



Integrative Bindungsorientierte Traumatherapie I.B.T.® bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Katrin Boger

Kinder/ Jugendpsychotherapie (VT/ TP)

I.B.T.® Integrative Bindungsorientierte Traumatherapie bei Säuglingen, Kleinkindern und Vorschulkindern

Bindungsbasierte Psychotherapie/ Spezielle Psychotraumatologie Kinder/ Jugendliche (DeGPT)/ EMDR

© WZPP® WeiterbildungsZentrum für Pädagogik und
Psychologie

Inhalte:

- Was ist die I.B.T.® Methode?
- Wo sind frühe Traumata abgespeichert und wie können diese für eine Bearbeitung aktiviert werden?
- Voraussetzungen
- Ursprung: I.B.T.® mit den Kleinsten
- I.B.T.® bei älteren Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Was ist die I.B.T.® Methode?

- Bei I.B.T.® handelt es sich um einen **innovativen integrativen Ansatz**, der sich aus dem EMDR, einer von der WHO anerkannten Methode zur Traumaintegration, weiterentwickelt hat.
- I.B.T.® berücksichtigt neben EMDR, auch die Erkenntnisse der Tf-KBT, des Polyvagal-Ansatzes, der systemischen Therapie, der Tiefenpsychologie uvm.

Für wen eignet sich die I.B.T.® Methode?

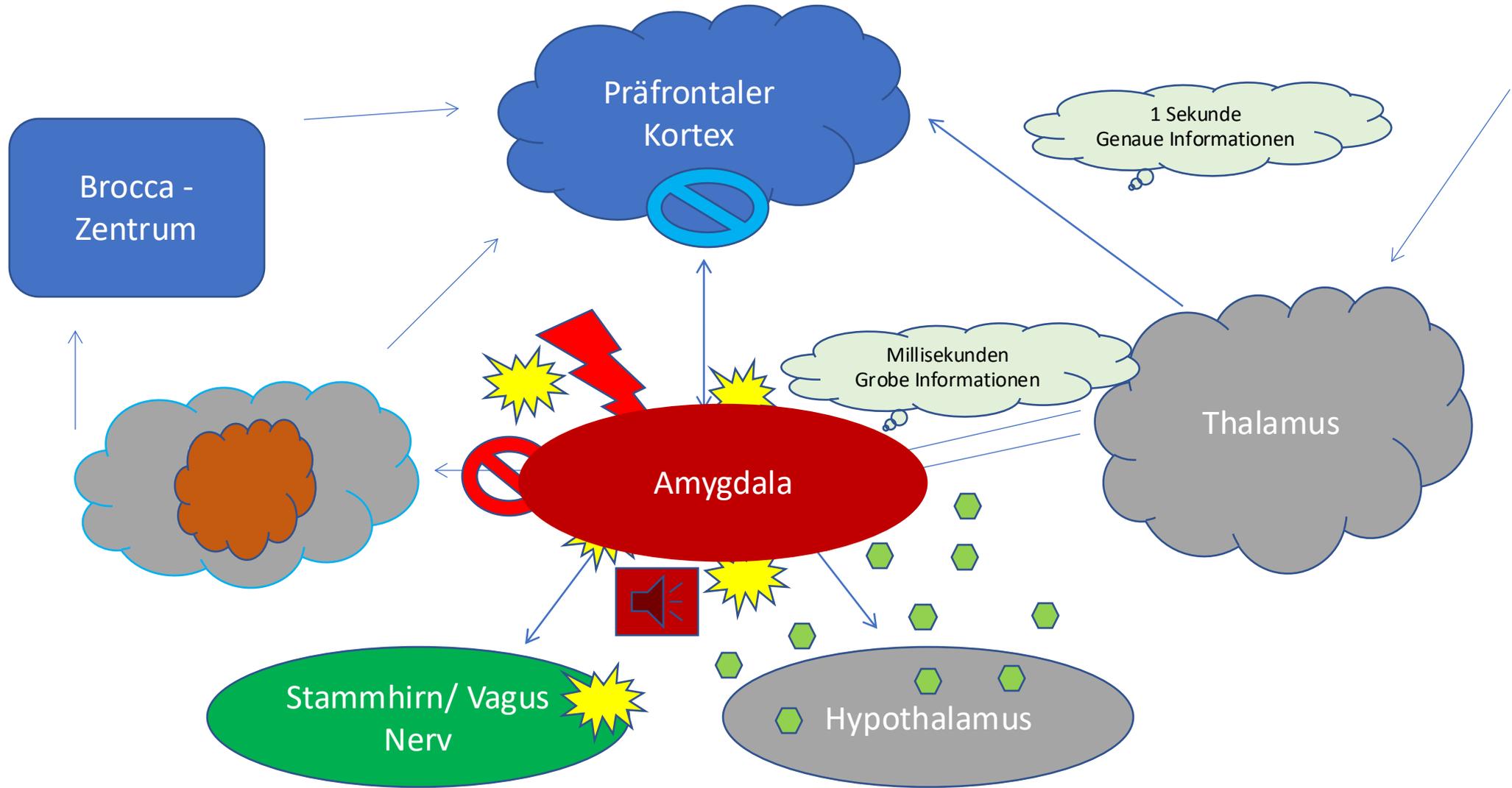
Die I.B.T.® Methode ist erfolgreich bei

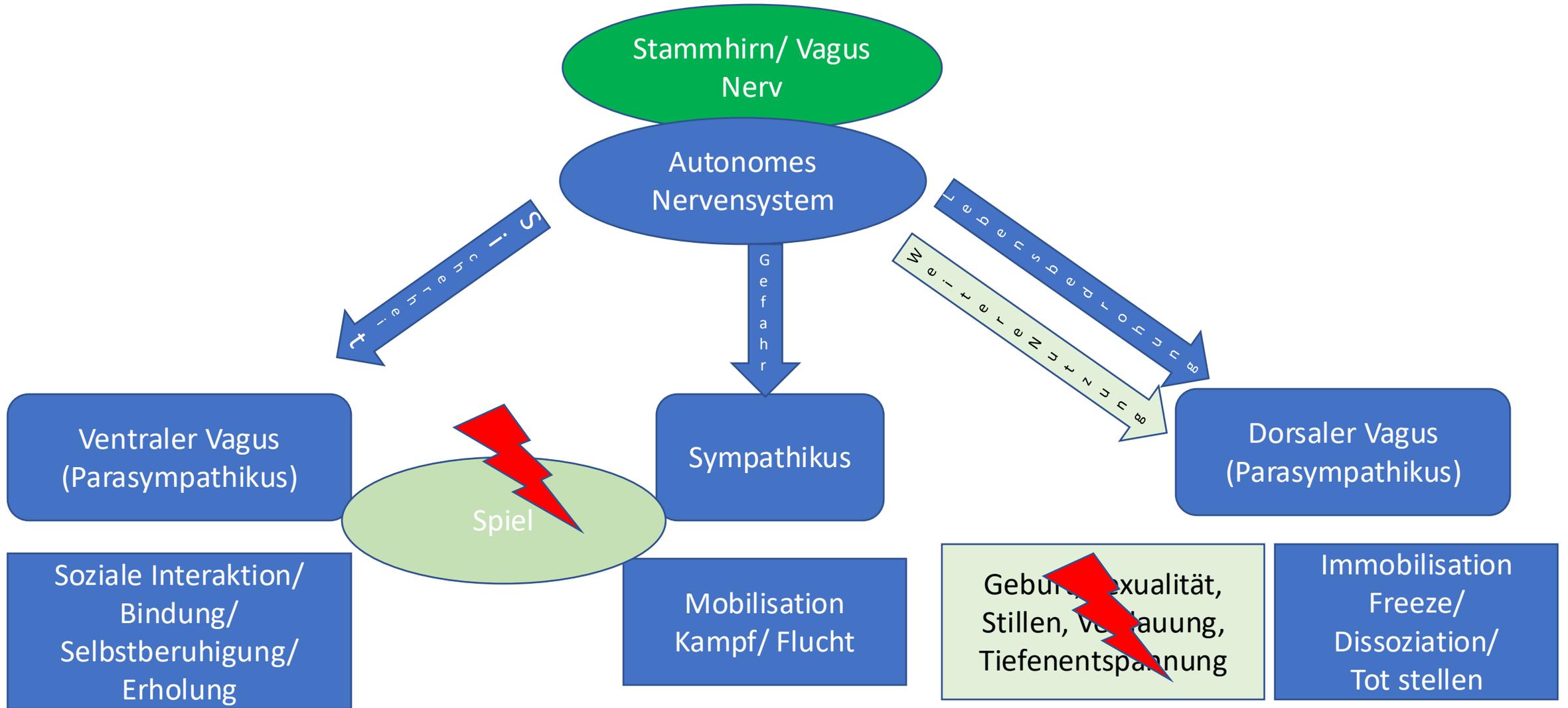
- Prä- und perinatalen Traumata
- Postnatalen Traumata
- Entwicklungstraumata (angepasstes Vorgehen)
- Anstehenden belastenden Ereignissen

-> ab Geburt bis ins hohe Lebensalter möglich

Wo sind frühe Traumata abgespeichert?

Frühe Traumata befinden sich v.a. fragmentiert im impliziten Gedächtnisbereich und in den Nervenbahnen (Körpergedächtnis)





Wie können diese für eine Bearbeitung aktiviert werden?

- Bifokaler Fokus während des gesamten Prozesses!
 - Aktivierung im Körpergedächtnis
 - Bilaterale Stimulierung
- Verknüpfung des impliziten mit dem deklarativen Gedächtnis
 - Entwicklung eines Kohärenzgefühls
- Überschreibung der alten Erfahrungen im impliziten Gedächtnis im Verständnis der Rekonsolidierung und Grawe

Voraussetzungen

- Bereitschaft der Patient*in sich zu öffnen
- Äußere Sicherheit im Alltag und in der Beziehung zur Therapeut*in
- Ausreichend Kontakt zu eigenen (Miss-Match) Ressourcen im hier und jetzt
 - Fähigkeiten zur Selbstregulation
- Sehr gute Ausbildung und Kenntnisse der Therapeut*in!!

Phasen der I.B.T.® Methode bei den Kleinsten

- **1. Phase:** Erstkontakt/ Anamnese + Arbeit mit den Bezugspersonen an deren eigenen Belastung in Bezug auf das Trauma des Kindes
- **2. Phase:** Arbeit an der Bindung zwischen Bezugsperson und Kind
- **3. Phase:** direkte traumaintegrative Arbeit am Kind mit Unterstützung der Bezugspersonen

→ **Alle drei Phasen bauen aufeinander auf und bedingen sich gegenseitig!!**

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

- **1. Phase:** Erstkontakt/ Anamnese + ggf Arbeit mit den Bezugspersonen an deren eigenen Belastung in Bezug auf das Trauma des Klienten
 - **2. Phase:** Arbeit an der Bindung (zwischen Bezugsperson und Kind); Installation von Ressourcenanteile, ggf das heutige stabile Ich als Ressourcen-Anteil stärken
 - **3. Phase:** direkte traumaintegrative Arbeit am Klienten mit Unterstützung der Ressourcenanteile (Bezugspersonen)
- **Alle drei Phasen bauen aufeinander auf und bedingen sich gegenseitig!!**

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Indikation

- **Frühe Traumata mit Auswirkungen im hier und jetzt** (Stressorbasiertes Modell)
- Pflegekinder, schwierige Kindheit....
- **Wichtig: ausreichende Alltagsstabilität! Sonst vorab Stabilisierungsphase!**
- **Therapeut*in als sicherer Ort**

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

u.U. Kontraindikation

- **Schwerst traumatisierte Menschen** (hier intensivste Stabilisierung vorab – Zukunfts-/ Triggersituationen zuerst, dann Lebensnarrativ (Intensität beachten!))
- Vorsicht auch bei **bestehenden Traumata** (z.B. Täterkontakt) – besteht eine **ausreichende Alltags-Stabilität?**

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Bezugspersonen werden miteinbezogen, wenn

- die Bindung zwischen Bezugsperson und Klient intensiviert werden soll,
- der Klient es möchte,
- Und auch hier Bindung ausreichend sicher ist.

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Wichtig: vorab mit Bezugsperson die Geschichte des Klienten durcharbeiten, damit diese als sicherer Ort wahrgenommen wird!

Je jünger die Klienten umso wichtiger diese miteinzubeziehen als Schutz vor sekundärer Traumatisierung

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Grundlegende Voraussetzung:

- **Stabilitätsphase!!!**
 - Sicherer Ort, Tresorübung, Fähigkeiten zur Selbstregulation
 - Äußere Sicherheit als Voraussetzung für die innere Sicherheit
 - Bin ich als Therapeut*in „sicher“

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 1

Informationen auf Sachebene sammeln

- Fakten/ Daten
- chronologischer Ablauf (hilfreich Trauma- Ressourcen Landkarte)
- ggf Bilder mitbringen lassen
- Arbeitshypothese nach dem Stressor-Modell erstellen

Wortwahl achten (z.B. Mutter, Mutti, Mama....)

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen
und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 2

**Installation von Schutzfiguren/ Menschen, Krafttiere, heutiges Ich
Ressource? Andere Ressourcen... (innere Teile Arbeit)**

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 2

Kenntnisse über Innere Anteile

- Was können **hilfreiche innere Anteile** sein?
- Traumatisierte innere Anteile und Identifikation dieser (über Trauma-Ressourcen Landkarte)

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 2

Kenntnisse über Innere Anteile

- **Ressourcenanteile installieren, damit sie körperlich spürbar und abrufbar sind**
- Einführung der Teilarbeit als Voraussetzung für Trauma Arbeit

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Klient soll sich wohl fühlen (sicherer Ort)

- Möglichkeit sich bequem hinzusetzen, ggf. warme Decke, Wärmflasche, Schuhe ausziehen...
- Fühlt sich der Klient im Kontakt mit der Therapeut*in sicher?

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Technik besprechen/ ausprobieren: klopfen oder Buzzer, Augen meist ungünstig

Ruhige Atmosphäre, keine Störungen, ggf davor noch Tresorübung, um Alltagssorgen wegzupacken

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Während der Traumarbeit:

- **Augen möglichst geschlossen** halten (bei Bildern/ Photos immer wieder öffnen)
- in sich hineinfühlen „**felt sense**“
- **spüren, ob Handlungsimpulse, Gedanken etc auftauchen**

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Ablauf:

Therapeut*in erzählt langsam mit ruhiger Stimme

- **Einladung, eine Zeitreise zu machen in die Vergangenheit** „... wir verlassen diesen Raum, diese Zeit und gehen zurück zu einem Zeitpunkt, zu dem Du sehr sehr klein warst...“

- beschreiben körperlich, emotional gedanklich, optisch etc

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Dabei...

- **Möglichst Worte/ Formulierungen des Klienten verwenden**
- **Konjunktiv** bei Ereignissen/ Gefühlen, die unklar sind

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Dabei...

- **Ggf Zeitform wechseln in die Gegenwart**, um zu intensivieren
- **Ggf Distanzierungstechniken** (dritte Person, Filmmetapher...) , wenn zu intensiv

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Dabei....

- Geschichte wird **aus den Augen des Klienten auf allen Ebenen** berichtet
- **Symptome im heute werden mit damals in Verbindung** gebracht

Wichtig: Körperresonanzen beobachten – wenn keine Körperresonanz weiter, ggf das Gesagte zurücknehmen

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Dabei....

Bei Körperresonanz:

- **Regulation begleiten** (tief durchatmen, Impulse nachgeben...)
- **wenn keine Regulation möglich:** Ego states (heutiges Ich kommt zur Hilfe etc.)/ Distanzierungstechniken/ Ressourcen (Helferwesen...); Ressourcen aktivieren

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Ende der Geschichte:

- **Alles gut ausgegangen**, hier und jetzt ist es anders als damals
- Wissen, **sich selbst/ sein inneres Kind trösten/ versorgen zu können**
- **Weitere innere Kind arbeiten zur Stabilisierung** (innerer Dialog mit dem inneren Kind, regelmäßige Versorgung des inneren Kindes...)

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Weiterer Verlauf:

- **Einzelne Situationen intensivieren** mit I.B.T.®
- **Triggersituationen** bearbeiten
- **Zukunftssituationen** bearbeiten
- **Weitere therapeutische Unterstützung** je nach Bedarf

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

Hier ist eine Heilerlaubnis zwingend notwendig!!!!

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

Kontraindikation

- **Schwerst traumatisierte Menschen**
- **bestehende Traumata** (z.B. Täterkontakt) – besteht eine **ausreichende Alltags-Stabilität?**
- **Nicht ausreichende Erfahrungen** der Therapeut*in mit komplex traumatisierten Menschen, sowie in der Stabilisierungs- und Ego-State-Arbeit

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

- **1. Phase:** Erstkontakt/ Anamnese; Herausarbeiten von körperlicher Symptomatik im hier und jetzt (Auslöser-Situationen)
- **2. Phase:** Installation von Ressourcenanteile, ggf das heutige stabile Ich als Ressourcen-Anteil stärken
- **3. Phase:** direkte traumaintegrative Arbeit am Klienten mit Unterstützung der Ressourcenanteile über das Körpersymptom
- → **Alle drei Phasen bauen aufeinander auf und bedingen sich gegenseitig!!**

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

- **1. Phase:** Erstkontakt/ Anamnese; Herausarbeiten von körperlicher Symptomatik im hier und jetzt (Auslöser-Situationen)
- **2. Phase:** Installation von Ressourcenanteile, ggf das heutige stabile Ich als Ressourcen-Anteil stärken

-> Siehe I.B.T.® mit erinnerbaren Inhalten

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Klient soll sich wohl fühlen (sicherer Ort)

- Möglichkeit sich bequem hinzusetzen, ggf. warme Decke, Wärmflasche, Schuhe ausziehen...
- Fühlt sich der Klient im Kontakt mit der Therapeut*in sicher?

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Technik besprechen/ ausprobieren: klopfen oder Buzzer, Augen meist ungünstig

Ruhige Atmosphäre, keine Störungen, ggf davor noch Tresorübung, um Alltagssorgen wegzupacken

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Während der Traumarbeit:

- **Augen möglichst geschlossen halten**
- **in sich hineinfühlen „felt sense“**
- **spüren, ob Handlungsimpulse, Gedanken etc auftauchen**

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Ablauf:

Therapeut*in erzählt langsam mit ruhiger Stimme

- **Einladung, eine aktuelle Auslöser-Situation zu aktivieren und die körperliche Belastung im hier und jetzt zu fühlen**
- beschreiben körperlich, emotional gedanklich, optisch etc

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Dabei:

- Beginn der **bilateralen Stimulierung** und der **Einladung, dass alles sein darf...**
- Klient soll im **felt sense** bleiben und **sich selbst beobachten**
- Verändert sich das Körpergefühl, tauchen Bilder auf, Handlungsimpulse...
alles darf sein

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Dabei:

- Bei **Bildern, Handlungsimpulsen etc. mit Körperresonanzen** – diese **beschreiben** lassen
- **Unterstützung der Integration mit Installation von Ressourcen-Anteilen** (inneres Versorgen, Ausführen von konkreten Handlungen, Nachbeelterung etc.)
- **Selbstregulation** (tiefes durchatmen...)

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Ende der Geschichte:

- **Alles gut ausgegangen**, hier und jetzt ist es anders als damals
- Wissen, **sich selbst/ sein inneres Kind trösten/ versorgen zu können**
- **Weitere innere Kind arbeiten zur Stabilisierung** (innerer Dialog mit dem inneren Kind, regelmäßige Versorgung des inneren Kindes...)

Phasen der I.B.T.® Methode bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen * mit NICHT erinnerbaren Inhalten

Phase 3

Weiterer Verlauf:

- **Einzelne Situationen intensivieren** mit I.B.T.®
- **Triggersituationen** bearbeiten
- **Zukunftssituationen** bearbeiten
- **Weitere therapeutische Unterstützung** je nach Bedarf

Kontakt Daten

Katrin Boger

Kinder-/ Jugendpsychotherapie (VT/ TP), I.B.T.® Integrative
Bindungsorientierte Traumatherapie ab dem Säuglingsalter,
Bindungsbasierte Psychotherapie

Spezielle Psychotraumatologie für Kinder und Jugendliche (DeGPT),
EMDR Supervisorin und Dozentin

Leitung des Weiterbildungszentrum für Pädagogik und Psychologie
WZPP®

Alfred-Delp-Strasse 2, D-73430 Aalen

info@wzpp.de

www.wzpp.de