

Inhalt

Einleitung	19
1 Behandlungsprinzipien bei Traumatherapien	22
1.1 Allgemeine Wirkfaktoren von Psychotherapie	23
1.2 Therapieplanung bei Traumatherapie	23
1.3 Risiken und Nebenwirkungen	24
1.4 Probleme bei der therapeutischen Arbeitsbeziehung ...	26
1.5 Kontraindikationen	27
1.6 Leitlinien	28
1.7 Evidenzbasierte Therapie von Traumafolgestörungen ...	29
1.8 Die Zukunft mit KI?	30
2 Psychopharmakotherapie von Traumafolgestörungen ..	34
2.1 Behandlung therapieresistenter Traumafolgestörungen	35
2.2 Behandlung von dissoziativer Symptomatik	36
2.3 Behandlung bei Albträumen	36
3 Übersicht traumafokussierter Behandlungsmethoden ..	38
3.1 Ambulante versus stationäre Behandlung	40
3.2 Versorgungsstrukturen	43
3.3 Prolongierte Exposition (PE)	47
3.4 Kognitive Therapie für PTBS (CT-PTBS)	49
3.5 Narrative Therapie (STAIR/NT)	50
Phase 1 – Ressourcenaufbau und Emotionsregulation ..	50
Phase 2 – Emotionale Verarbeitung und Integration	51
3.6 Narrative Expositionstherapie (NET)	51
3.7 Cognitive Processing Therapy (CPT)	52
3.8 DBT-PTBS	52
3.9 Imagery Rescripting und Reprocessing Therapy (IRRT) ...	54
Phase 1: Exposition	54

Phase 2: Bewältigung	55
Phase 3: Selbstberuhigung und Tröstung	55
3.10 EMDR	56
3.11 BEPP (Brief eclectic therapy)	58
3.12 PITT (Psychodynamisch imaginative Therapie)	59
3.13 MPTT (Mehrdimensionale Psychodynamische Traumatherapie)	60
3.14 Systemische und achtsamkeitsbasierte Ansätze	62
4 Ambulante Traumatherapie	70
4.1 Ambulante Traumatherapie im Einzelsetting	70
Phase 1: Eingangsphase – Schaffung günstiger Ausgangsbedingungen	70
Phase 2: Aufbau von Änderungsmotivation	71
Phase 3: Verhaltensanalyse und funktionales Bedingungsmodell	72
Phase 4: Vereinbarung therapeutischer Ziele	72
Phase 5: Planung, Auswahl und Durchführung spezieller Methoden	73
Phase 6: Evaluation therapeutischer Fortschritte	74
Phase 7: Endphase – Erfolgsoptimierung und Abschluss	74
4.2 Ambulante Traumatherapie als Gruppenbehandlung ...	75
4.2.1 Organisation der ambulanten Gruppentherapie ..	76
4.2.2 Psychoedukation zur Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS)	77
5 Stationäre Traumatherapie	80
5.1 Symptomvariablen	81
5.2 Patientenvariablen	82
5.3 Umweltvariablen	83
5.4 Therapievariablen	83
5.5 Sozialmedizinisches	84
5.6 Zugangswege zu stationärer Traumatherapie	85

5.7	Kostenerstattung	86
5.8	Rehamaßnahmen	87
5.9	Allgemeine Wirkfaktoren stationärer Traumatherapie ..	90
5.10	Spezifische Wirkfaktoren stationärer Traumatherapie ..	91
5.11	Behandlungsplanung bei klassischer PTBS im stationären Kontext	92
5.12	Psychoedukation zu Trauma und Traumabewältigung bei klassischer PTBS	93
5.13	Ressourcenorientiertes Vorgehen zur Stabilisierung	94
5.14	Stabilisierungstraining bei klassischer PTBS	94
5.15	Kognitionsfokussierte psychotherapeutische Behandlung	95
5.16	Behandlung komorbider Störungen	95
5.17	Behandlungsplanung bei komplexer PTBS	99
5.18	Ergänzende Therapiemethoden	101
5.19	Verteilung der Therapie	102
5.20	Interkulturelle Besonderheiten	103
5.21	Psychohygiene beim Personal	107
5.22	Typische schwierige Situationen auf der Station	110
5.23	Traumabearbeitung im stationären Kontext	113
5.24	Psychoedukation in stationären Gruppen	115
5.25	Allgemeines zur Traumabearbeitung in Gruppen	117
5.26	Durchführung der Traumakonfrontation in der Gruppe	118
5.27	Bewegungstherapie im Rahmen stationärer Traumatherapie	120
5.28	Physiotherapie im Rahmen stationärer Traumatherapie	122
5.29	Ergotherapie im Rahmen stationärer Traumatherapie ...	123
5.30	Kunsttherapie im Rahmen stationärer Traumatherapie	125
5.31	Soziotherapie im Rahmen stationärer Behandlung	126

6	Behandlung mittels EMDR	133
6.1	Modell der adaptiven Informationsverarbeitung	136
6.2	EMDR-Ablauf	137
	Phase 1: Anamnese und Indikationsstellung	138
	Phase 2: Vorbereitung und Stabilisierung	138
	Phase 3: Bewertung	139
	Phase 4: Stimulation und Verarbeitung	140
	Phase 5: Verankerung positiver Kognitionen	143
	Phase 6: Körpertest	144
	Phase 7: Abschluss	145
	Phase 8: Nachbefragen	145
6.3	Das umgedrehte Standardprotokoll	146
6.4	Hofmanns Vierfach-Stabilitäts-Test	147
6.5	Absorptionstechnik	149
6.6	»Position of Power«	150
6.7	Traumabehandlung als Türöffner für »echte« Psychotherapie	151
6.8	Flash-Technik	152
6.9	Patienten mit schwer gestörtem Bindungssystem	154
	Kontrollstrategien	154
	Schritte zur Ressourcenarbeit	155
6.10	LOUA-Technik (Level of Urge to Avoid)	156
6.11	Loving-Eyes-Technik	157
	Verankerung im Hier und Jetzt	157
	Kontaktaufnahme mit dem kindlichen Selbst	157
	Umgang mit überwältigenden Gefühlen	158
	Beobachtung der Reaktionen gegenüber dem kindlichen Anteil	158
	Konfrontation mit den Gefühlen des Kindes	159
	Förderung von Zuneigung	159
	Umgang mit Abwehr des kindlichen Anteils	159
	Reflexion	160

6.11.1	Instant Resource Installation (IRI)	160
6.11.2	Extensive Resource Installation (xtRI)	161
6.12	Erste psychologische Hilfe mit EMDR	162
6.12.1	EMDR-Akut-Protokoll nach F. Shapiro	162
6.12.2	Notfall-EMDR nach Hofmann	163
6.12.3	ERP (Emergency Response Procedure) nach Quinn	164
6.12.4	EMD-Protokoll nach Shapiro	165
6.12.5	Single Session Modified EMDR (Kutz)	165
6.12.6	Recent Traumatic Episode Protocol (R-TEP) (Shapiro und Laub)	166
6.13	EMDR bei depressiven Störungen	167
7	Komplex traumatisierte und dissoziative Patienten mit EMDR behandeln	171
7.1	Probleme mit EMDR bei komplex Traumatisierten	174
7.1.1	Dissoziative Phobien	176
7.1.2	Das AIP-Modell und strukturelle Dissoziation	179
7.1.3	Schäden am Bindungssystem	181
7.1.4	Unsicher-vermeidende und unsicher-ängstliche Bindungen	182
7.1.5	Desorganisierte Bindung	185
7.1.6	Dysfunktional gespeicherte Information	186
7.1.7	AIP-Modell erweitern um Rahmen für Fälle schwerer Traumatisierung	190
7.1.8	Die dissoziative Sprache	192
7.1.9	Das erwachsene Selbst	215
8	Spezielle Interventionen bei komplex traumatisierten und dissoziativen Patienten	229
8.1	Psychoedukative Interventionen	229
8.2	Die Arbeit mit dem Inneren Kind	230
8.3	Arbeiten mit Teilen und Selbstfürsorge	235

8.4	Selbstfürsorge als Hilfsmittel zur emotionalen Selbstregulation	237
8.5	Die »Für-das-Kind-sorgen«-Technik	237
8.6	Affekttoleranz und Integration mit dem EMDR-PAT-Protokoll	240
8.7	Erinnerungen an dysfunktionale Selbstfürsorgemuster ..	241
8.8	Integration als ein Haupttherapieziel	243
8.9	Ko-Bewusstsein	244
8.9.1	Ko-Bewusstsein beim EMDR	245
8.9.2	Ko-Bewusstsein fördernde Techniken	246
8.10	Neutrale Stimuli zusammen erfahren	248
8.11	Effektive Nutzung von Ressourcen	250
8.12	Das EMDR-Zeichenprotokoll zur Förderung der Zusammenarbeit im inneren System	252
8.12.1	Zusammenarbeit in der äußeren Welt	254
8.12.2	EMDR-Arbeit mit Puppen	256
8.12.3	Förderung der inneren Integration	257
8.12.4	Die Integrative-Film-Technik	258
8.12.5	Dissoziative Phobien	261
9	Sonstige nützliche EMDR-Interventionen	267
9.1	»Position of Power« bei Suchtpatienten	267
9.2	Absorptionstechnik	268
9.3	CIPOS	269
9.4	Einweben	273
9.5	Affektbrücke	274
9.6	Lobeübung	276
9.7	Vier-Elemente-Technik nach Elan Shapiro	277
9.7.1	Element Erde	277
9.7.2	Element Luft	277
9.7.3	Element Wasser	277
9.7.4	Element Feuer	278
9.8	Lichtstromübung	278

Fallbeispiele	280
Fall 1	280
Fall 2	282
Fall 3	283
Fall 4	284
 Nachwort	 286
 Sachverzeichnis	 287