

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Grundlagen</b>	16
<b>1.1</b>	<b>EMDR als neurobiologisch informierter Psychotherapieansatz</b> .. <i>A. Hofmann</i>	16
1.1.1	Einleitung	16
1.1.2	Psychische Traumatisierungen	16
1.1.3	Diagnosekriterien der posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS)	18
1.1.4	Traumatischer Prozess und Momentandiagnose der ICD	27
<b>1.2</b>	<b>EMDR als neuer Psychotherapieansatz</b> .. <i>A. Hofmann</i>	31
1.2.1	Hintergrund	31
1.2.2	Geschichte der EMDR-Methode	32
1.2.3	Effizienzstudien und Forschung	34
1.2.4	Kontrollierte Studien bei posttraumatischer Belastungsstörung	36
<b>1.3</b>	<b>Krankheitsmodell von EMDR: AIP-Modell</b> .. <i>A. Hofmann</i>	42
1.3.1	Einleitung	42
1.3.2	Francine Shapiros (Wieder-)Entdeckung	43
1.3.3	Neurobiologie der Neurosen?	44
1.3.4	Neurobiologische Forschungen und EMDR	47
<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
2.1.1	Einleitung	50
2.1.2	Grundlagen der Behandlung psychisch Traumatisierter	51
2.1.3	Phase 1: Anamnese und Behandlungsplanung	54
2.1.4	Integration von EMDR in andere Psychotherapieverfahren	67
<b>2.2</b>	<b>Indikationen und Kontraindikationen</b> .. <i>A. Hofmann</i>	70
2.2.1	Einleitung	70
2.2.2	Indikationen	71
2.2.3	Kontraindikationen	71
<b>2.3</b>	<b>Vorbereitung und Stabilisierung (Phase 2 der EMDR-Behandlung)</b> .. <i>A. Hofmann</i>	72
2.3.1	Phase 2: Vorbereitung und Stabilisierung	72
2.3.2	Indikation zur Traumabearbeitung	79
<b>2.4</b>	<b>Bearbeitung einer Erinnerung mit EMDR (Ablaufschema Phasen 3–8)</b> .. <i>A. Hofmann</i>	80
2.4.1	Phase 3: Bewertung der belastenden Erinnerung	80
2.4.2	Exkurs: Kognitionen	81
2.4.3	Phase 4: Desensibilisierung und Durcharbeitung	84
2.4.4	Phase 5: Verankerung	87
2.4.5	Phase 6: Körpertest	88
2.4.6	Phase 7: Abschluss	90
2.4.7	Phase 8: Überprüfung	90
2.4.8	EMDR-Standardprotokoll	91
<b>2.5</b>	<b>Reprozessieren – das zentrale Element der EMDR-Therapie</b> .... <i>A. Hofmann</i>	91
2.5.1	Einleitung	91
2.5.2	Assoziatives Reprozessieren	92
2.5.3	Imaginatives Reprozessieren	93
2.5.4	Blandes Reprozessieren	94
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>	<b>101</b>	2.6.6	Beziehung von EMDR und REM-Schlaf .....	105
	<i>A. Hofmann, M. Lehnung</i>		<b>2.7</b>	<b>Nebenwirkungen, Risiken und Grenzen. ....</b>	<b>106</b>
2.6.1	Einleitung .....	101		<i>A. Hofmann</i>	
2.6.2	Expositions- und Habituationstheorie nicht ausreichend für EMDR .....	101	2.7.1	Nebenwirkungen und Risiken. ....	106
2.6.3	Reduktion des Sympathikus, Aktivierung des Parasympathikus .	102	2.7.2	Vorsichtsmaßnahmen und Grenzen der EMDR-Therapie .....	107
<b>3</b>	<b>EMDR-Behandlungstechniken .....</b>	<b>110</b>			
<b>3.1</b>	<b>EMDR-Standardvorgehen und Standardprotokoll .....</b>	<b>110</b>	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>	<b>125</b>
3.1.2	Arbeit mit antizipierten zukünftigen Stressoren (Zukunftsprojektion) .....	111		<i>M. Lehnung, A. Hofmann, D. Lansch</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
<b>3.2</b>	<b>Veränderung der Bearbeitungsreihenfolge. ....</b>	<b>115</b>	3.4.3	EMDR-CIPOS .....	129
	<i>A. Hofmann</i>		3.4.4	Erzählgeschichten. ....	130
3.2.1	Bearbeitung von Überzeugungssystemen .....	116	<b>3.5</b>	<b>EMDR online .....</b>	<b>133</b>
3.2.2	Umgedrehtes Standardprotokoll .	117		<i>M. Lehnung</i>	
<b>3.3</b>	<b>Veränderung des Fokus .....</b>	<b>119</b>	3.5.1	Einleitung .....	133
	<i>A. Hofmann</i>		3.5.2	Studien. ....	133
3.3.1	Fokussierung auf Ressourcen .....	119	3.5.3	Wie verändert Online-EMDR das therapeutische Setting? .....	135
			3.5.4	Wie verändert Online-EMDR die therapeutische Beziehung? .....	135
			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. Munker-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>	<b>195</b>	<b>4.12</b>	<b>EMDR bei Schmerzstörungen. . .</b>	<b>238</b>
	<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. . . . .	241
4.8.6	Schlussbemerkung. . . . .	203	4.12.6	Besonderheiten in der Behandlung chronischer Schmerzen . . . . .	241
<b>4.9</b>	<b>Traumafolgestörungen bei Menschen mit Migrations- hintergrund. . . . .</b>	<b>203</b>	4.12.7	Ausblick . . . . .	243
	<i>V. Tumani, A. Hofmann</i>		<b>4.13</b>	<b>Zwangsstörungen . . . . .</b>	<b>243</b>
4.9.1	Einleitung . . . . .	203		<i>K. Böhm</i>	
4.9.2	Differenzierung der Menschen mit Migrationshintergrund . . . . .	204	4.13.1	Protokoll bei Zwängen. . . . .	243
4.9.3	EMDR mit Dolmetschern. . . . .	205	4.13.2	Auswahl und Bewertung. . . . .	243
4.9.4	Behandlungstechnische Besonderheiten. . . . .	207	4.13.3	Durcharbeitung. . . . .	244
<b>4.10</b>	<b>EMDR in der Behandlung komplex Traumatisierter. . . . .</b>	<b>208</b>	4.13.4	Weitere Behandlungsplanung . . . .	244
	<i>M. Lehnung, A. Hofmann, F. Ebner</i>		<b>4.14</b>	<b>EMDR und Psychosen . . . . .</b>	<b>246</b>
4.10.1	Einleitung . . . . .	208		<i>F. Ebner</i>	
4.10.2	Diagnose „komplexe PTBS“ . . . . .	209	4.14.1	Psychosen und Trauma . . . . .	246
4.10.3	Dissoziative Symptome . . . . .	211	4.14.2	Psychose und Dissoziation. . . . .	246
4.10.4	Elemente der Behandlung der komplexen PTBS . . . . .	214	4.14.3	Psychose und posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) . . . . .	246
4.10.5	EMDR-Strategien und Stabilität . .	218	4.14.4	Therapeutische Ansätze. . . . .	247
4.10.6	Umgedrehtes Standardprotokoll . .	218	4.14.5	EMDR bei schizophrenen und schizoaffektiven Psychosen. . . . .	247
4.10.7	Systematisches Vorgehen bei der Traumabearbeitung . . . . .	222	4.14.6	EMDR bei bipolaren affektiven Störungen . . . . .	248
4.10.8	Integrationsphase. . . . .	229	4.14.7	Zusammenfassung und Ausblick . .	249
<b>4.11</b>	<b>Behandlung anderer durch pathogene Erinnerungen (mit) verursachte Störungen. . . . .</b>	<b>231</b>	<b>4.15</b>	<b>Forensische Patienten. . . . .</b>	<b>250</b>
	<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
<b>5.1</b>	<b>Unterschiede und Besonderheiten</b>	256
	<i>D. Eckers</i>	
5.1.1	Abhängigkeit der Kinder von ihrem Umfeld	256
5.1.2	Besonderheiten einer Traumatherapie mit EMDR bei Kindern	257
5.1.3	Frühe und komplexe Traumatisierung	263
<b>5.2</b>	<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, Qualitätssicherung und EMDR-Organisationen</b>	272
<b>6.1</b>	<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
<b>6.2</b>	<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
<b>6.3</b>	<b>Wie finde ich einen guten EMDR-Therapeuten?</b>	276
	<i>A. Hofmann</i>	
<b>7</b>	<b>Weitere EMDR-Ressourcen</b>	280
<b>7.1</b>	<b>Glossar</b>	280
	<i>A. Hofmann</i>	
<b>7.2</b>	<b>Beispiele für Kognitionen</b>	289
	<i>A. Hofmann</i>	
<b>7.3</b>	<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
<b>7.4</b>	<b>Weiterführende Literatur</b>	290
	<i>A. Hofmann</i>	
7.4.1	EMDR-Ausbildung	290
7.4.2	Zusätzliche Literaturempfehlungen	291
<b>7.5</b>	<b>Übersicht der Metaanalysen und kontrollierten EMDR-Studien bei PTBS und anderen Störungen</b>	291
	<i>U. M. Balmaceda, A. Hofmann</i>	
<b>8</b>	<b>Literatur</b>	308
	<b>Sachverzeichnis</b>	325