

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Einführung | 9 |
| Was ist EMDR? | 11 |
| Ein Fallbeispiel für eine akute Einmaltraumatisierung | 12 |
| Ein Fallbeispiel für eine komplexe Traumatisierung | 13 |
| Allgemeine Merkmale von EMDR | 14 |
| Entstehung | 15 |
| Praxis und Weiterentwicklung | 16 |
| Beschreibung des Ausbildungsprogramms | 18 |

Teil I: Theorie

(Karsten Gebhardt und Oliver Schubbe)

| | |
|--|-----------|
| 1. Psychotraumatologie | 23 |
| Geschichte der Psychotraumatologie | 24 |
| Moderne Traumaforschung | 28 |
| Definition des psychischen Traumas | 44 |
| Wie wirkt sich eine Extremsituation auf unsere Psyche aus? | 47 |
| 2. Posttraumatische Belastungsstörungen | 52 |
| Definition und Diagnose | 53 |
| Epidemiologie | 62 |
| Erklärungsansätze | 67 |
| Behandlungsansätze | 77 |
| 3. Theoretische Erklärungsmodelle für EMDR | 88 |
| AIP-Modell von Shapiro | 88 |
| Aufmerksamkeitsmodell | 90 |

| | |
|--|------------|
| Lerntheoretisches Modell | 91 |
| Neurobiologisches Modell | 92 |
| 4. Indikationen/Gegenindikationen | 94 |
| 5. Effektivitätsstudien | 97 |
| Störungsspezifische Befunde | 97 |
| Neurophysiologische Befunde | 102 |
| Die Wirksamkeit von EMDR zur Behandlung | |
| posttraumatischer Störungen | 103 |
| EMDR als Behandlungsstandard für PTBS | 105 |
| Vergleich mit anderen Behandlungsmethoden für PTBS ... | 106 |
| Basiert EMDR auf einem neuen Prinzip? | 108 |
| Teil II: Praxis von EMDR | |
| 6. Einordnung von EMDR in den allgemeinen Therapieprozess (Oliver Schubbe und Ines Püschel) | 113 |
| 7. Phasen der EMDR-Behandlung | |
| (Oliver Schubbe und Ines Püschel) | 116 |
| Phase 1: Anamnese und Behandlungsplanung | 118 |
| Phase 2: Stabilisierung und Vorbereitung | 122 |
| Phase 3: Einschätzung | 128 |
| Phase 4: Durcharbeiten | 133 |
| Phase 5: Verankerung | 138 |
| Phase 6: Körpertest | 140 |
| Phase 7: Abschluss | 142 |
| Phase 8: Neubewertung | 145 |
| 8. Therapeutische Möglichkeiten bifokaler Stimulierung (Ines Püschel) | 152 |
| Bifokale Stimulierung zur Erinnerungsverarbeitung | |
| mit EMDR | 153 |
| Bifokale Stimulierung im assoziativen Suchprozess | 153 |
| Bifokale Stimulierung zur Akutentlastung in emotionalen | |
| Überforderungssituationen | 155 |

| | |
|---|-----|
| 9. Der EMDR-Prozess (Ines Püschel) | 157 |
| Der EMDR-Prozess und die Steuerung der emotionalen Distanz der Klientin zum belastenden Erinnerungsmaterial | 157 |
| Der EMDR-Prozess und der optimale Verarbeitungsbereich | 159 |
| Der EMDR-Prozess und seine therapeutischen Beeinflussungsmöglichkeiten | 160 |
| | |
| 10. Die Rolle der Therapeutin und ihr therapeutisches Werkzeug (Ines Püschel und Oliver Schubbe) | 162 |
| Die Rolle der Therapeutin während einer ideal verlaufenden EMDR-Sitzung | 162 |
| Die Rolle der Therapeutin, wenn die Klientin vor Beginn des Prozesses zu distanziert ist (A) | 166 |
| Die Rolle der Therapeutin, wenn die Klientin vor Beginn des Prozesses emotional zu involviert ist (B) | 169 |
| Die Rolle der Therapeutin, wenn die Klientin während des inneren Prozesses auf Distanz geht (C) | 171 |
| Die Rolle der Therapeutin, wenn die Klientin während des inneren Prozesses emotional überflutet wird (D) | 171 |
| Die Rolle der Therapeutin, wenn der innere Prozess der Klientin blockiert ist (E) | 176 |
| | |
| 11. Spezielle Anwendungen von EMDR | |
| (Oliver Schubbe, Ines Püschel, Monique Renssen) | 185 |
| EMDR nach kurz zurückliegenden Traumatisierungen | 188 |
| EMDR nach einmaligen Traumatisierungen | 192 |
| EMDR bei komplexen Traumatisierungen | 194 |
| EMDR bei Phobien | 199 |
| EMDR bei Zwangsstörungen | 204 |
| EMDR zur Ressourcenentwicklung und -installation | 206 |
| | |
| 12. Arbeitsmaterialien | 210 |
| Checkliste zur Arbeit mit EMDR | 212 |
| EMDR-Standardprotokoll | 214 |
| EMDR-Standardprotokoll – Kurzfassung | 216 |
| EMDR-Sonderprotokolle | 218 |
| EMDR-Vorbereitung | 230 |
| EMDR-Evaluationsbogen | 231 |

| | |
|--|------------|
| Fehlerquellen bei der Anwendung von EMDR | 234 |
| Gruppenübung (für Dreier-Gruppen innerhalb der Ausbildung) | 236 |
| Impact of Event Scale (IES) | 238 |
| Impact of Event Scale Revised (IES-R) | 240 |
| Lichtstrahlmethode | 243 |
| Sicherer Ort | 246 |
| 5-4-3-2-1-Methode | 248 |
| 1-2-3-4-5-Methode | 254 |
| Lehrmodul »Einstellen der optimalen inneren Distanz« ... | 255 |
| Techniken zur Distanzierung und Flashback-Kontrolle | 256 |
| Techniken zur Erdung (Grounding) | 257 |
| Literatur | 259 |