

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Grundlagen</b>				16	
<b>1.1</b>	<b>EMDR als neurobiologisch informierter Psychotherapieansatz</b>	<i>A. Hofmann</i>	16	1.2.3	Effizienzstudien und Forschung . . . . .	34
1.1.1	Einleitung . . . . .		16	1.2.4	Kontrollierte Studien bei posttraumatischer Belastungsstörung . . . . .	36
1.1.2	Psychische Traumatisierungen . . . . .		16	<b>1.3</b>	<b>Krankheitsmodell von EMDR: AIP-Modell</b>	42
1.1.3	Diagnosekriterien der posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS). . . . .		18		<i>A. Hofmann</i>	
1.1.4	Traumatischer Prozess und Momentandiagnose der ICD . . . . .		27	1.3.1	Einleitung . . . . .	42
				1.3.2	Francine Shapiros (Wieder-)Entdeckung . . . . .	43
<b>1.2</b>	<b>EMDR als neuer Psychotherapieansatz</b>	<i>A. Hofmann</i>	31	1.3.3	Neurobiologie der Neurosen? . . . . .	44
1.2.1	Hintergrund . . . . .		31	1.3.4	Neurobiologische Forschungen und EMDR . . . . .	47
1.2.2	Geschichte der EMDR-Methode . . . . .		32			
<b>2</b>	<b>EMDR-Therapie in der Psychotherapie</b>				50	
<b>2.1</b>	<b>Grundlagen der Behandlungsplanung (Phase 1 der EMDR-Behandlung)</b>	<i>A. Hofmann</i>	50	<b>2.4</b>	<b>Bearbeitung einer Erinnerung mit EMDR (Ablaufschema Phasen 3–8)</b>	80
2.1.1	Einleitung . . . . .		50	2.4.1	Phase 3: Bewertung der belastenden Erinnerung . . . . .	80
2.1.2	Grundlagen der Behandlung psychisch Traumatisierter . . . . .		51	2.4.2	Exkurs: Kognitionen . . . . .	81
2.1.3	Phase 1: Anamnese und Behandlungsplanung . . . . .		54	2.4.3	Phase 4: Desensibilisierung und Durcharbeitung . . . . .	84
2.1.4	Integration von EMDR in andere Psychotherapieverfahren . . . . .		67	2.4.4	Phase 5: Verankerung . . . . .	87
				2.4.5	Phase 6: Körpertest . . . . .	88
				2.4.6	Phase 7: Abschluss . . . . .	90
<b>2.2</b>	<b>Indikationen und Kontraindikationen</b>	<i>A. Hofmann</i>	70	2.4.7	Phase 8: Überprüfung . . . . .	90
2.2.1	Einleitung . . . . .		70	2.4.8	EMDR-Standardprotokoll . . . . .	91
2.2.2	Indikationen . . . . .		71	<b>2.5</b>	<b>Reprozessieren – das zentrale Element der EMDR-Therapie</b>	91
2.2.3	Kontraindikationen . . . . .		71	<i>A. Hofmann</i>		
				2.5.1	Einleitung . . . . .	91
<b>2.3</b>	<b>Vorbereitung und Stabilisierung (Phase 2 der EMDR-Behandlung)</b>	<i>A. Hofmann</i>	72	2.5.2	Assoziatives Reprozessieren . . . . .	92
2.3.1	Phase 2: Vorbereitung und Stabilisierung . . . . .		72	2.5.3	Imaginatives Reprozessieren . . . . .	93
				2.5.4	Blandes Reprozessieren . . . . .	94
2.3.2	Indikation zur Traumabearbeitung . . . . .		79	2.5.5	Emotionales Reprozessieren . . . . .	94
				2.5.6	Überflutung . . . . .	95
				2.5.7	Blockaden . . . . .	96
				2.5.8	Kreiseln . . . . .	96

2.5.9	Alternative Stimulationsmodi . . . . .	96	2.6.4	Shin-Mechanismus, der wahrscheinliche Hauptmechanismus von EMDR . . . . .	103
2.5.10	Dokumentation des EMDR-Prozesses . . . . .	98	2.6.5	Entlastung durch ein begrenztes Arbeitsgedächtnis . . . . .	105
<b>2.6</b>	<b>Forschungen zu den Wirkmechanismen von EMDR . . . . .</b>	101	<b>2.6.6</b>	Beziehung von EMDR und REM-Schlaf . . . . .	105
<i>A. Hofmann, M. Lehnung</i>					
2.6.1	Einleitung . . . . .	101	<b>2.7</b>	<b>Nebenwirkungen, Risiken und Grenzen . . . . .</b>	106
2.6.2	Exposition- und Habituations-theorie nicht ausreichend für EMDR . . . . .	101	<i>A. Hofmann</i>		
2.6.3	Reduktion des Sympathikus, Aktivierung des Parasympathikus .	102	2.7.1	Nebenwirkungen und Risiken . . . . .	106
			2.7.2	Vorsichtsmaßnahmen und Grenzen der EMDR-Therapie . . . . .	107
<b>3</b>	<b>EMDR-Behandlungstechniken . . . . .</b>				110
<b>3.1</b>	<b>EMDR-Standardvorgehen und Standardprotokoll . . . . .</b>	110	3.3.2	Absorptionstechnik . . . . .	121
<i>A. Hofmann</i>			3.3.3	Paradoxe Fokussierung auf einen Widerstand . . . . .	123
3.1.1	Arbeit mit gegenwärtigen Auslösern (Triggern) . . . . .	110	<b>3.4</b>	<b>Weitere EMDR-Techniken . . . . .</b>	125
3.1.2	Arbeit mit antizipierten zukünftigen Stressoren (Zukunftsprojektion) . . . . .	111	<i>M. Lehnung, A. Hofmann, D. Lusch</i>		
3.1.3	Einwebetechnik . . . . .	112	3.4.1	Leave and Recall . . . . .	126
3.1.4	Fokussierungstechniken im EMDR-Prozess . . . . .	114	3.4.2	Vier-Felder-Technik . . . . .	126
			3.4.3	EMDR-CIPOS . . . . .	129
			3.4.4	Erzählgeschichten . . . . .	130
<b>3.2</b>	<b>Veränderung der Bearbeitungsreihenfolge . . . . .</b>	115	<b>3.5</b>	<b>EMDR online . . . . .</b>	133
<i>A. Hofmann</i>			<i>M. Lehnung</i>		
3.2.1	Bearbeitung von Überzeugungssystemen . . . . .	116	3.5.1	Einleitung . . . . .	133
3.2.2	Umgedrehtes Standardprotokoll . . . . .	117	3.5.2	Studien . . . . .	133
<b>3.3</b>	<b>Veränderung des Fokus . . . . .</b>	119	3.5.3	Wie verändert Online-EMDR das therapeutische Setting? . . . . .	135
<i>A. Hofmann</i>			3.5.4	Wie verändert Online-EMDR die therapeutische Beziehung? . . . . .	135
3.3.1	Fokussierung auf Ressourcen . . . . .	119	3.5.5	Schwierigkeiten und Probleme im Online-EMDR . . . . .	135
			3.5.6	Möglichkeiten des Online-EMDR . . . . .	136

<b>4</b>	<b>EMDR bei speziellen Patientengruppen.....</b>	<b>139</b>
<b>4.1</b>	<b>Anpassungsstörungen und körperliche Erkrankungen.....</b>	<b>139</b>
	<i>F. Oppermann-Schmid, A. Hofmann</i>	
4.1.1	Einleitung.....	139
4.1.2	Belastungserfahrungen und körperliche Erkrankungen uni- und bidirektional.....	139
4.1.3	Psychischer Stress und die Folgen im Körper .....	140
4.1.4	EMDR-Protokoll für Anpassungsstörungen und körperliche Erkrankungen .....	141
4.1.5	Erfahrungen mit der EMDR-Therapie bei Anpassungsstörungen und somatischen Erkrankungen.....	143
4.1.6	Fazit.....	146
<b>4.2</b>	<b>EMDR und verlängerte Trauerstörung .....</b>	<b>147</b>
	<i>F. Ebner</i>	
4.2.1	Begriffsklärung und neue Diagnosekonzepte.....	147
4.2.2	Therapeutische Ansätze und EMDR	149
<b>4.3</b>	<b>EMDR in der Behandlung akut Traumatisierter .....</b>	<b>159</b>
	<i>M. Lehnung, A. Hofmann</i>	
4.3.1	Einleitung.....	159
4.3.2	Schutz vor sequenzieller Traumatisierung .....	160
4.3.3	EMDR-Akut-Protokoll.....	161
4.3.4	EMD-Protokoll.....	166
4.3.5	Behandlungen direkt nach traumatischen Ereignissen.....	166
4.3.6	Gruppenbehandlungen nach Katastrophen .....	168
<b>4.4</b>	<b>EMDR bei depressiven Störungen .....</b>	<b>172</b>
	<i>M. Lehnung, A. Hofmann, V. Tumani</i>	
4.4.1	Einleitung.....	172
4.4.2	Therapeutisches Potenzial von EMDR bei Depression .....	173
4.4.3	DeprEnd – die EMDR-Strategie bei depressiven Störungen.....	174
4.4.4	Offene Fragen.....	176
<b>4.5</b>	<b>Phobien und Panikstörungen .....</b>	<b>178</b>
	<i>E. Münker-Kramer</i>	
4.5.1	Einleitung.....	178
4.5.2	Definitionen und diagnostische Einordnung von Phobien .....	178
4.5.3	Epidemiologie .....	180
4.5.4	EMDR bei spezifischen Phobien .....	180
4.5.5	Behandlungstechnisches Vorgehen mit EMDR bei (spezifischen) Phobien.....	181
4.5.6	Studienlage zu spezifischen Phobien.....	185
4.5.7	EMDR bei Panikstörungen .....	186
4.5.8	EMDR bei generalisierter Angststörung .....	187
4.5.9	Fazit.....	187
<b>4.6</b>	<b>EMDR in der Behandlung von Substanzabhängigkeit.....</b>	<b>188</b>
	<i>L. Chuey-Ferrer, C. Rohde, A. Hofmann</i>	
4.6.1	Einleitung.....	188
4.6.2	Abhängigkeitserkrankungen und PTBS .....	188
4.6.3	Suchtspezifische EMDR-Protokolle.	190
4.6.4	EMDR-Behandlungsplanung bei Substanzabhängigkeit.....	191
4.6.5	Fazit.....	192
<b>4.7</b>	<b>EMDR in der Schwangerschaft und nach der Geburt .....</b>	<b>192</b>
	<i>C. Rost</i>	
4.7.1	Einleitung.....	192
4.7.2	Allgemeine Veränderungen während der Schwangerschaft .....	192
4.7.3	Reaktivierung von traumatischen Erinnerungen während der Schwangerschaft .....	193
4.7.4	Auswirkungen auf ungeborene Kinder .....	193
4.7.5	Therapieplanung .....	193
4.7.6	Indikation für Traumakonfrontation.....	194
4.7.7	Ressourcenaktivierung .....	194
4.7.8	Traumakonfrontation mit EMDR...	195

<b>4.8</b>	<b>Soldaten und Veteranen.....</b>	195	<b>4.12</b>	<b>EMDR bei Schmerzstörungen...</b>	238
	<i>K. Barre, H. Höllmer</i>			<i>J. Tesarz, A. Hofmann</i>	
4.8.1	Einleitung .....	195	4.12.1	Einleitung .....	238
4.8.2	Belastungen bei Bundeswehr-einsätzen im Ausland.....	196	4.12.2	Therapeutisches Potenzial von EMDR bei chronischen Schmerzstörungen .....	239
4.8.3	Geschichte der Kriegs-traumatisierung .....	197	4.12.3	Studienlage .....	240
4.8.4	PTBS nach Bundeswehreinsätzen ..	197	4.12.4	Ablauf einer EMDR-Behandlung bei chronischen Schmerzen .....	240
4.8.5	EMDR-Behandlung von Soldaten ..	198	4.12.5	Fallkonzeptualisierung in der Behandlung chronischer Schmerzen.....	
4.8.6	Schlussbemerkung .....	203	4.12.6	Besonderheiten in der Behandlung chronischer Schmerzen .....	241
4.8.7			4.12.7	Ausblick .....	243
<b>4.9</b>	<b>Traumafolgestörungen bei Menschen mit Migrations-hintergrund .....</b>	203	<b>4.13</b>	<b>Zwangsstörungen .....</b>	243
	<i>V. Tumani, A. Hofmann</i>			<i>K. Böhm</i>	
4.9.1	Einleitung .....	203	4.13.1	Protokoll bei Zwängen .....	243
4.9.2	Differenzierung der Menschen mit Migrationshintergrund .....	204	4.13.2	Auswahl und Bewertung .....	243
4.9.3	EMDR mit Dolmetschern.....	205	4.13.3	Durcharbeitung .....	244
4.9.4	Behandlungstechnische Besonderheiten.....	207	4.13.4	Weitere Behandlungsplanung .....	244
<b>4.10</b>	<b>EMDR in der Behandlung komplex Traumatisierter .....</b>	208	<b>4.14</b>	<b>EMDR und Psychosen .....</b>	246
	<i>M. Lehnung, A. Hofmann, F. Ebner</i>			<i>F. Ebner</i>	
4.10.1	Einleitung .....	208	4.14.1	Psychosen und Trauma .....	246
4.10.2	Diagnose „komplexe PTBS“ .....	209	4.14.2	Psychose und Dissoziation .....	246
4.10.3	Dissoziative Symptome .....	211	4.14.3	Psychose und posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) .....	246
4.10.4	Elemente der Behandlung der komplexen PTBS .....	214	4.14.4	Therapeutische Ansätze .....	247
4.10.5	EMDR-Strategien und Stabilität ..	218	4.14.5	EMDR bei schizophrenen und schizoaffektiven Psychosen .....	247
4.10.6	Umgedrehtes Standardprotokoll ..	218	4.14.6	EMDR bei bipolaren affektiven Störungen .....	248
4.10.7	Systematisches Vorgehen bei der Traumabearbeitung .....	222	4.14.7	Zusammenfassung und Ausblick ..	249
4.10.8	Integrationsphase .....	229			
<b>4.11</b>	<b>Behandlung anderer durch pathogene Erinnerungen (mit) verursachte Störungen.....</b>	231	<b>4.15</b>	<b>Forensische Patienten.....</b>	250
	<i>A. Hofmann, V. Tumani</i>			<i>P. Liebermann</i>	
4.11.1	Einleitung .....	231	4.15.1	Einleitung .....	250
4.11.2	Somatoforme und funktionelle Störungen .....	232	4.15.2	Untersuchung an Jugendlichen....	250
4.11.3	Körperdysmorphophobie .....	234	4.15.3	Untersuchung bei Drogen-kriminalität .....	251
4.11.4	Körperliche Erkrankung mit funktionellen Anteilen.....	234	4.15.4	Untersuchung an Sexualstraftätern .....	251
4.11.5	Dissoziative Krampfanfälle .....	236	4.15.5	PTBS-Symptome durch das Tatgeschehen .....	252
4.11.6	Atypische Medikamenten-unverträglichkeit .....	236	4.15.6	Fazit .....	252

<b>5</b>	<b>EMDR-Behandlung von Kindern und Jugendlichen .....</b>	256
5.1	<b>Unterschiede und Besonderheiten .....</b>	256
	<i>D. Eckers</i>	
5.1.1	Abhangigkeit der Kinder von ihrem Umfeld .....	256
5.1.2	Besonderheiten einer Traumatherapie mit EMDR bei Kindern ...	257
5.1.3	Fruehe und komplexe Traumatisierung .....	263
5.2	<b>EMDR bei Bindungstraumatisierungen .....</b>	264
	<i>K. H. Brisch</i>	
5.2.1	Einleitung .....	264
5.2.2	Bedeutung der therapeutischen Bindung .....	265
5.2.3	Therapeutische Arbeit mit EMDR ..	268
<b>6</b>	<b>EMDR-Ausbildung, Qualitatssicherung und EMDR-Organisationen ...</b>	272
6.1	<b>Ausbildung in EMDR .....</b>	272
	<i>A. Hofmann</i>	
6.1.1	EMDR als Psychotherapieansatz ...	272
6.1.2	EMDR-Ausbildung .....	272
6.1.3	Lernkurve .....	273
6.2	<b>EMDR-Organisationen und Fachgesellschaften .....</b>	274
	<i>A. Hofmann</i>	
6.2.1	EMDR-Institut Deutschland .....	274
6.2.2	EMDRIA Deutschland .....	275
6.2.3	EMDR Europa .....	275
6.2.4	Weitere internationale EMDR-Fachgesellschaften .....	276
6.3	<b>Wie finde ich einen guten EMDR-Therapeuten? .....</b>	276
	<i>A. Hofmann</i>	
<b>7</b>	<b>Weitere EMDR-Ressourcen .....</b>	280
7.1	<b>Glossar .....</b>	280
	<i>A. Hofmann</i>	
7.2	<b>Beispiele fur Kognitionen .....</b>	289
	<i>A. Hofmann</i>	
7.3	<b>EMDR-Internetressourcen .....</b>	290
	<i>A. Hofmann</i>	
7.3.1	Francine-Shapiro-Bibliothek .....	290
7.3.2	Journal of EMDR Practice and Research .....	290
7.4	<b>Weiterfuhrende Literatur .....</b>	290
	<i>A. Hofmann</i>	
7.4.1	EMDR-Ausbildung .....	290
7.4.2	Zusatzliche Literaturempfehlungen .....	291
7.5	<b>Uberblick der Metaanalysen und kontrollierten EMDR-Studien bei PTBS und anderen Storungen ...</b>	291
	<i>U. M. Balmaceda, A. Hofmann</i>	
<b>8</b>	<b>Literatur .....</b>	308
	<b>Sachverzeichnis .....</b>	325