

# 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**



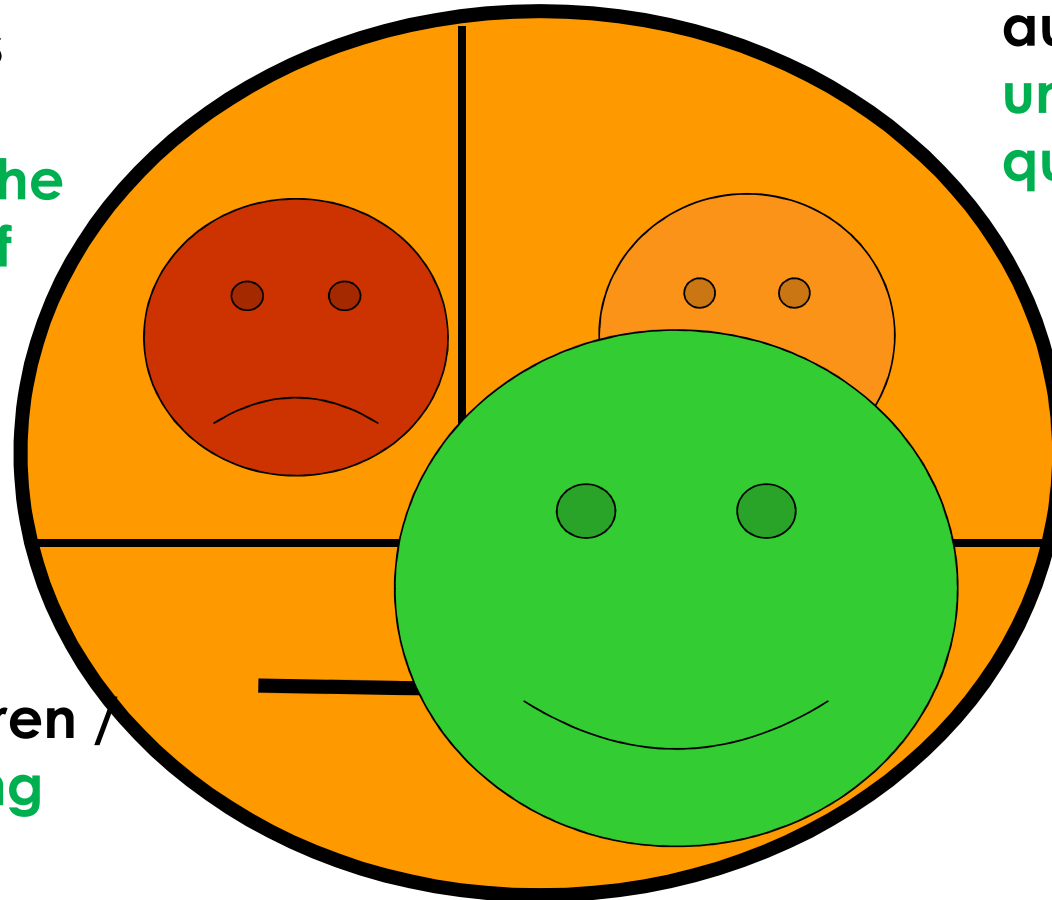
# Was ist die Anliegen-Methode?

## What is the Intention Method?

- Umsetzung der Erkenntnisse der „Identitätsorientierten Psychotraumatheorie“ in die Praxis der „Identitätsorientierten Psychotraumatheorie“ (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

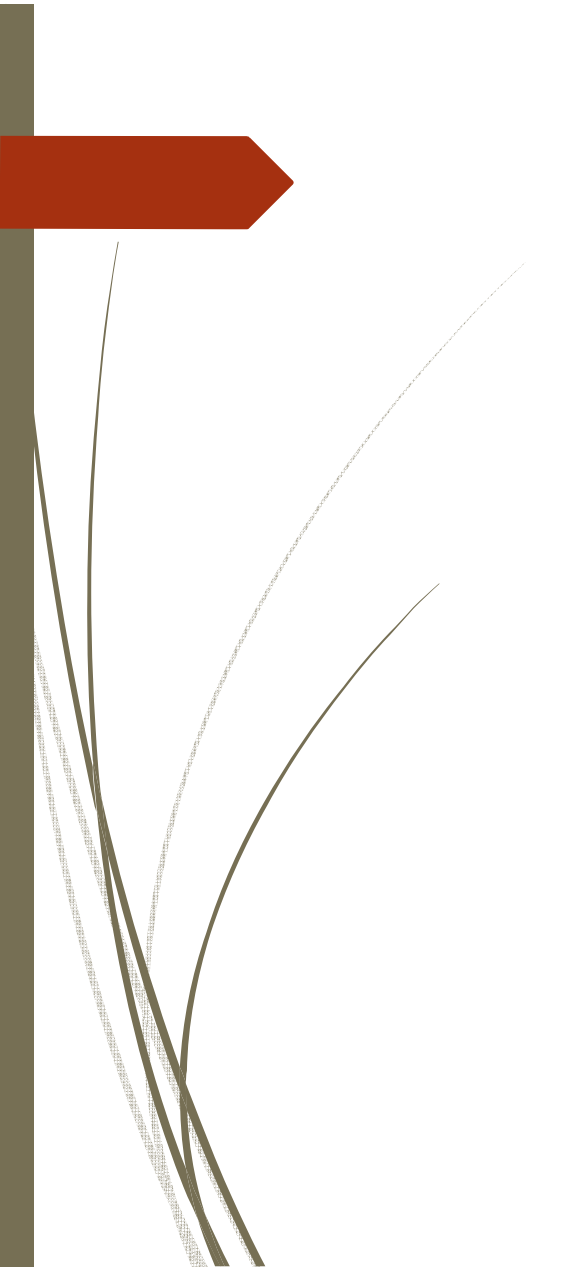


# Was meint „Anliegen“? What does „Intention“ mean?

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





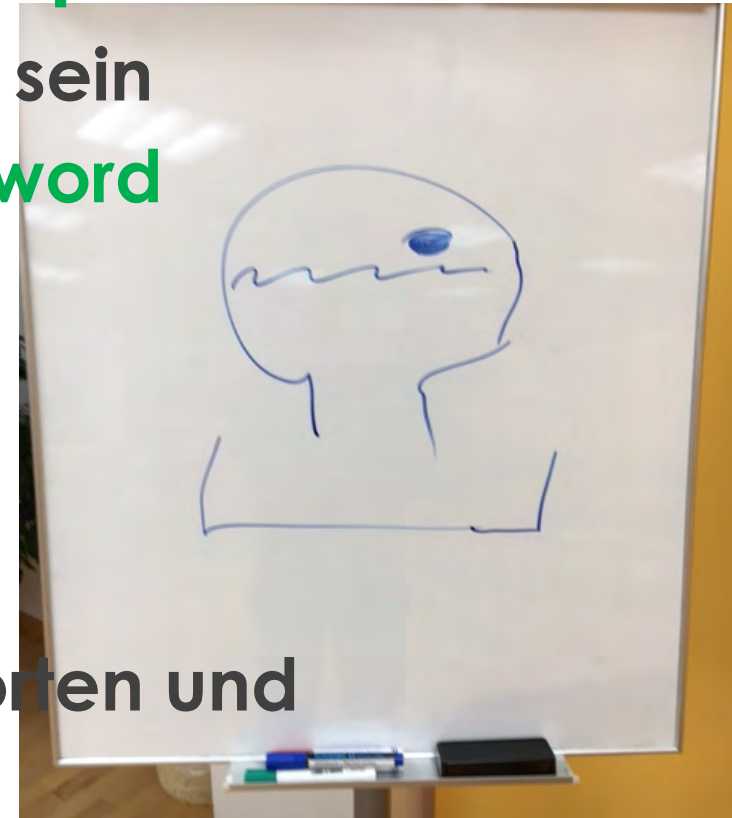


**Ich will mich  
fühlen bei der  
versuchten  
Abtreibung  
an mir.**

**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?

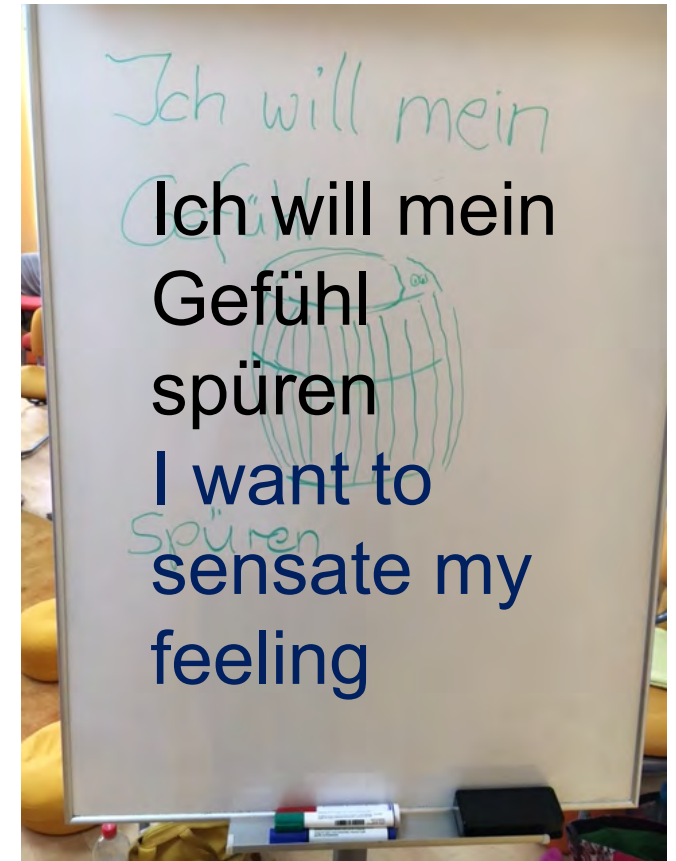
## What does my intention show me?

- 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

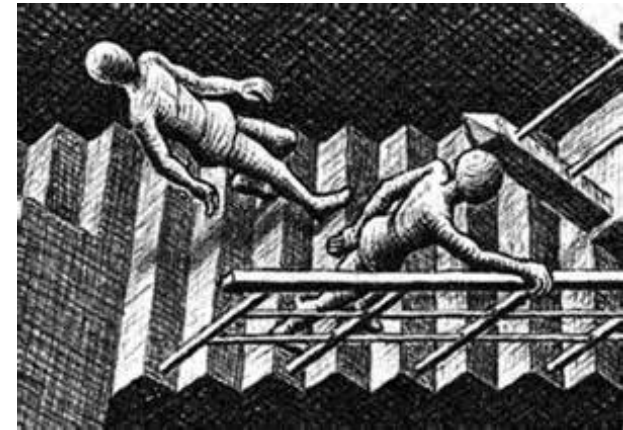
- Anliegen enthalten oft Reinszenierungen von Trauma-Überlebensstrategien
- **Many intentions include repetitions of trauma surviving strategies**
- Sie sind notwendig, um die eigenen Überlebensstrategien zu erleben und zu durchschauen
- **They are necessary to understand and experience surviving strategies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