

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