Workshop-Ausschreibung: „Einführung in EMDR – Bearbeiten von belastenden Erinnerungen, Triggern und Zukunftsbefürchtungen“

Freitag und/oder Samstag, 7./8. November 2025, 10 – 16.30 Uhr

Stefan Werner, Ausbilder für STI und AAT/CT

Beschreibung:

EMDR nach Shapiro ist eine inzwischen sehr angesehene und evidenzbasierte Psychotherapiemethode zur Behandlung von PTBS und inzwischen für viele weitere Problematiken. Es werden die verschiedenen Phasen der EMDR-Behandlung vorgestellt und eingeübt. Selbsterfahrungsbereitschaft ist für diesen Workshop Voraussetzung.

Inhalte des Workshops:

1. Anamneseerhebung:

Hier können wir Techniken der STI nutzen

2. Vorbereitung und Stabilisierung:

Hier können wir Stabilisierungs- und Sicherungstechniken aus der STI nutzen und vertiefen (Tresor, Sicherer Ort, Verankern)

3. Auswahl des zu bearbeitenden Ereignisses:

Erfassung der belastenden Bilder, Emotionen und Glaubenssätze sowie der positiven Zielzustände

4. Desensibilisierung und Reprozessieren:

Auflösung und Verarbeitung aller Erinnerungskanäle

5. Überprüfung und Verankerung einer positiven Kognition/adaptiven Emotion:

Abspeichern von adaptiven Erfahrungen

6. Körperscan:

Körperüberprüfung über Reste von Belastungen

7. Nachbesprechung

8. Exploration des Verarbeitungsstandes in der folgenden Sitzung

Veranstaltungsort: Bingen-Bingerbrück, Koblenzer Straße 45 bei 24 Lumo

Kosten: 100,00 Euro/Tag (Vereinsmitglieder: 90,00 Euro/Tag)

Anmeldung unter: info@sozialtherapie-impulssteuerung.de (bitte mit Angabe des Tages, an dem Sie teilnehmen möchten)