

EMDR meets Hypno

Workshop 10.05.2024

09.-12.05.2024 Hypnotage Wien - Grenzen Überwinden

Mag. Martina Hopfner

Inhalt

1. Entwicklung von EMDR
2. Adaptive Information Processing System (AIP)
3. EMDR heute: EMDR Therapie, Protokolle und Techniken
4. Ablauf von EMDR: 8 Phasen
5. Indikationen und Kontraindikationen
6. Fallbeispiele und praktische Übung(en)

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien - Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

Entwicklung von EMDR

35 Jahre Entwicklung von EMDR – Dr. Francine Shapiro

- 1987 Konzept als EMD durch Dr. Francine Shapiro
- 1989 erste Publikation RCT (Kriegsveteranen und Überlebende von sexueller Gewalt) – signifikante Desensibilisierung und Symptomreduktion nach einer Sitzung EMD
- Beobachtung der Generalisierung der Effekte und Zugang zu weiteren Erinnerungen- Hypothese des RE-Prozessierens von Erinnerung- 1991 von EMD zum EMDR
- 1995 Veröffentlichung eines Theoriekonzeptes: Accelerated Information Processing Model
- 2001 Umbenennung in Adaptive Information Processing Model (AIP)
- 2010 Umbenennung von EMDR in **EMDR Therapie**

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

Entwicklung von EMDR

- Beobachtung → Technik
- Technik → Therapie
- Desensibilisieren → Reprozessieren
- Reprozessieren → Integration
- PTBS → verschiedene Populationen
in verschiedenen klinischen Kontexten, auch Kinder
- einzelne traumatische Erfahrungen
→ langjährige Entwicklungstraumata,
bindungs-basierte Probleme
- Individuell → Gruppenbehandlung
- Behandlungsraum → Katastrophenort

= von Desensibilisierungstechnik zu Therapieansatz

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

EMDR: internationale Anerkennung- PTBS

- Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaft. Medizin. Fachgesellschaften in D: Leitlinie PTBS (2001, 2019), wissenschaftlicher Beirat für Psychotherapie (2006), Integration in Richtlinien-Psychotherapie (2014)
- World Health Organization (WHO, 2013) bei Erwachsenen und Kindern
- International Society for Traumatic Stress Studies (ISTSS, 2000,2018)
- Australian National Health and Medical Research Council (2007, 2013)
- UK National Institute for Health and Care Excellence (NICE, 2005, 2018)
- Haute Autorité de la Santé (Frankreich) (2007)
- Department of Veterans Affairs & Department of Defense (2010, 2023). *VA/DoD Clinical Practice Guideline for the Management of Post-Traumatic Stress*. Washington, DC: Veterans Health Administration, Department of Veterans Affairs and Health Affairs, Department of Defense.
- Dutch National Steering Committee Guidelines Mental Health Care (2013)

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

EMDR: das AIP Modell als Leitlinie für Diagnose und Behandlung

adaptive Information Processing System (AIP): physiologisches System im Gehirn, versucht emotionale Belastungen zu einer adaptativen Lösung zu bringen

hohes Maß an Arousal verbunden mit belastenden Erfahrungen unterbricht/ stört Prozess der Informationsverarbeitung → Information ungenügend verarbeitet, dysfunktional in zustandsabhängiger Form gespeichert (implizit)

Implizites Gedächtnis: im gesamten Nervensystem lokalisiert, speichert Verhalten, Sensationen von Schlüsselstimuli und Konditionierung für körperliche Reaktionen

Komponenten impliziten (= auch traumatischen) Gedächtnisses: sensorische Information, Kognitives, Gefühle, Körperempfindungen

Dieses Gedächtnis differenziert nicht zwischen Vergangenheit und Gegenwart !

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

EMDR: Status heute – EMDR Therapie

...integrativer, evidenzbasierter Psychotherapieansatz

Umfassender Behandlungsplan basierend auf *Modell der adaptiven Informationsverarbeitung (AIP)* von Francine Shapiro : **gegenwärtige Probleme werden durch störende (pathogene) Erinnerungen bewirkt, die nicht adäquat verarbeitet wurden**

Maßgeblicher Bestandteil des Behandlungsplanes: systematisches Fokussieren auf die Bearbeitung pathogener Gedächtnisstrukturen (aufgrund von negativen Lebenserfahrungen), welche einen fortgesetzten negativen Einfluss auf eine Person haben, dadurch klinische Symptome verursachen und aufrechterhalten

Symptome werden reduziert oder aufgelöst, **wenn diese Erinnerungen zu einer Lösung hin verarbeitet werden unter Einsatz von Bilateraler Stimulation mit Dualer Aufmerksamkeit** (1 Fuß in Vergangenheit, 1 Fuß in Gegenwart)

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

EMDR: Status heute- Protokolle und Techniken

EMDR Behandlungs"protokolle" (= Behandlungsplanungen): = Standardvorschlag zur Behandlungsplanung = Targeting wirksamer Erinnerungen für spezifische Störungen oder Symptome oder spezielle klinische Situationen

Ziel: Teilweises oder vollständiges **Reprozessieren von Erinnerungen**, die zu den gegenwärtigen Problemen der Klientin/des Klienten beitragen, dadurch Reduktion bzw. Elimination von Symptomen

Stand Alone Intervention oder Teil einer umfassenden PT,
Vorteile von Protokollen: kurz, effektiv, zugänglich, leistbar

EMDR (Kurz-)Techniken: u.a. auch ressourcenfokussierte Techniken zur Ergänzung der EMDR Therapie in Vorbereitung der Behandlung (Ziele z.B.: Erhöhung von Stabilität durch Desensibilisierung von (Teilen von) Erinnerungen, Verstärkung positiver Erinnerungen. Teilweise auch zur Selbstanwendung von Klient*innen

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

EMDR: Status heute - Standard EMDR Therapie

Standard EMDR Therapie:

8 Phasen, 3 zeitig (V/G/Z) für

- Erinnerungen von negativen Lebenserfahrungen, die den gegenwärtigen Problemen zu Grunde liegen
- gegenwärtige Situationen, die Störungen und maladaptive Reaktionen hervorrufen,
- und antizipierte Zukunftsszenarien, die adaptive Antworten erfordern

von Behandlungsmethode für PTBS ...

... zum effektiven Behandlungsansatz für weites Spektrum von Diagnosen ...

... in einer Vielzahl von Kontexten und Behandlungssettings mit diversen Populationen

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

EMDR: Status heute- EMDR Therapie in 8 Phasen

8 Phasen beschreiben den Ablauf der gesamten Behandlung

- Phase 1 Anamnese und Behandlungsplan
- Phase 2: Vorbereitung/Stabilisierung – Entscheidungsfindung ob und wann ein/e Klient*in für die Bearbeitung bereit ist, Vorbereitung, Aufklärung
- Phase 3: genaue Bewertung der zu bearbeitenden Erinnerung/Erfahrung
- Phase 4- Desensibilisierung
- Phase 5- Verankerung
- Phase 6- Körpertest
- Phase 7- Abschluss
- Phase 8- Überprüfung

Reprozessieren

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

EMDR: Indikationen und Kontraindikationen

Indikation für EMDR:

Symptome und Störungsbilder, die auf pathogenen Erinnerungen beruhen oder durch diese verschlimmert werden

Vorsicht und Supervision bei:

- lebensgefährlichem Drogenmissbrauch
- schweren Selbstmordversuchen oder schwerer Selbstverletzung
- schwerem gewalttätigem Verhalten
- dissoziativen Störungen, FDS > 25
- schweren körperlichen Erkrankungen mit Einschränkung der physischen Belastbarkeit
- schwebenden Gerichtsverfahren
- (Schwangerschaft)

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

Entwicklung von EMDR: Indikationen

- PTBS und komorbide psychiatrische Erkrankungen
- Bipolare Störungen
- Depressionen
- Psychotische Erkrankungen
- Chronische Schmerzen, Schmerzkrankungen
- Angsterkrankungen
- Zwangserkrankungen
- Suchterkrankungen
- Essstörungen
- Prolongierte Trauer, Demenz, Allergie, Tinnitus, ... ,...
- **Veränderung dysfunktionaler Glaubenssätze!!**

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

Zu EMDR: Francine Shapiro



© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024

Zu EMDR: Video EMDR Fachgesellschaft D

► <https://www.youtube.com/watch?v=iQzw1J1SUIM>

zertifizierte Therapeut*innen/Behandler*innen
nach den Standards der Dachgesellschaft EMDR Europe
und der Österreichischen Fachgesellschaft sowie weitere
Information

siehe www.emdr-fachgesellschaft.at

© Mag. Martina Hopfner EMDR meets Hypno: Workshop 10.05.2024 im Rahmen der Hypnotage Wien- Grenzen überwinden 09.-12.05.2024