Inhaltsverzeichnis

1	Grundlagen	16
1.1	EMDR als neurobiologisch informierter Psychotherapieansatz ..	16
	<i>A. Hofmann</i>	
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
1.2	EMDR als neuer Psychotherapieansatz	31
	<i>A. Hofmann</i>	
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
1.3	Krankheitsmodell von EMDR: AIP-Modell	42
	<i>A. Hofmann</i>	
1.3.1	Einleitung	42
1.3.2	Francine Shapiro (Wieder-)Entdeckung	43
1.3.3	Neurobiologie der Neurosen?	44
1.3.4	Neurobiologische Forschungen und EMDR	47
2	EMDR-Therapie in der Psychotherapie	50
2.1	Grundlagen der Behandlungsplanung (Phase 1 der EMDR-Behandlung)	50
	<i>A. Hofmann</i>	
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
2.2	Indikationen und Kontraindikationen	70
	<i>A. Hofmann</i>	
2.2.1	Einleitung	70
2.2.2	Indikationen	71
2.2.3	Kontraindikationen	71
2.3	Vorbereitung und Stabilisierung (Phase 2 der EMDR-Behandlung)	72
	<i>A. Hofmann</i>	
2.3.1	Phase 2: Vorbereitung und Stabilisierung	72
2.3.2	Indikation zur Traumabearbeitung	79
2.4	Bearbeitung einer Erinnerung mit EMDR (Ablaufschema Phasen 3–8)	80
	<i>A. Hofmann</i>	
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
2.5	Reprozessieren – das zentrale Element der EMDR-Therapie	91
	<i>A. Hofmann</i>	
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
2.6	Forschungen zu den Wirkmechanismen von EMDR	101	2.6.6	Beziehung von EMDR und REM-Schlaf	105
	<i>A. Hofmann, M. Lehnung</i>		2.7	Nebenwirkungen, Risiken und Grenzen	106
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
3	EMDR-Behandlungstechniken	110			
3.1	EMDR-Standardvorgehen und Standardprotokoll	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	3.4	Weitere EMDR-Techniken	125
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
3.2	Veränderung der Bearbeitungsreihenfolge	115	3.4.3	EMDR-CIPOS	129
	<i>A. Hofmann</i>		3.4.4	Erzählgeschichten	130
3.2.1	Bearbeitung von Überzeugungssystemen	116	3.5	EMDR online	133
3.2.2	Umgedrehtes Standardprotokoll . .	117		<i>M. Lehnung</i>	
3.3	Veränderung des Fokus	119	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

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

4.8	Soldaten und Veteranen.	195	4.12	EMDR bei Schmerzstörungen	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 Bundeswehrein- sätzen 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 Bundeswehrein- sätzen.	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
4.9	Traumafolgestörungen bei Menschen mit Migrations- hintergrund.	203	4.12.7	Ausblick	243
	<i>V. Tumani, A. Hofmann</i>		4.13	Zwangsstörungen	243
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
4.10	EMDR in der Behandlung komplex Traumatisierter.	208	4.13.4	Weitere Behandlungsplanung	244
	<i>M. Lehnung, A. Hofmann, F. Ebner</i>		4.14	EMDR und Psychosen	246
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
4.11	Behandlung anderer durch pathogene Erinnerungen (mit) verursachte Störungen.	231	4.15	Forensische Patienten.	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 PTBS-Symptome durch das Tatgeschehen.	252
4.11.5	Dissoziative Krampfanfälle	236	4.15.5	Fazit	252
4.11.6	Atypische Medikamenten- unverträglichkeit	236			

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