

Inhalt

Vorwort.....	11
1. Die Entstehung von EMDR.....	15
1.1 Forschung zu den Wirkmechanismen von EMDR.....	15
1.2 Das Modell der adaptiven Informationsverarbeitung (AIP – Adaptive Information Processing)	17
1.3 Dysfunktional gespeicherte Erinnerungen	18
1.4 Veränderte Speicherung nach Traumakonfrontation mit EMDR.....	19
1.5 Das EMDR-Ablaufschema	19
1.6 Die Struktur der EMDR-Methode.....	20
1.7 Kreativität im EMDR-Prozess.....	21
1.8 Veränderungen im EMDR-Ablaufschema und neue Techniken	22
2. Affekte in Gehirn und Körper und in der EMDR-Praxis	25
2.1 Begriffsklärung und ein neurowissenschaftliches Erklärungsmodell	26
2.2 Grundsätzliche Überlegungen zu den emotionalen Aktionssystemen und zum EMDR-Prozess.....	30
2.3 Das System SUCHEN	31
2.4 Das Defensivsystem FURCHT und WUT	36
2.5 Das Bindungssystem mit den emotionalen Aktionssystemen LUST / SEXUALITÄT, FÜRSORGE und PANIK / TRAUER	40
2.6 Das System SPIELEN	49
TEIL I: DIE EMDR-METHODE UND IHRE STRUKTUR	61
3. Die acht Phasen der EMDR-Methode (Christine Rost)	62
3.1 Ein kurzer historischer Abriss	62
3.2 Phase 1: Am Beginn der EMDR-Behandlung.....	63
3.3 Phase 2: Vorbereitung und Stabilisierung	65
3.4 Phase 3: Beobachtung und Wertung	69
3.5 Phase 4: Das Prozessieren	75
3.6 Phase 5: Verankern der positiven Kognition.....	82
3.7 Phase 6: Der Körpertest.....	83
3.8 Phase 7: Der Abschluss.....	83
3.9 Phase 8: Die Nachbefragung.....	86

4.	Die drei Stränge im EMDR-Standardprotokoll (Christine Rost)	88
4.1	Einführung.....	88
4.2	Die drei Stränge des EMDR-Standardprotokolls	89
4.3	Schlussfolgerung.....	94
5.	Das umgedrehte Standardprotokoll (Christine Rost)	96
5.1	Warum in umgekehrter Reihenfolge arbeiten?	96
5.2	Vier Tests	96
5.3	Beginn: Arbeit an zukünftigen Belastungen.....	98
5.4	Arbeit an Triggern in der Gegenwart.....	98
5.5	Arbeit an Traumata aus der Vergangenheit	98
6.	Behandlungsplanung zwischen Struktur und Kreativität (Raimund Dörr und Hanne Hummel)	100
6.1	Einführung.....	100
6.2	Allgemeine Vorgehensschritte in der Behandlungsplanung.....	105
6.3	Spezielle Verläufe beim Reprozessieren	123
7.	Bewährte Techniken im EMDR (Eva Münker-Kramer und Christine Rost)	129
7.1	Position of Power.....	129
7.2	Die Absorptionstechnik.....	131
7.3	CIPOS	133
7.4	Einweben	135
7.5	Affektbrücke	138
7.6	Affektscan.....	139
8.	Stabilisierung in der Phase 2 (Christine Rost)	142
8.1	Aufbau positiver Affekttoleranz durch die Lobe-Übung.....	142
8.2	Vier-Elemente-Technik nach Elan Shapiro	144
8.3	Die Lichtstrom-Übung	146
9.	Gezielte individuelle Ressourcenaktivierung auf allen Repräsentationsebenen (Eva Münker-Kramer).....	148
9.1	Die Erfassung von Belastungen und von Ressourcen im Überblick.....	149
9.2	Erfassung von reinen Ressourcen im Zuge der Anamnese	151
9.3	Die Anwendung der Ressourcenaktivierung.....	157

10. Stabilisierung in der Phase 3 (Christine Rost)	164
10.1 Am Beginn von Phase 3: Stabilisierung durch Einsatz des Sicheren Ortes	164
10.2 Am Beginn von Phase 3: Stabilisierung durch Einsatz der Position of Power	165
10.3 In der Mitte von Phase 3: Stabilisierung durch Einsatz der Position of Power	166
10.4 Gegen Ende von Phase 3: Stabilisierung durch CIPOS	167
10.5 Am Ende von Phase 3: Stabilisierung über die Körperressource.....	167

**TEIL II: EINSATZ VON EMDR BEI BESTIMMTEN SYMPTOMATIKEN
UND PATIENTENGRUPPEN..... 169**

11. EMDR – nach kurz zurückliegenden Traumatisierungen: EEI – Early EMDR Intervention (Christine Rost & Eva Munker-Kramer)	170
11.1 Einführung.....	170
11.2 Traumatypen, Selbstheilung, Risiken und Resilienz	173
11.3 Indikationen für therapeutische Interventionen.....	178
11.4 Behandlung von Akuttrauma, Resilienzförderung und „posttraumatic growth“	195

12. EMDR in der Behandlung von psychosomatischen Erkrankungen (Maria Lehnung)	201
12.1 Psychosomatische Leiden als Traumafolgestörung	201
12.2 Psychosomatische Störungen als Folge dysfunktional verarbeiteter Erinnerungen	202
12.3 Psychosomatische Symptome im Fokus	207
12.4 Arbeit am Symptom ganz anders – ein auslösendes Ereignis und zukünftige Befürchtungen.....	208
12.5 Psychosomatische Symptome als Symbole unverstandener Sinnzusammenhänge	209

13. EMDR bei depressiven Erkrankungen (Maria Lehnung, Arne Hofmann, Michael Hase).....	211
13.1 Depression als Traumafolgestörung.....	211
13.2 Depression als Folge von Mobbing- und Verlusterlebnissen – die Arbeit mit Episodenauslösern.....	212

13.3	Die Behandlung schwerer depressiver Erkrankungen mit dem EMDR-Protokoll DEPREND®	214
13.4	Die Arbeit mit depressiven States	216
13.5	Die Bearbeitung negativer Überzeugungssysteme mit EMDR.....	218
14.	EMDR und transgenerationale Traumatisierung	
	(Michael Hase, Helge Höllmer und Hanne Hummel).....	222
14.1	Die Mechanismen transgenerationaler Traumatisierung.....	222
14.2	„Wir haben geschwiegen, unsere Kinder haben nicht gefragt und unsere Enkel stellen jetzt die Fragen“	223
14.3	Modelle für die transgenerationale Weitergabe	225
14.4	Wie arbeiten wir im EMDR mit transgeneracionalem Material?	226
15.	EMDR in der Behandlung von psychischen Traumata bei jugendlichen Diabetikern mit Diabetes Mellitus Typ 1 (Tanos Freiha).....	237
15.1	Genetische und stressgebundene Faktoren.	237
15.2	Spezifika der acht Phasen des EMDR-Standardprotokolls bei der traumabezogenen psychotherapeutischen Behandlung bei Patienten mit Diabetes Mellitus (DM) Typ 1:	240
15.3	Fallbeispiele.....	243
15.4	Spezifische Aspekte der EMDR-Behandlung von Patienten mit Diabetes Mellitus Typ 1.....	248
16.	Behandlung der dissoziativen Identitätsstörung mit EMDR	
	(Lucien Burkhardt)	251
16.1	DIS-Patientinnen in der EMDR-Praxis.....	251
16.2	Techniken zur Ressourcenstabilisierung.....	253
16.3	Arbeit am Trauma mit dem modifizierten EMDR-Ablaufschema.....	261
TEIL III: DIE INTEGRATION VON EMDR IN ANDERE METHODEN/SETTINGS		267
17.	Integration von EMDR in tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie	
	(Heike Gerhardt)	268
17.1	Einleitung.....	268
17.2	Hintergrund.....	268
17.3	Diagnostik bei traumamodifizierter psychodynamischer Behandlung	269

17.4	Fallvignette zur Darstellung der Integration von EMDR in tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie.....	270
18.	Die Integration von EMDR in verhaltenstherapeutische Behandlungen (Eva Münker-Kramer).....	281
18.1	Verhaltenstherapie – Kurzüberblick.....	282
18.2	Traumatherapie mittels EMDR?	284
18.3	Praktische Verbindungspunkte und Kombinationsmöglichkeiten für EMDR- und TF-VT-„Indikationen“	292
18.4	Fallbeispiele.....	297
19.	Der Einsatz von EMDR im Bereich von nicht-klinischer Einzelsupervision, Coaching und Beratung (Eva Münker-Kramer).....	303
19.1	Möglichkeiten für den nicht-klinischen Einsatz von EMDR.....	303
19.2	Gebräuchliche EMDR-Protokolle zum „Performance Enhancement“	308
19.3	Zusammenfassung.....	311
TEIL IV: KREATIVE ANSÄTZE IM EMDR.....		313
20.	Die Vier-Felder-Technik (Dorothee Lansch)	314
20.1	Wie funktioniert die Vier-Felder-Technik?.....	316
20.2	Beispiel: Zahnarztphobie	319
20.3	Beispiel: Der grausame „Defi“	320
20.4	Beispiel: Soziale Phobie und massiver Leistungsdruck	322
20.5	Beispiel: Angst vor Impulskontrollverlust.....	324
20.6	Beispiel: Allein und abgekapselt	325
20.7	Beispiel: Schlafstörungen aufgrund von Gewalterfahrungen als Kind	328
20.8	Beispiel: Die Angst vor dem Vater	330
21.	Triggerbearbeitung durch Differenzierung im Schema der Vier-Felder-Technik (Esther Ebner)	335
21.1	Der allgemeine Ablauf.....	335
21.2	Fallbeispiel A.....	338
21.3	Fallbeispiel B	341
21.4	Mögliche Schwierigkeiten sowie Umgangsmöglichkeiten mit diesen	345
21.5	Fallbeispiel C: Triggersituation Differenzierungsbild – Ressourcenbild	347

22. Mit EMDR am Symptom Albtraum arbeiten (Tanos Freiha).....	349
22.1 Posttraumatische Albträume – Fragmente und Rätsel im Gehirn?	349
22.2 Andere Albträume	352
22.3 Die Regisseurtechnik.....	353
23. EMDR-Erzählgeschichten bei Kindern (Dagmar Eckers).....	363
23.1 EMDR-Narrative bei Kleinkindern.....	364
23.2 Bearbeitung von Traumata aus dem Kleinkindalter	367
23.3 Entwicklungserzählgeschichten.....	369
23.4 Arbeitsweise bei Widerstand und Vermeidung.....	373
23.5 Akuttraumatisierung.....	376
23.6 Übersetzung von therapeutischem Spiel in Traumabearbeitung	378
23.7 Arbeit mit Albträumen.....	380
24. Einsatz von Geschichten in Kombination mit EMDR bei Erwachsenen (Christine Rost)	382
24.1 Der Einsatz von Imagination in der Therapie.....	382
24.2 Die Arbeit mit dem Inneren Kind	383
24.3 Der Einsatz von Geschichten in Kombination mit EMDR.....	384
24.4 Die Technik der Rettungsgeschichte für ein Kind.....	384
24.5 Die Technik der Geschichte zum Leben	388
25. EMDR und Sandspielarbeit (Gisela Roth)	392
25.1 Kinder spielen	392
25.2 Sandspiel.....	393
25.3 EMDR bei Kindern	401
25.4 Vorteile der Kombination von Sandspiel und EMDR	404
25.5 Beispiele	406
Abkürzungsverzeichnis.....	425
Index	426
Autorinnen und Autoren.....	430