

Die Anliegen-Methode

The Intention Method

Die Therapiemethode der Identitätsorientierten
Psychotraumatheorie (IoPT)
Therapy based on Identity-oriented
Psychotrauma Theory (IoPT)



1

Entwicklung und aktueller Stand
Development and current status

Gliederung / Agenda

- Was ist eine Methode? / **What is a method?**
- Entwicklung der Anliegen-Methode / **Development of the Intention Method**
- Das Anliegen / **The Intention**
- Ziele der Identitätstherapie / **Goals of Identity Therapy**
- Vorgehensweisen / **Proceedures**
- Leiten und Begleiten / **Leading and facilitating**
- Gruppe und Einzelarbeit / **Group and individual work**
- Reizenierung und Retraumatisierung / **Repetition and retraumatisation**
- Wirkungsweise / **How does it work?**
- Zuverlässigkeit und Validität / **Reliability and validity**

Was ist eine Methode?

What is a Method?

- Methoden sind Mittel zum Zweck
- **Methods are means for a purpose**
- Ihr Zweck ergibt sich aus einer Theorie
- **The purpose depends on a theory**



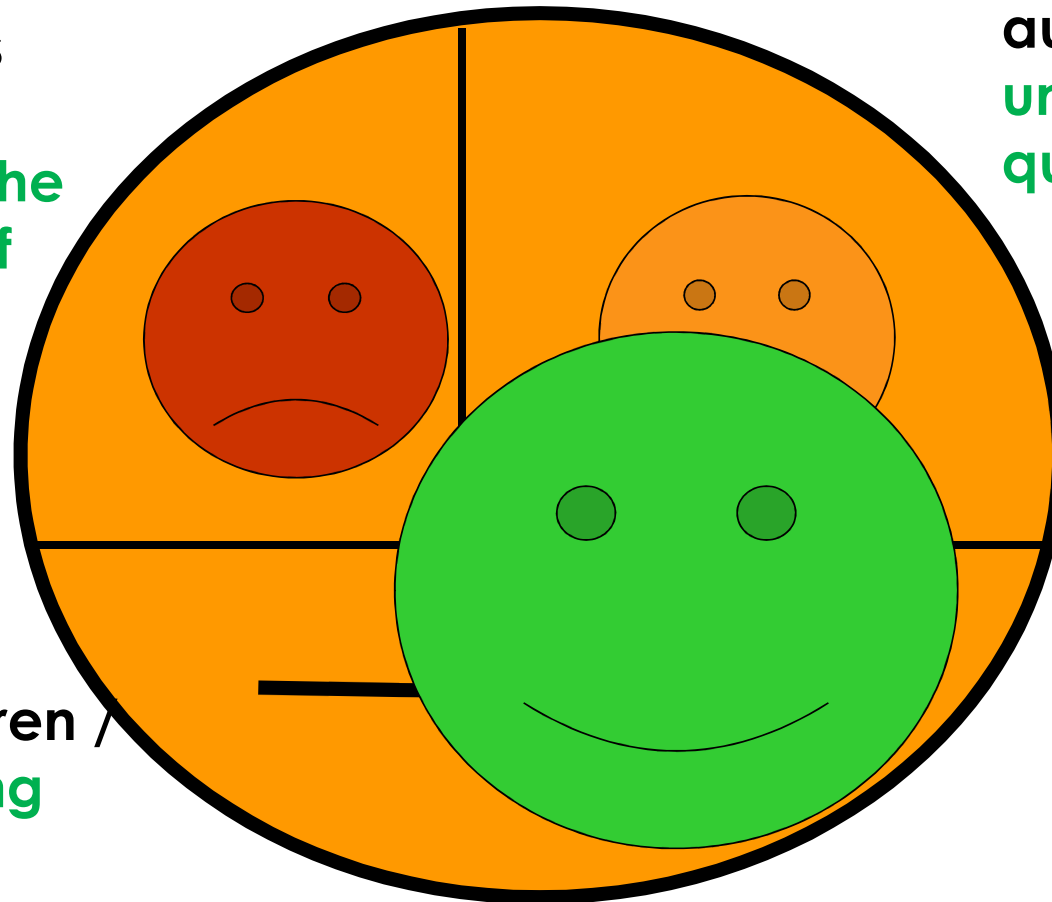
Was ist die Anliegen-Methode?

What is the Intention Method?

- Umsetzung der Erkenntnisse der „Identitätsorientierten Psychotraumatheorie“ in die Praxis der „Identitätsorientierten Psychotraumatherapie“ (IoPT)
- **Transfer of Identity oriented Psychotraumatheorie to the practice of Identity-oriented Psychotrauma Therapy (IoPT)**

3. Realität
des
Traumas
fühlen /
feeling the
reality of
trauma

4. Sich
stabilisieren /
stabilising
oneself



2. Illusionen
erkennen und
aufgeben /
understanding and
quitting illusions

1. Wachstum
gesunder
Anteile
fördern/
Promoting the
growth of
healthy parts

Meine Entwicklung hin zur Anliegen-Methode

My steps towards the Intention Method

- Ab 1995: Familien-Aufstellungen
- **Since 1995: Family Constellations**
- Ab 1999: „Bewegungen der Seele“
- **Since 1999: „Movements of the Soul“**
- Ab 2001: Trauma-Aufstellungen und mehrgenerationale Psychotraumatologie
- **Since 2001: Trauma Constellations and Multigenerational Psychotraumatology**



Meine Entwicklung hin zur Anliegen-Methode

My steps towards the Intention-Method

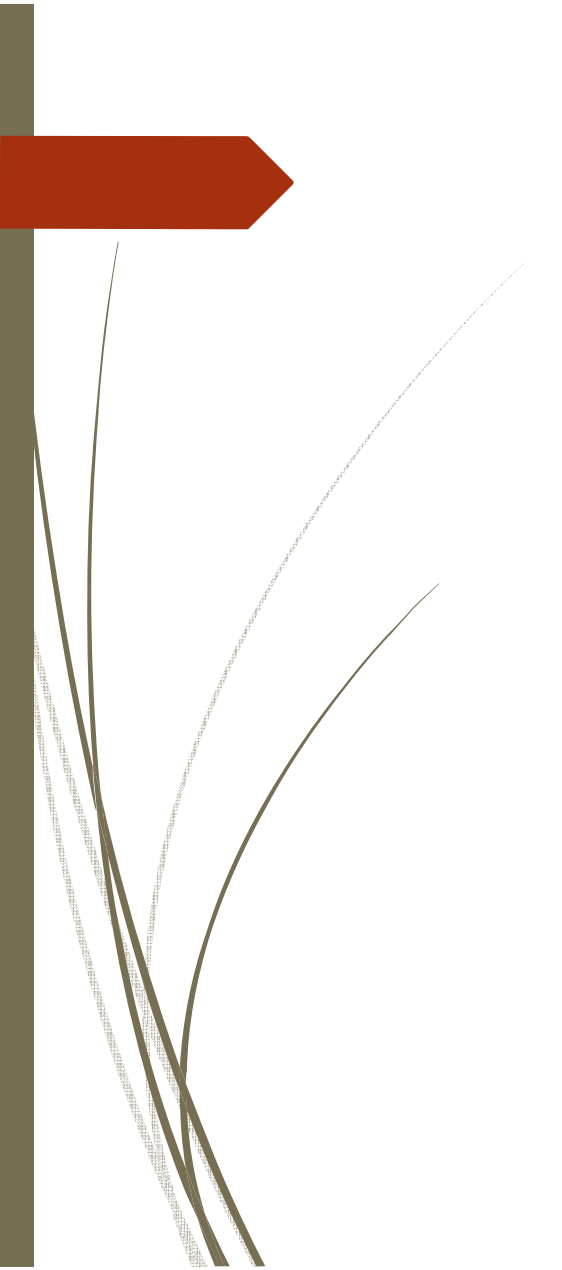
- Ab 2009: Aufstellen des Anliegens
- Since 2009: Constellation of the Intention
- Ab 2015: „Selbstbegegnung mit dem Anliegensatz“
- Since 2015: Self encounter with the sentence of Intention
- seit 2016: Identitätsorientierte Psychotraumatheorie und Anliegen-Methode, Identitäts-Aufstellungen
- Since 2016: Identity-oriented Psychotrauma Theory and Intention-Method, Identity Constellations



Was meint „Anliegen“? What does „Intention“ mean?

- Ziel, erhofftes Ergebnis, Fragestellung
- Goal, what I want, question
- Wird bewusst und unbewusst kreiert
- Is created consciously and unconsciously



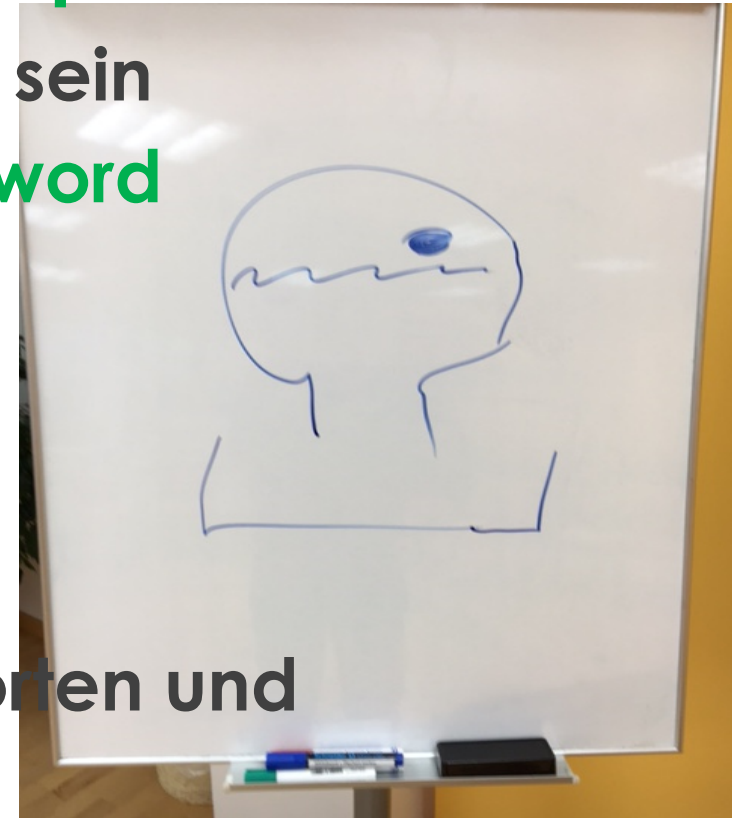


**Ich will mich
fühlen bei der
versuchten
Abtreibung
an mir.**

**I want to
feel myself
at the
intended
abortion at
me.**

Wie wird ein „Anliegen“ ausgedrückt? How can an „Intention“ be expressed?

- Kann ein Satz oder nur ein Wort sein
- Can be a sentence or a single word
- Kann als Frage formuliert sein
- Can be a question
- Kann eine Zeichnung sein
- Can be a drawing
- Kann eine Kombination von Worten und Zeichnungen sein
- Can be a combination of words and drawings



Identitäts-Aufstellungen bedeutet Identity-Constellations means

- Die eigene Traumabiographie zu bearbeiten
- To work on one's own trauma biography
- Inhaltlich (Tdl, TdL, TdS, TdT)
- With regard to different traumata (Tol, ToL, ToS, ToP)



Identitäts-Aufstellungen

Identity-Constellations

- Können systematisch chronologisch gemacht werden (Dasein nach der Zeugung, Zeit in der Gebärmutter, Zeit vor der Geburt, Geburtsprozess, Zeit unmittelbar nach der Geburt ...)
- Can be done chronologically (time after conception, time in the womb, time before birth, birth, time immediately after birth ...)



Was zeigt mir mein Anliegen?

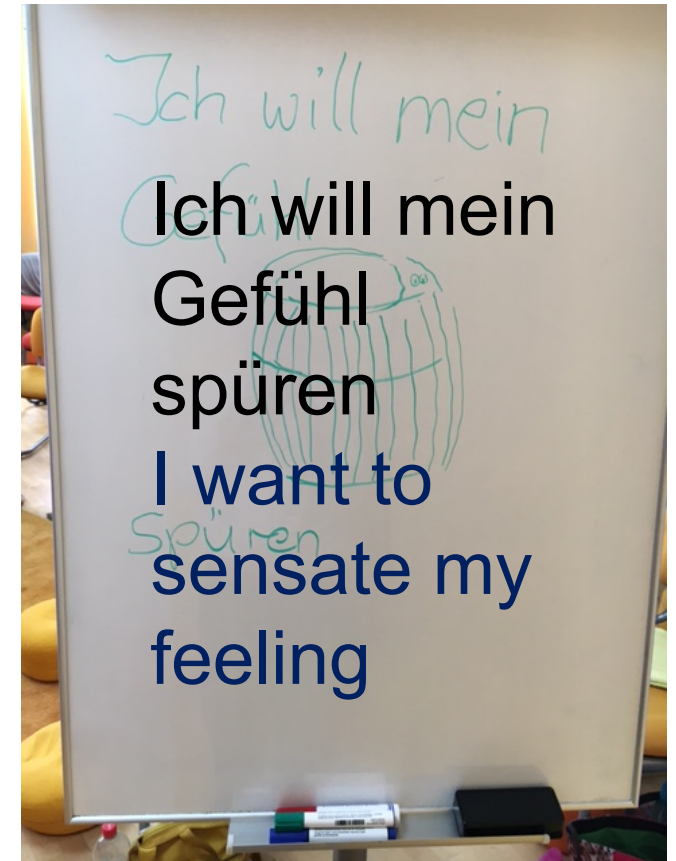
What does my intention show me?

- Meine Auseinandersetzung mit mir selbst
- **How I actually reflect myself**
- Meine Vorstellungen von meinen Problemen und ihrer Lösung
- **My views on my problems and my ideas of solutions**
- Meine Psyche in Bezug auf das Anliegen
- **My psyche relating to the intention**
- Meine möglichen nächsten Schritte
- **My possible next steps**



Grundstruktur / Basic structure

- „Klient“ findet sein Anliegen
- „Client“ finds his intention
- Er schreibt/zeichnet sein Anliegen auf eine Flipchart/Whiteboard/auf ein Blatt Papier
- He writes/draws his intention on a flipchart/whiteboard/piece of paper



Grundstruktur / Basic structure

- Er wählt einen Begriff aus dem Anliegen aus und bittet eine andere Person, in Resonanz mit diesem Wort/Bildelement zu gehen
- He chooses the first word/element of drawing and asks someone to resonate with it
- Ein Austausch zwischen „Klient“ und dem Resonanzgeber für dieses Wort/Bildelement beginnt
- The resonance process between the „client“ and the representative starts

Grundstruktur / Basic structure

- „Klient“ wählt das nächste Element aus dem Anliegen und bittet eine weitere Person, in Resonanz damit zu gehen usw.
- „Client“ chooses another word and another person for the resonance process and so on
- Der gesamte Prozess dauert zwischen 30 und 90 Minuten, im Durchschnitt 60 Minuten
- The whole process takes between 30 and 90 minutes, in average 60 minutes

Verhaltensweisen von „Klienten“ / Behaviour of „clients“

- **Fixierung:** an einzelnen Worten/Elementen hängen bleiben
- **Fixation:** staying very long with one word/element
- **Regression:** in kindliche Strukturen zurückfallen
- **Regression:** becoming more and more a small child
- **Agieren:** Handeln, um nicht zu fühlen
- **Acting:** doing something in order not to feel

Verhaltensweisen von „Klienten“ / Behaviour of „clients“

- Abtauchen: nicht mehr da sein und innerlich verschwinden
- **Vanishing: not being present any longer**
- Offen Aufnehmen: angebotene Informationen ruhig wahrnehmen, in sich nachspüren und wirken lassen
- **Openess: taking calmly in all the informations that are offered by the representatives**

Welche psychische Ebene will ich erreichen?

What is the level of my psyche I want to adress?

- Wissen / Knowing
- Verstehen / Understanding
- Fühlen / Feeling
- Spüren / sensating

Anliegen und Therapeut

Intention and therapist

- Für den Begleiter ist das Anliegen der konkrete Auftrag eines „Klienten“
- For the therapist the intention is the specific order
- Er kann nur angenommen oder abgelehnt werden
- He can only accept or refuse to take it on



Prozessbegleitung / Accompanying the Process

- Den „Klienten“ frei und unbeeinflusst ein Anliegen entwickeln lassen
- letting the „client“ find his intention without dirigation
- Dem Resonanzprozess Zeit geben
- Giving the resonance process enough time
- Beobachten und Hypothesen entwickeln
- Observing and building hypothesis



Prozessbegleitung / Accompanying the Process

- Bei Fixierungen, Regressionen und Agieren zum Weitermachen ermutigen
- In case of fixations, regressions and acting encouraging to move on
- Bei Bedarf und auf Wunsch Erklärungen auf der Basis der IoPT anbieten
- If needed and wanted by the „client“ offering interpretations of the process based on IoPT

Anliegen-Methode in der Einzelarbeit

Intention-Method and Individual work

- Verwendung von Bodenankern und/oder Einsatz des Therapeuten als Resonanzgeber für einzelne Worte/Bildelemente
- Using floor markers and/or using the therapist as a resonator for words/elements of drawings
- Therapeut bleibt solange wie nötig in der Resonanz und macht einen Wechsel zurück zur Therapeutenrolle transparent
- The therapists stays as long as necessary in the resonance and makes the shift back into the therapist position transparent



Reinszenierung und Retraumatisierung

Repetition and Retraumatization

- Durch unsere Überlebensstrategien retraumatisieren wir uns im Alltag fortlaufend
- **By our surviving strategies we retraumatise ourselves permanently in our every day life**
- Reinszenierungen führen oft zu neuen Traumatisierungen
- **Repetitions often produce new traumata**



Reinszenierung und Retraumatisierung

Repetition and Retraumatization

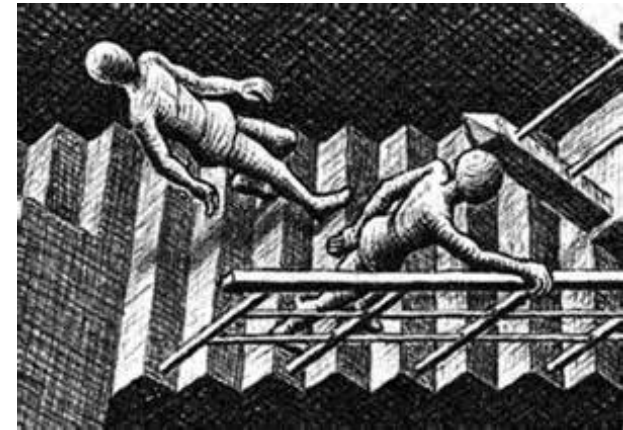
- Anliegen enthalten oft Reinszenierungen von Trauma-Überlebensstrategien
- **Many intentions include repetitions of trauma surviving strategies**
- Sie sind notwendig, um die eigenen Überlebensstrategien zu erleben und zu durchschauen
- **They are necessary to understand and experience surviving strategies in more detail**



Reinszenierung und Retraumatisierung

Repetition and Retraumatization

- Werden Reinszenierungen zu früh unterbrochen, besteht die Gefahr der Retraumatisierung des „Klienten“
- **If we interrupt repetitions too early, the risk of a retraumatization is high**
- Auch Resonanzgeber können dann in ihren Rollen hängenbleiben
- **Even the representatives can stay fixated in their resonance process**



Wirkmechanismus der Methode?

How does it work?

- Menschen senden bewusste und unbewusste Informationen aus, die bei anderen Menschen eine Resonanz erzeugen
- Every human being sends conscious and unconscious information, that creates resonance in other human beings
- Im Spiegelungs-Resonanz-Prozess können auch Erinnerungen aus dem „impliziten Gedächtnis“ ins Bewusstsein hervorgeholt werden
- In an continuous mirroring-resonance-process also implicit memories can be triggered and brought to awereness



Zuverlässigkeit der Methode

Reliability

- „Klient“, therapeutischer Begleiter, Resonanzgeber und Gruppe müssen je für sich autonom sein
- „client“, therapist, representatives and the group need to be independent
- Stellvertreter müssen ihren subjektiven Impulsen folgen und selbstverantwortlich handeln können
- Representatives need to follow their subjective impulses and do it with their own responsibility

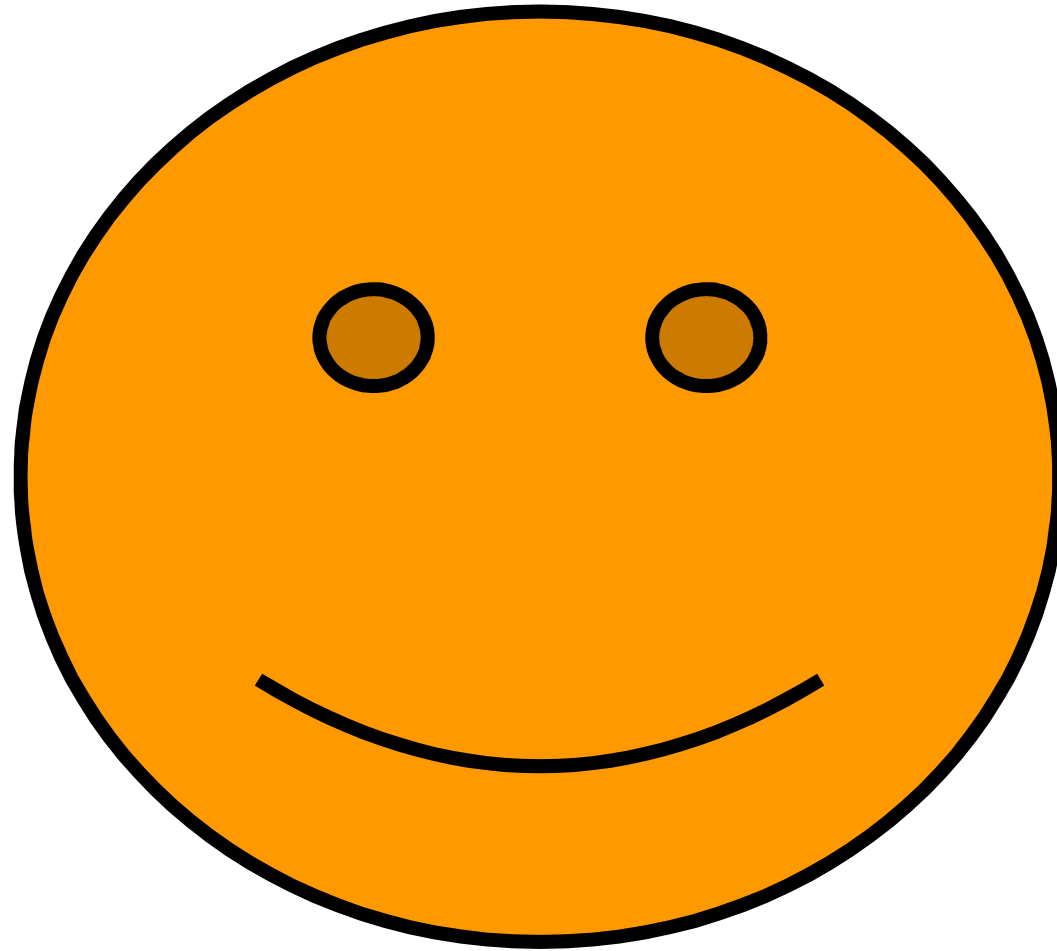


Validität der Methode

Validity

- „Klient“ bestätigt die Spiegelungen der Stellvertreter
- „client“ confirms the resonance of the representatives
- Sämtliche Aufstellungen ergeben ein schlüssiges Gesamtbild für die Identität eines „Klienten“
- All his processes deliver a coherent picture for the identity of a „client“





Literatur

- ▶ Franz Ruppert (2012). Trauma, Angst und Liebe. München: Kösel Verlag.
- ▶ Franz Ruppert (2014). Frühes Trauma. Schwangerschaft, Geburt und erste Lebensjahre. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- ▶ Levine, P. A. (2016). Trauma und Gedächtnis. Die Spuren unserer Erinnerung in Körper und Gehirn. München: Kösel Verlag.