Was ist EMDR?

EMDR steht als Abkürzung für Eye Movement Desensitization and Reprocessing. **EMDR** wurde in den Jahren 1987 - 1991 von Dr. Francine Shapiro entwickelt. Alles begann mit einem Zufall: Auf einem Spaziergang bemerkte sie, dass stark belastende Gedanken plötzlich verschwanden und nicht wiederkamen. Sie recherchierte, was an diesem Spaziergang so besonders war und fand heraus, dass ihre Augen sich ständig – bedingt durch den Lichteinfall der Bäume – hin und her bewegten. Aus diesen zufälligen Augenbewegungen entwickelte Dr. Shapiro das Konzept einer Serie von gezielten Augenbewegungen, genannt "bilaterale Stimulation".
In seiner ursprünglichen Form sah das Setting vor, dass der Klient mit seinen Augen den Bewegungen der Hand des Therapeuten folgt, während er gleichzeitig mit seiner Wahrnehmung auf einen speziellen inneren Fokus gerichtet ist. Da das Verfahren sich am Anfang ausschließlich der Augenbewegungen bediente, erhielt es den Namen **EMDR**. Heute gibt es neben den klassischen Augenmustern noch differenziertere Bewegungen sowie auch auditive und kienästhetische Stimulationsformen.
Zunächst erprobte sie **EMDR** an Freunden, Bekannten und Kollegen und schließlich an den ersten Klienten. Danach folgten intensivste Studien speziell mit Traumapatienten, wie Vietnam-Veteranen, Missbrauchsopfern und anderen Personen mit PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung).
Mittlerweile findet **EMDR** auch Anwendung bei nahezu sämtlichen Angststörungen, Phobien, substanzgebundenen Süchten, Psychosomatischen Störungen, Schmerzzuständen, und die Indikation weitet sich immer mehr aus. Sogar ein spezielles Coaching-Konzept wirkt höchst effizient auf der Basis von **EMDR**.

Wie wirkt EMDR?

Man weiß, dass normalerweise Erlebnisse vom Gehirn bearbeitet und abgespeichert und wenn nötig geheilt werden, so wie eine kleine Schnittwunde ganz von selbst im Laufe der Zeit verheilt. Ein starkes Trauma jedoch überfordert diese Verarbeitungsfähigkeiten. Dadurch kann es zu allen denkbaren Störungen, Ängsten und Blockaden kommen. Das weitere Leben steht im Schatten des Erlebten. **EMDR** wirkt direkt auf die für Heilung wichtigen neuronalen Bahnungen im Gehirn und lässt sich mit jedem zur Zeit gültigen Therapiekonzept in Einklang bringen - „neurons, that fire together, wire together“.

Die unterschiedlichsten Langzeitstudien mit **EMDR** weisen nach, dass dieses Verfahren schneller und besser wirkt, als sämtliche anderen bekannten Therapiekonzepte. Wenn sich heute in der Zeitung Berichte über Amokläufer, Sparkassenüberfälle etc. finden, können wir davon ausgehen, dass fast immer sofort **EMDR**-Therapeuten hinzugerufen werden, um im Rahmen einer therapeutischen Erstintervention traumatisches Geschehen von den Opfern abzuwenden – mit Erfolg!
In meiner eigenen Praxis bestätigen sich diese Ergebnisse. Das Arbeiten mit **EMDR** ist ein spannender Prozess, bei dem Klient und Therapeut gleichermaßen die Veränderungen wahrnehmen können. Milton Erickson hat schon gesagt: „Es ist in der Therapie nie verkehrt, wenn nicht nur der Therapeut mitbekommt, dass sich beim Klienten etwas verändert hat“. Gerade hier liegt eine absolute Stärke von **EMDR**.

Ich habe in meiner bisherigen Praxis kein Verfahren kennen gelernt, das so schnell so intensiv wirkt – auf jeder Ebene.

In den Studien wird viel Wert darauf gelegt, ehemalige Klienten nach längeren Zeiträumen erneut zu befragen. Und die Ergebnisse sind mehr als zufrieden stellend. Insbesondere, weil der Therapieerfolg innerhalb weniger Sitzungen erreicht wird – oftmals genügen zwei bis vier Sitzungen.

Dennoch ist **EMDR** kein Wundermittel. So macht es keinen Sinn, einen Klienten zu behandeln, der nicht bereit ist, den sekundären Krankheitsgewinn aufzugeben. Ferner darf und sollte eine Behandlung nur von einem Therapeuten durchgeführt werden, der qualifiziert in EMDR ausgebildet ist.

Mittlerweile verknüpfe ich **EMDR**-Techniken mit NLP-Formaten, Dynamind, MFT (Mentalfeldtherapie) und KiP (Katathym imaginativer Psychotherapie). Auch hier sind die Ergebnisse in Coaching-Prozessen einzigartig.

Welche Ausbildungsmöglichkeiten gibt es?

Die **EMDR**-Ausbildung ist heutzutage weltweit sehr stark reglementiert. Es war bis jetzt ausschließlich Psychologischen Psychotherapeuten mit Kassenzulassung und Ärzten möglich, sich in **EMDR** ausbilden zu lassen. Ich habe seinerzeit meine **EMDR**-Ausbildung in Wien absolvieren können und bin wohl einer der ganz wenigen HP´s für Psychotherapie, dem dies möglich war. Nach mir wurde diese Tür auch in Österreich geschlossen – dort gibt es jetzt die gleichen strengen Zulassungsvoraussetzungen wie überall auf der Welt.

Die Arbeit mit **EMDR** erfordert sicherlich viel Verantwortungsbewusstsein und Kompetenz, aber nicht jeder ist gleich unqualifiziert, um mit dieser hochwirksamen Methode arbeiten zu können, nur weil er nicht Arzt oder Kassentherapeut ist...
Es wäre schade, einer großen Zahl von Therapeuten und Coaches ein Instrument vorzuenthalten, dass ihnen und ihren Klienten ein wahrer Segen sein kann. Aus diesem Grund bildet die PAPB (Private Akademie für Psychologische Bildung) seit einiger Zeit profund in **EMDR** aus.
Zudem kann die Arbeit mit einem exklusiven Werkzeug wie **EMDR** sowohl im Coaching als auch in der Therapie eine wesentlich verbesserte Marktpositionierung ermöglichen.
Und so eignet sich **EMDR** für therapeutisches Arbeiten genauso, wie für Beratung, Coaching und Training.

Das Training setzt sich zusammen aus zwei Ausbildungseinheiten. Die Ausbildung schließt ab, mit einem Zertifikat in **EMDR**, anerkannt vom VDH (Verband Deutscher Heilpraktiker), anerkannt von der DGMT (Deutsche Gesellschaft für Mentales Training).

Inhalte der Ausbildung werden sein:

- Setting - äußere und innere Sicherheit des Klienten (spezifische Grounding-Techniken)
- Übertragung und Gegenübertragung bei EMDR
- Grundlagen der Traumatherapie
- Verfahren zur Aktivierung innerer Ressourcen
- Wirkfaktoren von EMDR
- Verfahren zur psychischen Stabilisierung
- **EMDR** - Protokolle (= Techniken, Verfahrensabläufe)
    - Standardprotokoll
    - Angstprotokoll
    - Phobieprotokoll
    - Trauerprotokoll
    - Allergieprotokoll
    - Protokoll bei Einzeltraumatisierung
    - Protokoll für Schmerzbehandlung
    - Protokoll für stoffgebundene Süchte
    - Protokoll zur Verhaltensänderung
    - Protokoll „Zahnarztangst“
    - Protokoll „Psychosomatik“
    - Protokoll zur Behandlung kurz zurückliegender traumatischer Ereignisse
- Indikation und Gegenindikation von EMDR
- EMDR bei Kindern
- Ressourcen-Etablierung
- Umgang mit Blockaden während der Sitzung
- Kognitives Einweben von Metaphern, Suggestionen und hypnotischen Sprachmustern
- **BiCo**® (Bilaterales Coaching) Level I und Level II
- CP-EMDR (Creative Processing)
- Einsatz von EMDR-Tools (Musik, Software, **EMDR** - Maschine)
- Kompatibilität mit anderen Methoden (NLP, Klopftechniken; Hypnose u.v.m.)

Diese Specials bietet die EMDR-Akademie ausschließlich in Hamburg an!

- maximal 20 Teilnehmer
- geschützte Übungsräume Eimsbüttel
- 8 Tage Ausbildung
- Filme zur vertiefenden Didaktik
- inklusive kleinem Catering
- Termine über das Netzwerk in HH und weiterhin die Aufnahme in die Intervisionsgruppe
- Bei Wunsch ist es möglich Fortbildungspunkte zu bekommen- bitte melden Sie sich vorher!

Termin für 2027

Kurs 2027 in Hamburg:

Kurs Teil 1: 24.09. - 27.09. 2027 Fr. Sa. So. (10-18 Uhr) - Mo (10-14 Uhr)
Teil 2: 12.11. - 15.11. 2027 Fr. Sa. So. (10-18 Uhr) - Mo (10-14 Uhr)

Die Kosten belaufen sich für beide Ausbildungseinheiten auf 1790.-€. Das Seminar ist von der MwSt befreit. *(verschiedene Zahlungsmodalitäten möglich)*

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 20 Personen, um einen optimalen didaktischen Erfolg zu gewährleisten.

Unsere **EMDR**-Ausbildungen finden in den schönen, hellen und warmen Räumen der Praxis: TherapieUndNetzwerk (TUN) in der Sillemstrasse 38 statt. (www.sillem38.de)

In der Sillemstrasse 38 ist die Ausbildung mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und zu Fuß von der Apostelkirche und der Osterstrasse gut zu erreichen.

Integratives Humanistisches Institut - Josef Sözbir- Sillemstrasse 38- 20257 Hamburg- 01792145549- 04023813871
www.emdr-hamburg.de und www.ihi-hamburg.de

Anmelden unter: josef@soezbir.de oder FAX: +49 40 18190435
Ausbilder ist:
©Private Akademie für Psychologische Bildung Andreas Zimmermann Innauenstr. 5 94060 Pocking – Inzing

ANMELDUNG EMDR-AUSBILDUNG

IHI- Hamburg im
TherapieUndNetzwerk
c/o Josef Sözbir
Sillemstrasse 38
20257 Hamburg

Hiermit melde ich mich verbindlich, gemäß der allgemeinen Geschäftsbedingungen zur **„EMDR-Ausbildung“** an.

EMDR Ausbildung in **Hamburg**:

beginnend am.…….....*(Die Anmeldung gilt verbindlich für zwei Einheiten)*

Zahlungsmöglichkeiten *(⊗ bitte ankreuzen)*

❍ Ich zahle per Überweisung *(4 Woche vor Seminarbeginn) (Rechnung wird zugesendet)*
€ 1790,- einmalig - für beide Einheiten

Name, Vorname:.....geb. am:.....

Wohnort, Straße:.....

Telefon:..... Handy:……..……..…….....…….....

E-Mail: .....Website:…….....…….....

Ort, Datum: .....Unterschrift: .....

Allgemeine Geschäftsbedingungen: siehe Webseite

Ich bin auf die EMDR Akademie gekommen durch: _____

Ich brauche Fortbildungspunkte von der Ärztekammer: ❍JA ❍ NEIN