



## **Jochen Peichl, Dr. med.**

*Klinik für Psychosomatik und Psychotherapeutische Medizin, Nürnberg*

### **Ego-State-Therapie**

*Was kann die therapeutische Arbeit mit inneren Selbstanteilen zum Verständnis und zur Therapie von Menschen mit Trauma-Erfahrung beitragen?*

#### **Fortbildungsreihe:**

- (1) 04. Juli 2009**
- (2) 26. September 2009**
- (3) 21. November 2009**

**Samstag: 9:30 – 18:00 Uhr**

*Veranstalter: Münchner Familienkolleg*



33 FB-Punkte

Diese Fortbildungsreihe macht Sie mit den Grundlagen der Ego-State-Therapie nach John und Helen Watkins vertraut, die sich in den letzten Jahren bei der Behandlung trauma-assoziiierter Störungen neben der Verwendung spezieller Expositionstechniken wie EMDR, sehr bewährt hat. Die Vorstellungen eines "normal-multiplen" Selbst, im Gegensatz zu einer geschlossenen, monolithischen Selbst-Identität der Psychoanalyse, erleichtert das Verständnis der innerpsychischen Vorgänge von Menschen mit einmaliger oder wiederholter Traumaerfahrung unter Zuhilfenahme des Abwehrvorgang der Dissoziation. Ziel der Fortbildungsreihe ist es, dieses neue und innovative Denken, welches mit den neueren Befunden der Hirnforschung zum Selbst und dem Realitätserleben gut kompatibel ist, sowohl als Verstehensgrundlage als auch als eigenständige Therapie-Strategie zu nutzen. Durch Verbindung zum hypnosystemischen Denken ergeben sich viele hilfreiche Synergien zwischen Ego-State-Therapie und systemisch-konstruktivistischer Sicht.

#### **1. Seminartag:**

### **Mein Ich ist viele: Grundlagen der Teile-Arbeit (Ego-State-Therapie) bei trauma-assoziierten Störungen**

Die Ego-State-Therapie von Watkins und Watkins ist die wissenschaftlich fundierte Form der etwas populistisch vermarkteten Arbeit am "Inneren Kind". In diesem Grundkurs geht es nach theoretischen Inputs um die Nutzung dieser Technik zur Stabilisierung, zur Schaffung eines Zuganges zu den bewussten und vorbewussten Selbst-Anteilen, um erste Arbeit mit Kind-Anteilen und Täterintprojekten. Neben den imaginativen Methoden (Luise Reddemann) zur Stabilisierung von schwer gestörter Borderline-Patienten, ist diese Methode eine sinnvolle Ergänzung in der Trauma-Arbeit; sie kann aber auch zur eigentlichen aufdeckenden Therapie genutzt werden.

## 2. Seminartag:

### Systemisch-orientierte Ego-State-Therapie, "Innere Kindarbeit": spezielle Behandlungstechniken

Mein Ausgangspunkt ist hier die Darstellung der Verbindung zwischen den Ideen von Richard C. Schwartz ("Systemische Therapie mit der inneren Familie") und dem Ego-State-Ansatz von Watkins und Watkins. Daraus ergibt sich ein sehr fruchtbarer und praxisnaher Ansatz, der für mich die Ego-State-Praxis deutlich bereicherte. Dieses Seminar ist für alle, die mit dem "Inneren Kind"-Modell schon arbeiten und bereits Vorerfahrungen in der Teile-Arbeit mitbringen. Speziell möchte ich mich mit der Etablierung des Inneren Beobachters und der Dis-Identifikation beschäftigen.

In einer Imaginationsübung heißt es: "Und machen Sie sich zwischendurch immer wieder klar: Ich kann meinen Körper beobachten, also bin ich mehr als mein Körper ...."

Um diese Fähigkeit in uns und unseren Patienten soll es in diesem Seminar gehen. Welche Rolle spielt der "Innere Beobachter" in unserem inneren Familiensystem. In den verschiedenen Psychotherapieschulen gibt es unterschiedliche Namen für diese durch "therapeutische Ich-Spaltung" (Sterba) entstehende, beobachtende Instanz: Das Selbst (R. Schwartz), der Dirigent (Assagioli), der Pilot (Pesso), Innerer Beobachter (Reddemann), Hidden observer (Hilgard).

Es geht also um die Trennung des handelnden und beobachteten "Erwachsenen-Ich" von den einzelnen Ego-States, vor allen von den traumatisierten „Inneren Kindern“ und den verurteilenden Täterintrojekten (was bei vielen Patienten kaum möglich ist!). Dazu passt der Begriff der Disidentifikation: Disidentifikation ist der Prozess einer systematischen Unterscheidung des Wahrnehmenden, des Beobachters vom Wahrgenommenem, dem Beobachteten. Von da ist es nur ein kurzer Weg zur inneren Achtsamkeit, ein neuer Trend in der Psychotherapie. Verschiedene Techniken werden live demonstriert.

## 3. Seminartag:

### Verfolger-Anteile, Täter-Introjekte und Ego-States: Helfer, Freunde und Verbündete!?

#### Wie lässt sich ein "Inneren Kritiker" als eine hilfreiche Ressource nutzen?

Das Ehepaar Watkins konzeptualisierte das Ego als einen Zustand, der aus mehreren Ego-Zuständen besteht, die voneinander durch mehr oder weniger durchlässige Grenzen getrennt werden. Für diese Trennung spielt die Dissoziation eine große Rolle, von der normalen Alltagsdissoziation bis hin zur pathologischen Dissoziation nach Traumaerfahrung. Jeder dieser Ego-States wird als anpassungsfähig und in einer Familie von Sub-Selbsts existierend angesehen, die in einer funktionellen Weise handeln kann und, wie viele Familienmitglieder, unterschiedliche Grade an Dysfunktion aufweisen können. Gewöhnlich zeigt sich eine Pathologie dann, wenn Uneinigheiten oder ein Mangel an Kooperation zwischen den Ego-States auftritt. Das Ziel der Ego-State-Therapie ist die Integration. Die „Innere Kind-Arbeit“ ist neben den imaginativen Methoden (Luise Reddemann) zur Stabilisierung von schwer gestörten komplex-traumatisierten Patienten (früher als Frühstörung bezeichnet) eine sinnvolle Ergänzung in der Trauma-Arbeit; sie kann aber auch zur eigentlichen aufdeckenden Therapie genutzt werden, z.B. zur Arbeit mit Täter- und Opferintrojekten auf der inneren Bühne. Aber wie können wir innere destruktive Anteile, "Innere Zerstörer und Entwerter", die die Patienten nach einer Traumaerfahrung unbedingt loswerden wollen, doch als adaptative Selbstanteile nutzen, um das System besser in Balance zu bringen und die Akzeptanz zwischen den Teilen zu verbessern? Ausgehend vom einfachen und normalen Modell der Introjektion bei der Bildung des Über-Ichs, befasse ich mich mit der traumainduzierten Introjektion und ihrer Handhabung. Durch praktische Übungen und Live-Demonstrationen will ich die Theorievermittlung auflockern.

**Kursort:** München

**Kursgebühr:**

bei Anmeldung bis 31. Mai 2009:

Fortbildungsreihe: 360,00 €

Einzelbuchung pro Tag: 155,00 €

bei Anmeldung danach:

Fortbildungsreihe: 420,00 €

Einzelbuchung pro Tag: 175,00 €