

Von Zeit zu Zeit möchten wir Institute, Organisationen und Einrichtungen vorstellen, die sich mit den Themen Trauma und Gewalt beschäftigen. Wenn sie ihre Einrichtung in dieser Rubrik vorstellen möchten, wenden sie sich an die Redaktion.

## Das EMDR-Institut Deutschland

Als ich im Frühjahr 1991 zum ersten Mal erfuhr, dass eine Forscherin in Palo Alto die Folgen psychischer Traumatisierungen mithilfe von Augenbewegungen behandeln könne, erschien mir dies – trotz der Begeisterung, mit der einige Kollegen davon berichteten – wenig glaubwürdig. Da ich mich ohnehin zu einer Residency (ärztliche Weiterbildung) am Mental Research Institute (MRI) in Palo Alto aufhielt und die Forscherin, die diese Idee entwickelt hatte, ihr Zimmer ein Stockwerk über unserem Zimmer in der Middlefieldroad 555 hatte, beschloss ich sie zu besuchen und mit ihr zu sprechen. Entgegen meinen Erwartungen war Dr. Francine Shapiro sehr gut informiert und belesen, und am Ende des Gesprächs war ich auf ihre neuentwickelte EMDR-Methode neugierig geworden.

Nach meiner Facharztausbildung hatte ich, um meine Ausbildung in systemischer Psychotherapie bei Paul Watzlawick, Dick Fisch und John Weakland abzuschließen, viel Zeit im Team und hinter der Einwegscheibe des MRI verbracht. Nun entschloss ich mich, das EMDR-Einführungsseminar zu besuchen, und machte während des Praktikums eine sehr überzeugende Selbsterfahrung mit der neuen Methode. Ich war erstaunt. Noch im gleichen Jahr konnte ich

meine EMDR-Ausbildung absolvieren und wurde einige Zeit später eingeladen, Teil des internationalen Ausbildungsteams des EMDR-Institutes zu werden.

Am MRI und in der ebenfalls in Palo Alto gelegenen Stanford Universität gab es zudem eine sehr nette Arbeitsgruppe zu dissoziativen Störungen. So trat ich mit vielen neuen Informationen, auch über komplexe psychische Traumafolgestörungen, meine neue Stelle in der Klinik Hohe Mark in Oberursel bei Frankfurt an.

Mit meiner neuen Sichtweise entdeckte ich in der Klinik viele Patienten mit posttraumatischer Belastungsstörung, denen ich mit EMDR helfen konnte. Dies sprach sich herum. Auf die wachsende Zahl von Gewalt- und Unfallopfern, die um eine Behandlung baten, konnten wir nur mit einer Warteliste reagieren. Diese Menschen wurden selten als Traumatisierte erkannt und fanden noch seltener therapeutische Hilfe, die internationalen Standards entsprach. Sie nahmen nun Kontakt mit der Klinik auf, hatten aber meist davor oder danach kaum ambulante Behandlungsmöglichkeiten. Deutschland erwies sich in der Behandlung von Traumafolgestörungen als Entwicklungsland.

Da ich für meine Traumapatienten in Deutschland keine Supervisoren fand, flog ich in den nächsten Jahren zweimal pro Jahr in die USA und lud auch einige meiner neuen Kollegin-

nen und Kollegen zu den Fortbildungen ein.

Schon in kurzer Zeit entwickelte sich mit Dr. Christine Rost, Dipl.-Psych. Martina Tiedt-Schütte und Dr. Franz Ebner ein Team, das international ausgebildet war und mein Anliegen der verbesserten Versorgung von Traumapatienten teilte. 1994 wurden wir die erste deutsche psychiatrische Schwerpunktstation für Traumapatienten in der Klinik Hohe Mark.

Um unsere Trauma-Patienten auf mehr ambulante Kolleginnen und Kollegen verweisen zu können, beschlossen wir, selbst in der traumaspezifischen Ausbildung aktiv zu werden, und luden 1995 zum ersten EMDR-Seminar in Deutschland nach Kassel ein. Damit war die EMDR-Methode endgültig nach Deutschland gebracht und das deutsche EMDR-Institut begründet. Ab 1996 boten wir, in Kooperation mit dem Lehrstuhl für klinische Psychologie der Universität zu Köln, weitere Ausbildungsseminare in Köln an. Kurz danach wurde ich aufgefordert, in der neuen Traumaambulanz der Kölner Universität mitzuarbeiten und dort ein Forschungsprojekt zur Behandlung von Gewaltopfern durchzuführen.

1997 schloss ich meine Trainerausbildung bei Dr. Shapiro ab und wurde von ihr eingeladen, EMDR-Ausbildungen im deutschsprachigen Raum zu etablieren.

Unser erstes EMDR-Seminar hielten wir im November 1997 vor Psychologen der Deutschen Bahn AG in Bad Homburg. Als 7 Monate später, am 3. Juni 1998, der ICE-Zug »Wilhelm Conrad Röntgen« bei Eschede

verunglückte und 101 Tote und viele Verletzte zu beklagen waren, wandte sich Frau Edith Grzesitza, eine der zuständigen Bahnpsychologinnen, an uns. In der Folge ergab sich ein Hilfs- und Forschungsauftrag für die Universität Köln durch die Bahn AG. Wir bauten, so gut dies ging, eine psychotherapeutische Versorgung für die Opfer und trauernden Angehörigen auf. Viele fanden im psychiatrisch-psychotherapeutischen Versorgungssystem keine angemessene Behandlung. Wir baten daher die Mitglieder des wachsenden EMDR-Institutsteams, regionale Nachsorgegruppen zu bilden und die Opfer so zu unterstützen. Dies war der Kern für das heutige Netzwerk von über 90 qualifizierten EMDR-Supervisoren unseres Institutes. Mit ihrem Erfahrungsspektrum (Psychoanalyse, VT, GT, systemische Therapie und humanistische Verfahren) und ihrem Expertenwissen bilden sie die Basis unserer EMDR-Ausbildung.

Rückblickend war die Zeit um das Zugangsglück in Eschede ein wichtiger Wendepunkt für den Umgang mit psychischer Traumatisierung in Deutschland. In der Folge kam es zu einer Verstärkung des Interesses psychotherapeutisch tätiger Kolleginnen und Kollegen an traumaspezifischer Psychotherapie und der EMDR-Methode. Für mich ergab sich eine Einladung in die Leitlinienkommission zur Behandlung posttraumatischer Belastungsstörungen und für Dr. Shapiro eine Einladung zu den Lindauer Psychotherapiewochen. Mit einer Gruppe von traumatologisch erfahrenen Kollegen bildeten wir den Gründungsvorstand der deutschsprachigen Gesellschaft für Psycho-

traumatologie (DeGPT) und der deutschen Fachgesellschaft für EMDR (EMDRIA e.V.), die heute beide über 1000 Mitglieder haben und die Entwicklung in diesem Bereich weitertragen. Europaweit haben sich in den Folgejahren über 15 Europäische EMDR-Fachgesellschaften (mit über 5000 Mitgliedern) zu der Fachgesellschaft »EMDR-Europe« zusammengeschlossen und sichern heute den Qualitätsstandard der EMDR-Methode ([www.EMDR-Europe.org](http://www.EMDR-Europe.org)).

Im Jahr 2000 fand das EMDR-Institut Deutschland dauerhaft seinen Sitz in Bergisch Gladbach, und es folgten Einladungen, bspw. nach München, Berlin, Hamburg, Frankfurt, die Schweiz, Österreich, die USA und an die Peking Universität in China. Mit Lutz Besser, Dipl.-Psych. Dagmar Eckers und Dr. Beatrix Musaeus-Schürmann bildete sich, zusammen mit PD Dr. Karl Heinz Brisch von der Universität München, am EMDR-Institut Deutschland eine eigene Sektion für Kinder und Jugendtherapeuten.

Von Prof. Bessel van der Kolk wurde ich 2003 nach Boston eingeladen, um unsere Behandlungsansätze mit EMDR in einem Vortrag bei der traditionellen Trauma-Konferenz der Harvard Universität und der Boston University vorzutragen. Im gleichen Jahr bekam ich auf der Fachkonferenz der Internationalen Fachgesellschaft für EMDR (EMDRIA) einen Preis für meine Arbeiten verliehen.

Das EMDR-Institut Deutschland entwickelte sich personell, räumlich und inhaltlich weiter.

Die EMDR-Ausbildung ist modular aus drei Elementen aufgebaut, die von den Ausbildungskandidaten in einem individuellen Zeitrahmen absolviert werden können. So arbeiten manche Therapeuten stationär

und haben zu Beginn der EMDR-Ausbildung Schwierigkeiten, erste Patienten zu finden, die nicht schwer komplex traumatisiert sind. Sie benötigen mehr Zeit für ihre Ausbildung. Anderen gelingt es schneller, EMDR in den Ablauf ihrer ambulanten Praxis einzubauen.

Ein beliebtes Angebot unserer Supervisoren sind so genannte »Ausbildungsgruppen«. Sie beginnen gemeinsam die Ausbildung, treffen sich ca. alle zwei Monate mit einem Supervisor, besprechen Fälle, üben regelmäßig EMDR und lernen mit Patienten in selbstfürsorglicher Weise umzugehen. Letzteres erscheint uns besonders wichtig, da wir auf unserer Traumastation in Frankfurt selbst erlebt haben, dass so genannte »sekundäre Traumatisierungen« von Therapeuten nicht selten sind. Man kann aber lernen, diese Art von Traumatisierungen zu erkennen und sich davor zu schützen.

Das entscheidende Element unserer EMDR-Einführungsseminare ist die Selbsterfahrung mit EMDR in kleinen Zweier- oder Dreiergruppen, die von einem erfahrenen EMDR-Ausbilder betreut werden. Alle unsere Ausbilder, wie auch unser EMDR-Trainer, sind von EMDR-Europa zertifiziert und anerkannt. Hier wollen wir an der Qualität keine Abstriche machen.

Neben der Ausbildung ist das EMDR-Institut schon früh im Bereich der Forschung und Weiterentwicklung der Methode tätig gewesen. Gleichwohl halten wir uns an die Leitlinie, in unseren Seminaren nur Inhalte zu vermitteln, die sich sowohl in der klinischen Praxis bewährt haben als auch wissenschaftlicher Prüfung standhalten.

Drei Schwerpunkte der Innovationsentwicklung in unserem Institut sind derzeit:

1. Die Entwicklung eigenständiger Behandlungsprotokolle bei stoffgebundenen Süchten. Hier hat Dr. Michael Hase, einer unserer Trainer, mit seiner kontrollierten Studie am LKH Lüneburg den Nachweis geführt, dass EMDR das Craving von Süchtigen entscheidend reduzieren und so die Rückfallrate signifikant senken kann. Die Arbeit wurde veröffentlicht (s.u.) und findet in Deutschland und international gute Resonanz. Dr. Hase bietet an unserem Institut ein spezielles Seminar zum Thema »EMDR bei Suchtpatienten« an.
2. Ein zweiter Bereich der Weiterentwicklung von EMDR ist die Behandlung von Schmerzstörungen mit EMDR, speziell von Phantomschmerz. Dr. Christine Rost, Peter Liebemann, Dr. Jens Schneider und ich forschen seit längerem klinisch in diesem Bereich und haben gemeinsam mit Dr. Shapiro eine Fallserie und Empfehlungen zur Behandlung von Phantomschmerz in zwei amerikanischen Journalen veröffentlicht. Seither bieten wir auch zum Thema »EMDR bei Schmerzbehandlung« spezielle Seminare an.
3. Eine bedeutsame Weiterentwicklung mit großer Nachfrage richtet sich auf die häufig schwierige Behandlung komplexer Traumafolgestörungen. Mit der Entwicklung adaptierter Ressourcenaktivierung und des »umgedrehten Standardprotokolls« haben wir Vorgehensweisen entwickelt, die diesen Patienten besser entsprechen. Frau Dr.

Christine Rost hat im letzten Jahr ein Handbuch zu »Ressourcenarbeit mit EMDR« herausgegeben. Eine geplante Forschungsstudie zur Behandlung komplex traumatisierter Patienten in Kooperation mit PD Dr. Martin Sack von der Universität München beginnt in diesem Jahr. Das von uns angebotene EMDR-Fortgeschrittenenseminar orientiert sich an diesen Forschungsergebnissen und Vorgehensweisen.

Insgesamt ist das Team des EMDR-Instituts Deutschland heute auf über 40 Mitarbeiter angewachsen; in den letzten 12 Jahren hatten wir über 6500 Absolventen unserer Seminare. Viele der Absolventen sind mit regionalen EMDR-Supervisoren weiter vernetzt. Sie sind in regionalen Traumazentren, stationären Programmen und ambulanten Netzwerken aktiv. Zu ihrer Unterstützung hat unser Institut bislang zahlreiche Fachartikel veröffentlicht sowie 8 Bücher verfasst oder mit herausgegeben. Eines dieser Bücher ist das mittlerweile in der 4. erweiterten Auflage bei Thieme erschienene Grundlagenbuch »EMDR – Therapie psychotraumatischer Belastungssyndrome«, das wichtige Aspekte unserer Ausbildungsinhalte vertieft.

Insgesamt haben sich nach meiner Einschätzung durch unsere Arbeit im EMDR-Institut die Chancen für Traumaopfer, in Deutschland eine angemessene und internationalen Standards entsprechende psychotherapeutische Behandlung zu bekommen, deutlich verbessert. Wir werden weiter forschen und arbeiten, um die Behandlung von traumatisierten Patienten auch in unserem Gesundheitssystem selbstverständlich werden zu lassen.

## Literatur

- Hofmann, A. (2005). EMDR – Therapie psychotraumatischer Belastungssyndrome (4. Aufl.). Stuttgart: Thieme.
- Rost, C. (2008.) Ressourcenarbeit mit EMDR – vom Überleben zum Leben. Paderborn: Junfermann.
- Schneider, J., Hofmann, A., Rost, C. & Shapiro, F. (2007). EMDR and Phantom Limb Pain – Theoretical Implications, Case Study and Treatment Guidelines. *Journal of EMDR Practice and Research*, 1 (1), Seiten. (Artikel als PDF frei erhältlich unter <http://www.emdr.de>)
- Reddemann, L., Hofmann, A. & Gast, U. (2004). Psychotherapie der dissoziativen Störungen. Stuttgart: Thieme.
- Flatten, G., Gast, U., Hofmann, A., Liebermann, P., Reddemann, L., Wöller, W. & Petzold, E. R. (2004). Leitlinien: Posttraumatische Belastungsstörung – Quellentext (2. erw. Auflage). Stuttgart: Schattauer.
- Hase, M., Schallmeyer, S. & Sack, M. (2008). EMDR Reprocessing of the Addiction Memory: Pretreatment, Posttreatment, and 1-Month Follow-Up. *Journal of EMDR Practice and Research*, 2 (3), 170–179.

## Zur Person



*Dr. med. Arne Hofmann, Facharzt für Innere und Psychotherapeutische Medizin, ist Gründer und Leiter des EMDR-Instituts Deutschland. Er führte die einzige von Dr. Shapiro anerkannte EMDR-Ausbildung in Deutschland ein. Dr. Hofmann ist Gründungsvorstand der deutschsprachigen Fachgesellschaft für Psychotraumatologie (DeGPT), von EMDRIA e.V. Deutschland und der europäischen Fachgesellschaft EMDR-Europa. Seine Arbeiten zu EMDR wurden 2003 bei der Tagung der internationalen Fachgesellschaft mit dem »Ronald Martinez Memorial Preis« ausgezeichnet.*

## Kontaktadresse

EMDR-Institut Deutschland  
 Dr. Arne Hofmann  
 Dolmanstr. 86 b  
 51427 Bergisch Gladbach  
 Tel.: 0 22 04 - 2 58 66  
 Fax: 0 22 04 - 96 31 82  
 info@emdr-institut.de

## EMDR-Institut Deutschland

der autorisierte Partner des EMDR-Instituts von Francine Shapiro PhD, USA



**EMDR** ist eine von Dr. Shapiro (USA) entwickelte erfolgreiche Psychotherapiemethode zur Behandlung von Traumafolgerkrankungen und ist gut integrierbar in jedes Psychotherapieverfahren. Die praxisnahe Ausbildung erfolgt in supervidierten Kleingruppen und ist mit **Fortbildungspunkten** zertifiziert. 2006 wurde EMDR als wissenschaftliche Methode anerkannt.

**Dr. Arne Hofmann** und sein Team sind in Deutschland die einzigen von Dr. Shapiro autorisierten EMDR-TrainerInnen.

### EMDR-Einführungs-Seminare mit Praxistag

05.-07.02.09 + 27.03.09 **Köln**  
 27.02.-01.03 + 25.04.09 **Berlin**  
 06.-08.03.09 + 28.03.09 **Frankfurt/Main**  
 26.-28.03.09 + 12.06.09 **Chemnitz**  
 12.-14.06.09 + 19.09.09 **Bad Segeberg/Hamburg**  
 18.-20.06.09 + 28.08.09 **Köln**  
 03.-05.07.09 + 10.10.09 **Stuttgart**  
 23.-25.10.09 + 28.11.09 **München**  
 05.-07.11.09 + 04.12.09 **Köln**  
 27.-29.11.09 + 23.01.10 **Königsutter**

### Info und Anmeldung:

D - 51427 Bergisch Gladbach  
 Telefon: +49 - (0) 22 04 - 2 58 66  
 Telefax: +49 - (0) 22 04 - 96 31 82

### EMDR-Institut

Dolmanstraße 86 b  
 www.emdr.de  
 info@emdr-institut.de

[www.klett-cotta.de/psycho](http://www.klett-cotta.de/psycho)



Sabine Bode  
**Kriegsenkel**  
 Die Erben der vergessenen Generation

2009, 304 Seiten,  
 gebunden mit  
 Schutzumschlag  
 € 21,90 (D)  
 ISBN 978-3-608-94550-8

Die Kinder der Kriegskinder

**KLETT-COTTA**