Vielfalt & Anwendungsfelder

IFS EUROPE 2023
JAHRESKONFERENZ

Fr. 24. 11. bis So. 26.11.2023
Tagungshotel Alpenblick in Ohlstadt

Organisation und Moderation:
Dr. Karin Hutflötz und Birgit Rohm

Tag 1

Freitag, 24.11.23

COME TOGETHER
19:00 Uhr

TALK

19:30 - 21:00 Uhr
Luis Vega, Director of IFS International im Gespräch mit
Birgit Rohm, Vorstandsvorsitzende IFS Germany e.V. und Katie Nelson, CEO IFS Institut USA

Tag 2

Samstag, 25.11.23

9:00 Uhr Begrüßung

VORTRAG 1

9:30 – 11:00 Uhr
Dr. Ann-Katrin Bockmann | Kasra Mirzaie,
Universität Hildesheim

IFS mit Kindern, Jugendlichen und deren Bezugspersonen in Therapie, Schule und Kindertagesstätte

Der Anwendung von IFS mit Kindern und Jugendlichen und deren Bezugspersonen wird immer noch deutlich zu wenig Beachtung geschenkt. Dies möchten wir ändern und Sie teilhaben lassen an unseren Erfahrungen aus der therapeutischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen im ambulanten und stationären Setting. Wir werden von den spannenden Ergebnissen einer internationalen Fokusgruppendiskussion zu IFS mit Kindern und Jugendlichen berichten, sowie von der Anwendung von IFS mit Lehrer*innen und Erzieher*innen in Schulen und Kitas (PAUSE Modell). Wir teilen theoretisches Wissen sowie Fallbeispiele und praktische Erfahrungen. Und wir laden ein zu einem lebendigen Austausch und Selbsterfahrungen in kleinen Übungen. Auch für die Arbeit mit Erwachsenen und den Transfer der IFS-Haltung in den Alltag bietet unser Beitrag eine Vielfalt an Anregungen.

Dr. Ann-Katrin Bockmann: Psychologin, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin. Leitet die Hochschulambulanz Kind im Mittelpunkt (KiM) der Universität Hildesheim und die Begleitstruktur für Sprachbildung und - förderung (KEA) in Hildesheim (180 Kitas). Sie unterstützt Tom Holmes bei seinen IFS-Ausbildungen in Norddeutschland, Ägypten und Jordanien und ist ausgebildete Somatische IFS-Therapeutin. Besonders am Herzen liegt ihr IFS mit Kindern, Jugendlichen und pädagogischen Fachkräften sowie die Integration von IFS in den Alltag, insbesondere zur Unterstützung von Müttern und Geflüchteten (Leylaprojekt.de).

Kasra Mirzaie: Doktorand an der Hochschulambulanz für Kinder und Jugendliche „Kind im Mittelpunkt" (KiM) der Universität Hildesheim. Er forscht und lehrt zu IFS, Emotionsregulation und psychischen Störungen im Jugendalter. Als Psychotherapeut und Lehrer ist es ihm ein besonderes Anliegen, nicht nur Patienten zu behandeln, sondern auch Lehrkräfte und Studierende des Lehramts und der Psychologie zu diesen Themen fortzubilden und die Sinnfrage wieder in die Welt zu bringen.

PAUSE 30 MIN

Tag 2

Samstag, 25.11.23

VORTRAG 2

11:30 – 13:00 Uhr

Dr. Lena K. Adams, IFS-Institut München

(Nicht nur) Für alle wissenschaftlichen Teile: Stand der Wirkungsforschung zu IFS

Vor allem in den USA gibt es bereits mehrere Forschungsprojekte, die die Wirksamkeit der IFS-Therapie untersuchen. Der Vortrag möchte einen Überblick über aktuelle Ergebnisse dieser Forschungsstudien geben und diese auf Basis der Studienqualität kritisch einordnen. Zudem soll aufgezeigt werden, warum eine ausreichende Studienlage zur Wirksamkeit der IFS-Therapie für die weitere Verbreitung von IFS auch in Deutschland berufspolitisch wichtig sein könnte.

Dr. Lena Adams: Ärztin, Diplom-Psychologin, IFS-Therapeutin und Assistentin im Lehrteam des IFS-Instituts München.

www.dr-lena-adams.de

WORKSHOPS PARALLEL
14:30 – 17:30 Uhr

WORKSHOP 1

Dr. Lena K. Adams

Alle Teile sind schon da: IFS in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen.

Gerade Kindern fällt der Zugang zu ihren eigenen inneren Anteilen oft intuitiv leicht. Deshalb eignet sich IFS als Methode nicht nur für die Therapie mit erwachsenen Klienten, sondern auch für die Arbeit mit Kindern und Jugendliche. Dennoch gibt es Besonderheiten und Unterschiede in der IFS-Therapie mit Kindern und Jugendlichen im Vergleich zu Erwachsenen. So folgt allein schon z.B. der Beziehungsaufbau oder auch die Auftragsklärung oft ganz anderen Regeln.

Dieser praxis- und selbsterfahrungsorientierte Workshop richtet sich an alle, die - in welcher Form auch immer - mit Kindern und Jugendlichen arbeiten (oder es vorhaben). Zunächst erfolgt ein Einblick in die Besonderheiten der IFS-Therapie mit Kindern und Jugendlichen. Dann versuchen wir, uns noch mal in die Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen sowie deren Anteile einzufühlen - ganz nach Astrid Lindgrens Motto: „Es gibt kein Alter, in dem alles so intensiv erlebt wird wie in der Kindheit. Wir Großen sollten uns daran erinnern, wie das war." Anhand von typischen Situationen (gerne auch von eigenen Klienten), die in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen auftauchen, spüren wir dann eigene Teile auf und finden Wege, konstruktiv mit ihnen umzugehen.

Dr. Lena Adams: Ärztin, Diplom-Psychologin, IFS-Therapeutin und Assistentin im Lehrteam des IFS-Instituts München.

www.dr-lena-adams.de

WORKSHOP 2

Ursula Wolf

IFS und seine Anwendung in der Arbeitswelt und im Business.

Die Gründer von Dietz-Training waren Pioniere in der Anwendung von IFS im Coaching und Training. Bis heute spielt die IFS-Methodik und - Haltung eine große Rolle in den Trainings von Dietz Training. IFS kann hervorragend zur Persönlichkeitsentwicklung für Führungskräfte und zur Stärkung der Empathie und Emotionalen Intelligenz in der Arbeitswelt genutzt werden. Anhand ausgewählter Übungen werden im Workshop die Vorgehensweise und speziellen Anwendung von IFS im Coaching und Training erfahrbar gemacht und gezeigt, wie gewinnbringend IFS auch im nicht-therapeutischen Kontext zum Einsatz kommen kann.
Der Fokus des Workshops liegt dabei auf der Bedeutung von Zeit und Langsamkeit dank der Arbeit mit IFS, auf einem wacheren Bewusstsein für das Gegenüber („Spuren" lesen können) und für unsere eigenen Automatismen und Trigger im Umgang mit anderen, vor allem in Stress-Situationen und in schwierigen Gesprächen. Es wird gezeigt, wie wir unsere Trigger besser erkennen und „instruieren" können, und wie ein konstruktiver Umgang mit den eigenen Mustern gelingen kann, nicht zuletzt dank der Arbeit mit IFS.

Ursula Wolf: Trainerin und Coach bei Dietz-Training und im Lehrteam des IFS-Instituts München.

www.dietz-coaching.com

WORKSHOP 3

Eberhard Otto

IFS & Natur - Die Natur als Spiegel der Seele

Ein Outdoor-Workshop zur Auseinandersetzung mit sich selbst und inneren Anteilen im Erfahrungsraum Natur. Um neue Anregungen und einen erweiterten Blick auf sich selbst und den eigenen Weg zu bekommen, um in Ruhe und gleichzeitig in Bewegung zu kommen. Um sich ganz zu begegnen und sich wieder verbunden zu erfahren, innen wie außen. Denn die Natur spiegelt die Vielfalt unserer Seele, die sich in all unseren Anteilen und inneren Konflikten äußert.

Die Arbeit mit IFS erlaubt, sich unserer Anteile, damit unserer eigenen Natur, bewusst zu werden und zu wachsen in Verbundenheit mit uns selbst und anderen. Damit können wir Beziehungen konstant und mitfühlender leben und die nächsten Schritte mutig und neugierig gehen, unseren Lebensweg kreativ und voller Vertrauen gestalten. Um die Kraft der Natur dabei erfahrbar zu machen, begeben wir uns im Workshop auf eine leichte Wanderung (die bei jedem Wetter stattfindet) – und erfahren Übungen, mit denen wir auch andere in der Natur mit IFS begleiten und unterstützen können. Bitte eine Unterlage zum Hinsetzen auf den (Wald-)Boden mitbringen, wetterfeste Kleidung und geeignetes Schuhwerk für die Wanderung.

Eberhard Otto: Systemischer Therapeut und IFS, Lehrtrainer am IFS-Institut München, selbständiger Garten- und Landschaftsgestalter mit Ausbildungen in Geomantie und Vision Quest.

www.eberhard-otto.de

WORKSHOP 4

Eva-Maria Scheid

Das Potential von IFS zur Konfliktlösung im Coaching

Konflikte sind unvermeidlich und alltäglich. Sie sind die natürliche Folge unserer unterschiedlichen Erfahrungen, Überzeugungen, Interessen und Bedürfnisse. Eine gelungene Konfliktbewältigung regelt nicht nur den Konflikt auf der inhaltlichen Ebene, sondern klärt und vertieft gleichzeitig die Beziehung zueinander. IFS leistet einen großen Beitrag bei der Erreichung der Ziele meiner Trainings für Konfliktkompetenz, denn es ermöglicht einen einzigartigen Blick auf Konflikte, egal in welcher Lebenslage. IFS macht Mut, sich den Auseinandersetzungen des täglichen Lebens mit Selbstvertrauen zu stellen und fördert einen konstruktiven und kreativen Umgang damit.

Ich habe viele Jahre lang Konflikte gemanagt: in meinem eigenen Team, in anderen Teams, zwischen Teams oder mit Kundenorganisationen. Mit der durch IFS gewonnenen Haltung und Methodik habe ich verschiedene „Angstkunden" meiner Kolleg*innen zu einem kooperativeren Umgang bewegen können. In diesem Workshop nehme ich euch mit auf die Reise zu einer Haltung im Coaching, die auf einer Kombination von IFS mit den Erkenntnissen der Neurobiologie und der Methode der gewaltfreien Kommunikation (GFK) basiert und unweigerlich zum Perspektivwechsel führt. Wie das gelingen kann, zeigen wir gemeinsam an konkreten Fällen. Bringt gerne eigene Fallbeispiele mit.

Eva Maria Scheid: Wirtschaftsingenieurin und international erfahrene Managerin in Großunternehmen, IFS-Therapeutin, Systemischer und IFS-Coach, Trainerin für Konfliktkompetenz.

www.evamariascheid.de

WORKSHOPS PARALLEL
9:00 – 12:00 Uhr

WORKSHOP 5

Lienhard Valentin

Freundschaft schließen mit dir selbst - die Praxis der Achtsamkeit in Verbindung mit Elementen aus dem IFS

Wir haben nicht nur Beziehungen zu anderen Menschen, sondern auch eine Beziehung zu uns selbst - und diese ist nicht immer von Freundlichkeit und Mitgefühl geprägt. Im Gegenteil, man könnte es schon fast als psychologische Volksseuche bezeichnen, dass so viele Menschen in unserer Gesellschaft das Gefühl haben, nicht gut genug oder sogar nicht liebenswert zu sein.

In diesem Workshop zeigt der erfahrene Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge und IFS-Coach Wege auf, wie wir anfangen können, mit uns selbst Freundschaft zu schließen. Dazu dienen vor allem Elemente aus der Achtsamkeitspraxis, dem Achtsamen Selbstmitgefühl, der Positiven Neuroplastizität und dem IFS.

Lienhard Valentin: Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge, zertifizierter MSC-Lehrer (Mindful Self-Compassion) und Buchautor. Er gründete den Arbor Verlag, den Verein „Mit Kindern wachsen" und die gemeinnützige Arbor Seminare gGmbH.

www.lienhard-valentin.de

WORKSHOP 6

Anja Uhl

Mit Kindern auf Entdeckungsreise. Achtsamkeit & Selbstmitgefühl in der IFS-Arbeit mit Kindern und Jugendlichen

Achtsamkeit lädt uns ein immer wieder im gegenwärtigen Moment anzukommen und all unsere Teile auf freundliche und wertfreie Weise willkommen zu heißen. Selbstmitgefühl ist eine innere Haltung, die insbesondere in schwierigen Momenten geprägt ist von Verständnis, Freundlichkeit und Unterstützung sich selbst und den eigenen Anteilen gegenüber.

In diesem praxisorientierten Workshop gehen wir den Fragen nach, wie man die Haltung der Achtsamkeit in die Arbeit mit Kindern im Rahmen von IFS einbauen kann. Und wie man Heranwachsende dabei begleiten kann, verletzten Teilen mit der Kraft des Selbstmitgefühls zu begegnen, sie „zu halten" und ihnen Trost zu spenden. Dieser Workshop gibt Anregungen und Anleitung sowohl für die Kleinen, die zu uns in die Beratung, Therapie oder ins Coaching kommen, als auch für die Kleinen in uns Erwachsenen, die oft sehr viel Freude daran haben, diese Übungen selbst auszuprobieren.

Anja Uhl: Sozialpädagogin M.A., IFS und Systemische Familientherapeutin, MSC Trained Teacher, Zertifizierte MBSR-Achtsamkeitslehrerin, Lehrbeauftragte an der HS München, Assistentin im Lehrteam des IFS-Instituts München.

www.anja-uhl.com

WORKSHOP 7

Claudia Graf | Dr. Matthias Rumpf

Integrale Schattenarbeit mit IFS

„Schatten" sind versteckte Persönlichkeitsanteile, die du verleugnest, die du lieber nicht sein möchtest, die du abgeschnitten oder ins Unbewusste verdrängt hast oder derer du dir erst gar nicht bewusst bist. Die Bezeichnung Schatten wurde geprägt durch den Schweizer Psychoanalytiker C.G. Jung. Deine eigenen Schatten wieder aufzudecken, anzunehmen und zu integrieren, kann sehr befreiend sein. Schattenarbeit hilft dir, deiner Schatten bewusst zu werden und sie gesunden zu lassen. Während IFS ein Tool zur Integration und Gesundung von (Schatten-)Anteilen bietet, liefert die Integrale Theorie von Ken Wilber ein Modell mit Anhaltspunkten, nach welchen (Schatten-)Anteilen du Ausschau halten kannst - sozusagen eine Landkarte, die dir helfen kann, dich im unbekannten (unbewussten) Gelände deines Inneren zurechtzufinden und Schatten zu entdecken. Mit IFS kannst du diese wieder in deinem System der inneren Familie willkommen heißen und damit vollständiger, mehr du selbst und erfüllter werden.

Claudia Graf: IFS-Coach, Yogalehrerin, Wirtschaftsmathematikerin und Führungskraft in der Finanzbranche. Sie beschäftigt sich seit Jahren mit Ken Wilber sowie mit anderen Theorien, die versuchen Philosophie, Psychologie und Spiritualität zusammenzubringen.
Dr. Matthias Rumpf: IFS Coach, Data Scientist und Teamleiter für Künstliche Intelligenz, Promotion im Bereich Behavioral Finance, Master of Computer Science.

www.clauthias.de

Tag 3

Sonntag, 26.11.23

WORKSHOP 8
Sebastian Herrlich

Into the wild - IFS im Erfahrungsraum Natur

Ein gemeinsamer Gang in die Natur mit dem Fokus auf kraftvollen, erfahrungsorientierten Methoden von IFS in der Natur und die Möglichkeit diese im geschützten Rahmen auszuprobieren.

Um das eigene Methodenrepertoire zu erweitern, aber auch zur Selbst-Erfahrung und eigenen Teilearbeit im Erfahrungsraum Natur. Dieser bietet eine unschätzbare Vielfalt und Potenzial, um Entwicklungsprozesse sichtbar und bearbeitbar zu machen. Wir legen besonderen Wert auf die Vermittlung von effektiven Methoden, die mit möglichst wenig Materialaufwand durchgeführt werden. Hauptsächlich bedienen wir uns dessen, was wir vor Ort vorfinden. Gemäß den Prinzipien Erfahrungen initiieren, diese begleiten und wirksam reflektieren vermitteln wir strukturiertes Arbeiten mit IFS in der Natur für nachhaltige Lernerfolge.

Bitte wetterfeste Kleidung und geeignetes Schuhwerk für die ca. zweistündige Wanderung.

Sebastian Herrlich: (Erlebnis-) Pädagoge, Systemischer Familientherapeut in eigener Praxis, IFS-Lehrtrainer am IFS-Institut München und Standortleitung Köln.

www.sebastianherrlich.de

ABSCHLUSS & AUSBLICK
12:15 – 13:00 Uhr

IFS Germany e.V.

Anmeldung über den QR Code oder:

https://eveeno.com/ifsjahreskonferenz2023

www.ifs-europe.net · info@ifs-europe.net