

Vorwort

Seit 1996 arbeite ich als Heilpraktiker für Psychotherapie. Die Jahre davor und danach waren geprägt von Aus- und Weiterbildungen in den unterschiedlichsten Verfahren. Mein Wurzeln habe und hatte ich immer im humanistischen Weltbild, das geprägt ist von Wertschätzung, Empathie und Authentizität. Darüber hinaus lernte ich in all den Jahren interessante und wirksame Methoden kennen, die ich in der Praxis bis heute einsetze. Das Spektrum reicht von lösungsorientierten Verfahren über systemische Methoden bis hin zu imaginativen und hypnotherapeutischen Methoden. Dieser Weg war gekennzeichnet von der andauernden Suche nach weiteren Methoden und therapeutischen Schätzen. So gerne ich mit den oben genannten Methoden über viele Jahre gearbeitet habe, so faszinierend war es für mich, in der Arbeit mit EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) meine methodische Heimat zu finden. Einer meiner größten persönlichen Werte ist Freiheit, und diese Freiheit wünsche ich mir natürlich auch in der Arbeit mit Menschen. In der Arbeit mit EMDR habe ich genau diese Freiheit gefunden.

So soll dieses Buch zum einen den Leser mit dieser wunderbaren Methode vertraut machen und ihn zum anderen ganz pragmatisch an die Arbeitsweise des EMDR heranführen. Dieses Buch erhebt dabei nicht den Anspruch, eine grundlegende, verantwortungsvolle und qualitativ notwendige Ausbildung in EMDR zu ersetzen – kein Mensch lernt Auto fahren, Ski laufen oder irgendeine andere Tätigkeit durch das Lesen eines Buches. Angelesenes Wissen ist immer geborgtes Wissen!

Wer verantwortungsvoll mit EMDR arbeiten will, für den ist eine selbsterfahrungsorientierte

und umfangreiche Ausbildung unerlässlich. Um mit dieser Methode arbeiten zu können, benötigt der Anwender ein gesundes Maß an Vertrauen im Umgang mit dieser Methode. Und da Vertrauen in erster Linie auf Erfahrung basiert, sollte er auf seinem eigenen Ausbildungsweg die notwendige Sicherheit durch eigene Erfahrungen und Supervision erlangen. Dann kann sich die Sicherheit auch auf die Arbeit mit seinen Klienten übertragen. Entsprechend ist dieses Buch nicht als didaktisches Lehrbuch gedacht, da das verantwortungsvolle Lernen und Anwenden von EMDR ausschließlich durch eine profunde Ausbildung sichergestellt werden kann.

Dieses Buch richtet sich an EMDR-Interessierte, die einen Überblick über die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten dieser Methode erhalten möchten, sowie an Kollegen, die bereits eine EMDR-Ausbildung absolviert haben. Angesprochen werden sollen dabei in erster Linie Heilpraktiker und Heilpraktiker für Psychotherapie, daher gehe ich nach einer kurzen Einleitung zu Beginn dieses Buches auf die Mythen, die diesbezüglich rund um EMDR kursieren, sowie auf die Möglichkeiten, Grenzen und rechtlichen Rahmenbedingungen bei der Anwendung von EMDR in der Heilpraktikerpraxis ein. Das Buch soll Neugier und Interesse wecken und veranschaulichen, wie strukturiert und kreativ EMDR in der (Heilpraktiker-)Praxis eingesetzt werden kann. Dem erfahrenen Anwender bietet es zudem die Möglichkeit, über die bisherige Anwendung der Standardarbeit mit EMDR Impulse und Anregungen zu weiteren synergistischen Verknüpfungen mit anderen Arbeitsformen zu erlangen.

Ich bedanke mich von ganzem Herzen bei jedem meiner Patienten und Klienten – mit jeder

Zusammenarbeit eröffneten sich auch mir neue Erkenntnisse und Entwicklungen. Dankbarkeit und Demut, die „weisen inneren Instanzen“, denen ich auf meinem beruflichen Weg begegnet bin, bleiben in mir lebendig.

Ich danke Francine Shapiro, die am 18.06.2019 viel zu früh gegangen ist, für die Entwicklung dieser wunderbaren Methode, die meinen gesamten beruflichen Weg verändert und geprägt hat.

Ich bedanke mich bei meiner Mitarbeiterin, Daniela Meyer, die dieses Buch voller Geduld und Eifer für mich auf dem Computer geschrieben hat – mit meiner 4-Finger-Technik hätte es ansonsten vermutlich ewig gedauert.

Mein besonderer Dank gilt auch meiner Lektorin, Stefanie Teichert, die mit dem nötigen objektiven Blick, hoher Kompetenz und umfassendem

Engagement einen maßgeblichen Beitrag zu diesem Buch geleistet hat.

Ebenso gilt mein Dank Herrn Christian Böser, der mich geduldig, wertschätzend und konstruktiv bei meinem gesamten Buchprojekt begleitet hat, und ebenso Frau Désirée Schwarz als Projektmanagerin des Thieme Verlags.

Von ganzem Herzen dankbar bin ich meiner Frau Ulrike, die mir den Rücken zum Schreiben freigehalten hat, mir mit ihrer fachlichen Kompetenz immer zum Austausch zur Verfügung steht und mich immer wieder kreativ und intuitiv in der Arbeit mit EMDR inspiriert.

Pocking, im Juni 2020

Andreas Zimmermann