



IMAGINATIVES RESONANZ TRAINING

(IRT)

nach Paul Meyer B.Sc.

IRT-Kurs

Das Imaginative Resonanz Training (IRT) nach Paul Meyer B.Sc. richtet sich an alle Menschen, die unerwünschte körperliche oder seelische Symptome in eigener Verantwortung lindern oder auflösen wollen oder andere anleiten wollen, dies zu tun.

Bei Menschen, die medizinisch behandelt werden, dient diese Methode zur Unterstützung der sonstigen Therapie. Sie verbessert auch die persönliche Einstellung zum Leiden.

Insbesondere kann IRT angewendet werden bei Unfall- und Schlaganfall-Rekonvaleszenten, Suchterkrankungen zur Motivationsförderung, dissoziativem Erleben und chronischen Schmerzzuständen.

Paul Meyer*, Ingenieur und Erfinder, hat das IRT ab 1990 auf dem Hintergrund seiner langjährigen und intensiven Meditationserfahrung als körperliche, psychische und geistige Heilmethode entwickelt.

Dabei übertrug er die meditative Bewegung auf die visuelle Vorstellungsebene. Die von ihm konzipierten Übungen werden nur in der Vorstellung ausgeführt, im Gegensatz zur gewohnten Meditation jedoch mit auf ein Resonanzobjekt (z. B. einen Tisch) gerichteten offenen Augen.

Dabei geht Paul Meyer davon aus, dass jeder Mensch über ein Grundmuster von körperlicher, emotionaler und geistiger Gesundheit verfügt und Krankheiten als Störfelder dieser Grundmuster wirken.

Die zunächst visuell entwickelte Vorstellung des gesunden Körpers überlagert während der Übungen zunehmend das Störfeld. Der Patient wird in einer konzentrierten visuellen Fokussierung angeleitet, das betreffende Körperteil (mit „Störfeld“) in der Vorstellung zu bewegen und zu aktivieren. Dies fördert unmittelbar die Durchblutung und Entspannung der betreffenden Gliedmaßen. Durch die visuelle Fokussierung entsteht ein Prozess der vertieften Selbstwahrnehmung. Der Patient registriert verstärkt körperemotionale Prozesse, wird sich seiner Affekte bewusster und kann diese u.U. auflösen.

Kursinhalte:

- Theoretische Grundlagen des IRT
- Einführung in die Technik des IRT
- Die spezielle Form der Wahrnehmung in der Vorstellung erleben und einüben
- Einstimmung auf das Gegenüber, Sitzungspräsenz und Aufmerksamkeit
- Grundübungen mit den TeilnehmerInnen
- Intensivtraining mit den verschiedenen Übungen
- Erörterung der Wirkungen der Übungen

Im Kurs werden in der Gruppe einzelne Übungen gezeigt und mitgemacht und die Wirkungen erfahren. Die Grundaktionen des IRT einschließlich des richtigen Abfragens zur Erweiterung der Selbstbeobachtung werden vermittelt. Danach üben die TeilnehmerInnen paarweise untereinander.

Der Kurs eignet sich für Sie, wenn Sie eine Methode kennenlernen wollen, mit der Patienten Eigenverantwortung für den eigenen Körper übernehmen können und fast spielerisch lernen, eigenständig aktiv an ihrer Gesundheit mitzuarbeiten und wenn Sie eine fundierte Grundausbildung im IRT wünschen, um



- IRT erfolgreich in Ihre therapeutische Berufstätigkeit zu integrieren oder
- IRT im privaten Rahmen (im Familien- oder Freundeskreis, für sich selbst) anzuwenden

Kurstermin:

Samstag, 03. August 2019

10-13 und 14-18 Uhr

Sonntag, 04. August 2019

10-14 Uhr

Kursort:

Praxis Barbara Hueg

Theodor-Storm-Weg 4

55127 Mainz

Kursleiterinnen:

Heike Volk und Barbara Hueg

Kurspreis:

Bei einer Kursstärke von

10 TeilnehmerInnen: 120,00 € pro Person

8 Teilnehmerinnen: 130,00 € pro Person

6 Teilnehmerinnen: 140,00 € pro Person

Übernachtungsmöglichkeiten in der Nähe des Kursortes bestehen im Hotel am Lerchenberg, Hindemithstraße 5, 55127 Mainz, Tel.: 06131-934300.

Heike Volk

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Praxis für körpersymptom-orientierte Psychotherapie

Schwerpunkt: Mitbehandlung bei chronischen Schmerzen und Rehabilitation nach Unfall oder Schlaganfall.

Enge Mitarbeiterin und Kursassistentin von Paul Meyer B.Sc., von diesem ausgebildet zur Trainerin für Imaginatives Resonanz Training.

Karl-Sieben-Str. 42

55268 Nieder-Olm

Tel.: 06136-3899

Mail: volk.irt.praxis@gmail.com

*Paul Meyer ist am 16.5.2014 im Alter von 93 Jahren verstorben. Das Imaginative Resonanz Training hat er in zahlreichen Seminaren, u.a. zusammen mit Prof. Dr. med. K. Maurer, emeritierter Prof. der Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie der J.W. Goethe-Universität Frankfurt vorgestellt (Psychotherapie-wochen Lindau 2004, 2006 und 2007, bei den M.E.G. Jahrestagungen in Bad Kissingen 2012, 2013 und, zusammen mit Heike Volk, 2014). Wissenschaftliche Veröffentlichung: Meyer, P., et al, „Imaginative Resonance Training (IRT) achieves elimination of amputees' phantom pain (PLP) coupled with a spontaneous...“, Psychiatry Research– Neuroimaging (2012), doi:10.1016/j.psychresns.2011.09.012. Published online 11-07-2012 (s. Abstract / Deutsche Übersetzung als Anlage). Ebenfalls auf Initiative von Prof. Maurer behandelte Paul Meyer Patienten mit einer seltenen Zwangsneurose, und zwar der „BIID“ (Body Integrity Identity Disorder), d. h. eines überwältigenden psychischen Zwangs sonst gesunder Patienten zur Amputation von intakten Gliedmaßen. S.a. das Buch „BIID“, von Stirn, Thiel, Oddo, Beltz-Verlag 2010 (ISBN 978-3-651-27761-7), S. 158–164 wird die Anwendung von IRT allgemein beschrieben und mit Bezug auf BIID von einem Patienten, der berichtet, nach zwei IRT-Sitzungen und mit Eigenübungen zwischen und nach den Sitzungen seine Zwangsneurose im Alltag weitgehend kontrollieren zu können.