

DianaKlinik
für Traumatologie
Bad Bevensen

EMDRIA Tag 2012 in Köln

Quo vadis EMDR ?

Zur Entwicklung der EMDR-Methode

Michael Hase
Diana Klinik Bad Bevensen

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
für Traumatologie
Bad Bevensen

Brief Eclectic Psychotherapy vs. EMDR

- ◆ EMDR vs. KVT 2 armige RCT
- ◆ N = 140 erwachsene PTBS Patienten
- ◆ EMDR und KVT sind wirksam
- ◆ EMDR schnellere Besserung
- ◆ Deutlichere Wirkung
- ◆ Etwas geringere Dropout Rate in EMDR

Nijdam et al. 2012 British Journal of Psychiatry

DianaKlinik
für Traumatologie
Bad Bevensen

EMDR vs. KVT bei Kindern mit PTBS nach Katastrophe

- ◆ 52 Kinder zwischen 4 und 18 Jahren
- ◆ PTBS nach Explosion einer Feuerwerksfabrik in Enschede (NL)
- ◆ 4 Sitzungen KVT o. EMDR (randomisiert) begleitet durch Arbeit mit den Eltern
- ◆ Prä, Post und 3 Monate Follow Up
- ◆ EMDR und KVT wirksam
- ◆ Im EMDR Ziele schneller erreicht

De Roos et al; 2011 European Journal of Psychotraumatology

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

Derzeitiger Stand

- ◆ EMDR ist eine psychotherapeutische Methode zur Behandlung der PTBS
- ◆ Mit eigenem Wirkungsmechanismus
- ◆ Mit wissenschaftlicher Anerkennung der Wirksamkeit:
 - ⇒ Bei Erwachsenen
 - ⇒ Und bald bei Kindern und Jugendlichen

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

Dr. Shapiro's Replik

- ◆ Ist EMDR nur eine ‚Traumaauflösungstechnik‘? (Greenwald)
- ◆ EMDR ist als ‚system of psychotherapy‘ anerkannt Prochaska & Norcross, 2010
- ◆ Studien zeigen dass EMDR durch Verarbeitung nicht traumarischer Erinnerung wirksam ist
 - ⇒ Bae, Kim, & Park 2008; de Roos et al. 2010

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

System of Psychotherapy

- ◆ Theorie der Psychopathologie
 - ⇒ AIP
- ◆ Veränderungstheorie
 - ⇒ AIP, Bilaterale Stimulation
- ◆ Theorie therapeutischer Beziehung
 - ⇒ Dualer Focus, Sicherheit im hier und jetzt
- ◆ Methodenintegration
- ◆ Nachweis der Wirksamkeit

Prochaska & Norcross, 2010

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

Körperdysmorphie Störung

- ◆ Fallserie 7 P. mit Körperdysmorpher St.
 - ⇒ Unklare Genese & schlechte Prognose
- ◆ Bei 6 Patienten Besserung unter EMDR
- ◆ Bei 5 Patienten komplette Remission
- ◆ Alle Patienten die ansprachen zeigten intrusive Symptom ihres vermeintlichen Defizits und berichteten über auslösende Ereignisse (Bemerkungen)

Brown et al. Behav Cognitive Psychol 1997, 25, 203-207

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

Studenten im Stress

- ◆ 30 Studenten mit starker Prüfungsangst wurden randomisiert
- ◆ EMDR vs. Biofeedback+Stressimpfung
- ◆ Prä und Post-Messung mit STAI etc.
- ◆ Beide Therapieformen waren effektiv
- ◆ EMDR in allen Belangen überlegen

Cook-Vienot & Taylor, J EMDR 2012 Volume 6, Number 2, 2012, pp. 62-72(11)

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

Kinder in Not

- ◆ 26 Kinder im Mittel 10 J. alt mit Selbstwert- und Verhaltensproblemen
- ◆ RCT EMDR vs. KVT
 - ⇒ EMDR ‚meaningful memories‘
- ◆ Fragebögen und Fremdrating
- ◆ Prä-, Post und 6 Monate Follow-Up
- ◆ Beide Therapieformen wirksam
 - ⇒ EMDR im Trend besser

Wanders et al. J EMDR Volume 2, Number 3, 2008, pp. 180-189(10)

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Pathogene Erinnerungen

- ◆ Implizite Erinnerungen haben eine profunde Bedeutung für das Funktionieren des Gehirns
- ◆ ‚Removing Pathogenic Memories‘
- ◆ Pathogene Erinnerung entfernen – eine neurobiologische Psychotherapie
- ◆ Effektive Psychotherapie muss maladaptive implizite Erinnerung entfernen

Centonze, D. et al. (2005) Molecular Neurobiology

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

AIP-Modell der adaptiven Informationsverarbeitung

- ◆ Im ZNS existiert ein **Informationsverarbeitungssystem**, das neue Information unter anderem durch das Herstellen angemessener Assoziationen verarbeitet.
- ◆ Unter bestimmten Bedingungen bricht dies Informationsverarbeitungssystem zusammen. Die Information bleibt unverarbeitet, isoliert, gleichsam "eingefroren,,"
- ◆ Die Augenbewegungen (oder alternative Stimuli) im EMDR-Prozess stimulieren das Nervensystem und scheinen das Informationsverarbeitungssystem anzustossen und die Verarbeitung in Gang zu setzen.

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

AIP-Modell der adaptiven Informationsverarbeitung

Adaptives Informationsverarbeitungsmodell (AIP)

- ◆ Das Krankheitsmodell der EMDR-Methode (Shapiro 2001)
- ◆ **Dysfunktionell gespeicherte Erinnerungsnetzwerke** sind Ursachen von psychischen und psychosomatischen Störungen
- ◆ Erklärt PTBS Symptome und andere implizite Erinnerungen (z.B. bei Sucht- und Schmerz)
- ◆ Das adaptive Selbstheilungssystem des Gehirns wird durch die Fokussierung und Stimulation der EMDR-Behandlung aktiviert
- ◆ Passt gut zur Forschung zu Netzwerken im Gehirn

©EMDR-Institut Deutschland

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

EMDR ist ...

- ◆ Eine psychotherapeutische Methode
 - ⇒ mit einer eigenen Krankheitslehre (AIP)
- ◆ Zentrale Elemente sind:
 - ⇒ Fokussierung
 - ⇒ Bilaterale Stimulation

©EMDR-Institut Deutschland

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

EMDR als Methode

- ◆ EMDR hat Behandlungsstrategien für spezifische Störungen (**Protokolle**)
 - ⇒ z. B. Standardprotokoll
- ◆ Jedes Protokoll kann verschiedene **EMDR-Techniken** enthalten
 - ⇒ z. B. umgedrehte Standardprotokoll
 - ⇒ Ressourcentechniken (Absorptionstechnik)
 - ⇒ CIPOS
 - ⇒ Technik zur Bearbeitung von Erinnerungen (Knoten)

Hofmann, A. 2003

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

Bedeutung der Stimulation

- ◆ Augenbewegungen reduzieren Distress (im Vergleich mit Blickfixation sign.)
Lee & Drummond (2007), J Anxiety Disorders
- ◆ Aktivierung von Erinnerungen
Parker (2009), Brain and Cognition
- ◆ Aktivierung cholinergischer Systeme & Inhibition sympathikotoner Systeme
u.a. Sack et al. (2008) J Anxiety Disorders

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR TRAUMATISIERUNG
BOD BEVENSEN

Alles Augenbewegungen ?

- ◆ 36 Probanden wurden gebeten an belastende Erinnerungen zu denken und:
 - ⇒ 1. Augenbewegungen (Schnell) durchzuführen
 - ⇒ 2. Zählen zuzuhören
 - ⇒ 3. Nur daran zu denken
- ◆ 1 & 2 reduzierten Lebendigkeit und emotionale Ladung der Erinnerung
- ◆ Augenbewegungen: stärkster Effekt

Kristiansdóttir & Lee J EMDR Volume 5, Number 2, 2011 , pp. 34-41(8)

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR TRAUMATISIERUNG
BOD BEVENSEN

EMDR im funktionellen Kernspintomographen

- ◆ Patientin mit PTBS wurde im funktionellen Kernspin untersucht
- ◆ Untersuchung in der EMDR Sitzung
- ◆ Im Ergebnis zeigte sich eine deutliche Veränderung der Aktivität im präfrontalen Cortex mit einer Verlagerung nach ventro-medial
- ◆ Deblockierung d. Informationsverarbeitung

Richardson et al. J EMDR Volume 3, Number 1, 2009 , pp. 10-23(14)

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR TRAUMATISIERUNG
BOD BEVENSEN

Pretreatment, Intratreatment, and Posttreatment EEG Imaging of EMDR: Methodology and Preliminary Results From a Single Case

- ◆ Während der ersten EMDR Sitzung, war der präfrontale Cortex während der Traumakonfrontation und während der Augenbewegungen in Phase 4 aktiv
- ◆ In der letzten EMDR Sitzung fand sich die vorherrschende Aktivität über temporalen, parietalen, und occipitalen Regionen in Verbindung mit einer deutlichen linksseitigen Lateralisation
- ◆ Diese Ergebnisse weisen auf eine Verarbeitung des traumatischen Ereignisses durch die EMDR Behandlung hin und bilden ein distinktes Muster neurobiologischer Aktivität während der Augenbewegungen in Phase 4 der EMDR Behandlung ab

Pagani et al. 2011 J EMDR

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

AIP-Modell der adaptiven Informationsverarbeitung

- ◆ Erklärt Trauma-Symptome (PTBS) u.a. durch implizite Erinnerungen. Aber auch
 - ⇒ z.B. Phantomschmerz
 - ⇒ Z.B. Suchtgedächtnis
- ◆ EMDR aktiviert das adaptive Selbstheilungssystem
- ◆ Passt gut zur Forschung mit Erinnerungsnetzwerken

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Suchtgedächtnis & EMDR

- ◆ Eine implizite, maladaptive, komplexe Gedächtnisformation
- ◆ Können wir das Suchtgedächtnis reprozessieren?
- ◆ Und wenn ja, wie?

Dr.med. Michael Hase www.diana-klinik.de

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Eine Pilotstudie - Alkoholabhängigkeit

- ◆ Hypothese: Das Suchtgedächtnis kann angesteuert und reprozessiert werden
- ◆ Reprozessierung des Suchtgedächtnis sollte zu einer Reduktion des Suchtdruck führen, die mit der OCDS messbar ist
- ◆ 30 stationäre Patienten werden untersucht: 15 Patienten werden zusätzlich zum Programm der qualifizierten Entzugsbehandlung mit zwei kurzen Sitzungen EMDR behandelt und mit 15 Patienten als Kontrollgruppe verglichen

Dr.med. Michael Hase www.diana-klinik.de

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Reprozessierung des SG =weniger Craving

Group	Prä	Post	P1M
EMDR	~20	~10*	~13*
Kontrolle	~20	~19	~21

* P < .05

Dr.med. Michael Hase www.diana-klinik.de

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

EMDR und chronischer Schmerz

- ◆ Chronischer Schmerz hat viele nachteilige Folgen
- ◆ 38 Patienten mit chronischem Schmerz wurden mit 12 Sitzungen EMDR behandelt
- ◆ Deutliche Effekte auf:
 - ⇒ Schmerzintensität
 - ⇒ Schmerz assoziierten negativen Affekt
 - ⇒ Depression und Angst

Mazzolla et al. J EMDR Volume 3, Number 2, 2009 , pp. 66-79(14)

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Evidenz

- ◆ Fallberichte bzw. -serien:
Grant & Thelfro (2002), Tinker & Wilson (2005), Wilensky (2006), Schneider et al. (2007), Mazzolla et al. (2009), de Roos, Veenstra & van Rood (2010),
- ◆ RCT: EMDR & Schleudertrauma, Rensen (2002)

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

EMDR und Kopfschmerz

- ◆ Marcus entwickelt ein somatisches Einweben (iEMDR)
- ◆ RCT mit akutem Kopfschmerz
- ◆ N = 43
- ◆ Randomisiert iEMDR vs. Medikation
- ◆ Phase 1 des iEMDR

Marcus, S. 2007, J EMDR

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Primärer Kopfschmerz

Time Point	iEMDR (Mean)	Medication (Mean)
Pre-treatment	~7.5	~8.0
Post-treatment	~0.5	~2.5
24 hours	~1.5	~2.5
48 hours	~0.5	~1.5
7 days	~0.5	~0.8

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

EMDR und Migräne

- ◆ 11 P. mit Migräne (9 w, 2 m)
- ◆ Im Mittel 12 J. Migräne
- ◆ EMDR mit Fokus Schmerzgedächtnis führte zu signifikantem Rückgang:
 - ⇒ Anfallshäufigkeit
 - ⇒ Dauer des Anfalls
 - ⇒ Verbrauch von Schmerzmedikation
 - ⇒ Notfallkontakten

Konuk et al. J EMDR Volume 5, Number 4, 2011, pp. 166-176(11)

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

EMDR - Bearbeitung belastender Lebensereignisse (Non A)

- ◆ Reduktion psychometrischer Werte (IES) & Belastung bei Konfrontation mit der Erinnerung nach EMDR
⇒ Cvetek (2008) J EMDR
- ◆ Reduktion psychometrischer Werte
- ◆ Zunahme des parasympathischen Tonus bestimmt mittels HRV
⇒ Frustaci et al. (2010) J EMDR

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Belastende Lebensereignisse

- ◆ Belastende Lebensereignisse sind häufig
- ◆ Belastende Lebensereignisse unterhalb des A-Kriterium haben Folgen
⇒ Psychologische (IES)
⇒ Physiologische (HRV)
- ◆ IES, SCL-90-R zeigen Therapiebedarf
- ◆ EMDR führt zu positiver Veränderung
⇒ IES, SCL-90-R, Herzratenvariabilität
⇒ EMDR wird gut vertragen

Frustaci et al. (2010) JEMDR

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Depression und implizite Erinnerung

- ◆ Das Konzept impliziter Erinnerung ist besonders geeignet um die Genese und Aufrechterhaltung depressiver Störungen zu verstehen
- ◆ Erinnerung und Emotion sind eng miteinander verwoben
- ◆ Bedeutung der impliziten Erinnerung als ‚memory without awareness‘

Barry, ES, Naus, MJ, & Rehm, LP (2005) Clin Psychol Rev 719-745

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

Zwei Formen der Erinnerung

- Explizites Gedächtnis
 - Erzählen eines Erlebnisses
 - Dem Alltagsbewusstsein zugänglich
- Implizites Gedächtnis
 - Meist affektiv belastend
 - Schlagartig auslösbar (Trigger)
 - Dem Bewusstsein nicht unbedingt zugänglich
 - Meist Fragmentiert
 - Ohne Erinnerungsgewahrsein

Nach Hofmann 2003

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

EMDR & emotional kognitive Verarbeitung bei depressiven

- ◆ Fallverlaufsstudien N = 3
- ◆ EMDR in die Behandlung integriert
 - ⇒ Messung emotionaler Valenz bei affektivem Priming
 - ⇒ Messung depressiver Emotion
- ◆ EMDR veränderte emotional kognitive Verarbeitung und Schemata positiv
 - ⇒ Rosas et al. (2010) Span J Psychol

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHOTHERAPIE
BAD BEVENSEN

Psychotherapieverfahren

- ◆ eine umfassende Krankheitstheorie
- ◆ darauf bezogene psychotherapeutische Behandlungsstrategie für ein breites Spektrum von Anwendungsbereichen
- ◆ darauf bezogene Konzepte zur Indikationsstellung, zur individuellen Behandlungsplanung und zur Gestaltung der therapeutischen Beziehung

Methodenpapier 2.8 des Wissenschaftlichen Beirats Psychotherapie

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Psychotherapieverfahren

◆ ... dass die wissenschaftliche Anerkennung eines Psychotherapieverfahrens dann festzustellen ist, wenn es sich aus wissenschaftlicher Sicht um ein Psychotherapieverfahren handelt, dessen Durchführung in der Praxis zur Heilung oder Linderung von Störungen mit Krankheitswert führt

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Psychotherapieverfahren

◆ Auf jeden Fall wirksam bei:

- ⇒ Affektive Störungen (F3); einschließlich F94.1; F53
- ⇒ Angststörungen (F40-F42; F93 und F94.0)

◆ und entweder zusätzlich bei mindestens einem der folgenden Anwendungsbereiche:

- ⇒ Somatoforme Störungen und dissoziative Störungen (Konversionsstörungen) (F44-F48)
- ⇒ Abhängigkeit und Missbrauch (F1, F55)
- ⇒ Persönlichkeitsstörungen und Verhaltensstörungen (F6)

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR PSYCHIATRIE
BAD BEVENSEN

Psychotherapieverfahren

◆ oder zusätzlich bei mindestens zwei der folgenden Anwendungsbereiche:

- ⇒ Anpassungsstörungen und Belastungsstörungen (F43)
- ⇒ Essstörungen (F50)
- ⇒ Nicht-organische Schlafstörungen (F51)
- ⇒ Sexuelle Funktionsstörungen (F52)
- ⇒ Psychische und soziale Faktoren bei somatischen Erkrankungen (F54)
- ⇒ Schizophrenie, schizotype und wahnhafte Störungen (F2)
- ⇒ Organische, einschließlich symptomatischer psychischer Störungen (F0)
- ⇒ Psychische und soziale Faktoren bei Intelligenzminderung (F7) und tiefgreifende Entwicklungsstörungen (F84)
- ⇒ Hyperkinetische Störungen (F90) und Störungen des Sozialverhaltens (F91, F94.2-F94.9)
- ⇒ Ticstörungen und Stereotypien (F95 und F98.4)

Dr. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR TRAUMATHERAPIE
BAD BEVENSEN

EMDR als Verfahren

- ◆ Krankheitstheorie das AIP Modell
- ◆ Behandlungsrahmen die acht Phasen
- ◆ Basis die Arbeit mit maladaptiven Erinnerungen
 - ⇒ Knotentechnik
- ◆ Behandlungspläne (Protokolle) für verschiedene Störungsbilder
- ◆ Methodenintegration

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR TRAUMATHERAPIE
BAD BEVENSEN

Konsequenzen für die Ausbildung

- ◆ Beginn nicht mit einer der am schwersten zu behandelnden Patientengruppen
- ◆ Beginn mit einfacher maladaptiver Erinnerung
- ◆ Spezialkenntnisse für PTBS, kPTBS ...
 - ⇒ Integration in Traumacurricula
- ◆ Integration in Richtlinienverfahren

Dr.med. Michael Hase

DianaKlinik
FÜR TRAUMATHERAPIE
BAD BEVENSEN

Am Ende der Reise ...

- ◆ sind wir noch lange nicht!
- ◆ Wir brauchen Daten, Daten ...
- ◆ Und einen verantwortungsvollen Umgang mit unseren Patientinnen und Patienten und mit der EMDR-Methode

Dr.med. Michael Hase
