Methode des IKR in den letzten 25 Jahren. 2010 veröffentlichte sie das Buch „Das Innere-Kinder-Retten“ und 2018 das Buch „Sexuelle Komplextraumata“. Beide im Psychosozial-Verlag Gießen. Gabriele Kahn leitet in Berlin das IKR Ausbildungs-Institut und arbeitet als Psychotherapeutin und Supervisorin in Berlin.

