[Dr. phil. Özgür Tamcan](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/)

Praxis für Psychotherapie & psychologische Beratung

Skip to content

* [HOME](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/)[ÜBER MICH](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/13-2/)
	+ [AUS- UND FORTBILDUNGEN](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/13-2/aus-und-fortbildungen/) [PUBLIKATIONEN](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/13-2/publikationen/) [MITGLIEDSCHAFTEN](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/13-2/mitgliedschaften/)
* [PSYCHOTHERAPIE](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/psychotherapie/)
	+ [ANGEBOT](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/psychotherapie/angebot/) [METHODE](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/psychotherapie/methode/) [KOSTEN](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/psychotherapie/kosten/)
* [EYE MOVEMENT INTEGRATION THERAPY](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/eye-movement-integration-therapy/)[KONTAKT & ADRESSE](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/kontakt/)
	+ [ADRESSE](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/kontakt/adresse/) [KONTAKT](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/kontakt/kontakt-2/)

#site-navigation

#masthead

Über mich



Dr. phil. Özgür TAMCAN

Fachpsychologe für Psychotherapie FSP

Kirchenfeldstrasse 68

3005 Bern

Tel.  +41 (0) 76 571 91 71

Mail: otamcan[at]gmail.com

Ausbildung:

Studium (Lic. phil.) der klinischen Psychologie, speziellen Psychologie, Ethnologie und Psychopathologie an der Universität Bern, 1997-2003

Dissertation (PhD) im Fachbereich für Klinische Psychologie und Psychotherapie unter Supervision von Prof. Dr. K. Grawe sowie Prof. Dr. Wolfgang Lutz, Uni Bern, 2003-2005

Postgraduelle Weiterbildung (MAS) für Psychotherapie an der Uni Bern sowie im Klaus Grawe Institut Zürich, 2006-2009

Fortbildungen:

“Eye Movement Integration Therapy”, Institut für systematische Entwicklung und Fortbildung (IEF) Zürich. März/Mai 2014

„Positive Psychotherapie“, Aeskulap-*Klinik*, Brunnen-Schweiz. März, 2010

„Sexualtherapie und Sexualmedizin“, Schweizerische Gesellschaft für Verhaltens- und Kognitive Therapie im Luzerner Kantonspital. 2009 – 2010

„Schematherapie nach Jeffrey Young“ Schweizerische Gesellschaft für Verhaltens- und Kognitive Therapie. 2010

„Introduction to Methods in Clinical Research of Musculoskeletal Disorders”, MEM MEDIA FOUNDATION, Bern. 2005

„Schmerzpsychotherapie“, Schweizer Paraplegiker-Zentrum, Nottwil. 2005

Berufliche Erfahrung:

Psychotherapeut, Bern, seit 09/2010

Psychotherapeut, Klinik Südhang, Kirchlindach, 01/2009-09/2010

Psychotherapeut für Gruppentherapien, Privatklinik Wyss, Münchenbuchsee, 01/2007-06/2009

Assistent an der Uni Bern,im Institut für Sozial- und Präventive Medizin sowie im Institut für Evaluative Forschung in Orthopädischer Chirurgie, 2004-2009

Ausgewählte Publikationen

Tamcan Ö, Mannion AF, Eisenring C, Horisberger B, Elfering A, Müller (2010) The course of chronic and recurrent low back pain in the general population: A Latent Class Analysis. Pain

Tamcan Ö, Bantli S, Abel T & Barth J (2010) Bewältigungsressourcen  bei Rückenschmerzen: ein neues Erhebungsinstrument für die therapeutische Praxis, Zeitschrift für Medizinische Psychologie

Tamcan, Ö, & Grosse Holtforth, M.(2009). Türkische Übersetzung und erste psychometrische Überprüfung der deutschsprachigen FAMOS und INK, Zeitschrift für Klin. Diagnostik & Evaluation.

Tamcan Ö, Mannion AF, Müller U (2008) Do we really need a pain diary for the reliable assessment of pain and related limitation? Results from a longitudinal prospective cohort study. UK Society for Back Pain Research, Keele University

Tamcan Ö, Mannion AF, Eisenring C, Horisberger B and Mueller U. (2006) The association between beliefs about low back pain and work absence in a working population. The European Association for Behavioural and Cognitive Therapies, Paris, France

Tamcan Ö, Mannion AF, Eisenring C, Horisberger B and Müller U. (2005) Defining prognostic indicators and norm values for the natural history of acute and chronic low back. Italian Journal of Public Health

Tamcan O (2005) Kultur, Migration und Motivationale Ziele: eine Untersuchung zur Bedeutung Motivationaler Ziele im Kontext von Kultur, Migration und psychischer Gesundheit bei türkischen Immigranten in der Schweiz. Dissertation, Universität Bern.

Rieger B, Tamcan Ö, Dietrich D, Müller U. (2012) Ageing challenges the results of any outcome study: how to address the effects of ageing on activities of daily living. J Int Med Res.

Mannion AF, Tamcan Ö, Eisenring B, Horisberger B, Elfering A and Mueller U. (2006) The influence of patients’ beliefs on their care-seeking behaviour for low back pain. Eur J Pain

Mannion AF, Tamcan Ö, Eisenring C, Horisberger B and Mueller U. (2006) The association between beliefs about low back pain, work absence and productivity at work.  Eur Spine J

Rolli Salathé C, Melloh M, Mannion AF, Tamcan Ö, Müller U, Boos N, Elfering A. (2012) Resources for preventing sickness absence due to low back pain. Occup Med (Lond).

Steinen A, Bühler C, Gasser N, Tamcan Ö (2011) Unterwandern evangelikale Gläubige die Pädagogischen Hochschulen? Hg. v. Nationales Forschungsprogramm 58 (NFP 58) “Religionsgemeinschaften Staat und Gesellschaft”. Bern

Steinen A, Bühler C, Gasser N, Tamcan Ö (2011). Beruf oder Berufung? Deutungskonflikte in der Lehrerinnen- und Lehrerbildung. Schlussbericht. Bern: Nationales Forschungsprogramm 58 (NFP 58) “Religionsgemeinschaften Staat und Gesellschaft”.

Melloh M, Rolli Salathé C, Elfering A, Tamcan Ö, Mannion AF, Boos N, Mueller U. (2010) Predictors of Chronic Low Back Pain – What Health Practitioners Should Pay Attention to. Spine: Affiliated Society Meeting

Müller U, Mannion A, Wieser S, Tamcan Ö, Ruckstuhl A, Eisenring C, Schmidhauser S,  Horisberger B (2009). Dem Rückenschmerzen ein Gesicht geben. Swiss Medical Forum

Mannion AF, Horisberger B, Eisenring C, Tamcan Ö, Elfering A, Müller U. (2009) The association between beliefs about low back pain and work presenteeism. J Occup Environ Med.

Elfering A, Mannion AF, Jacobshagen N, Tamcan Ö, Müller U. (2009)  Beliefs about back pain predict the recovery rate over 52 consecutive weeks. Scand J Work Environ Health.

Müller U, Tänzler K, Bürger A, Staub L, Tamcan Ö, Roeder C, Jüni P, Trelle S. (2008) A pain assessment scale for population-based studies: development and validation of the pain module of the Standard Evaluation Questionnaire. Pain

Melloh M, Elfering A, Egli Presland C, Roeder C, Barz T, Rolli Salathé C, Tamcan Ö, Mueller U, Theis JC. (2009) Identification of prognostic factors for chronicity in patients with low back pain: a review of screening instruments. Int Orthop.

Wieser S, Horisberger B, Schmidhauser S, Eisenring C, Brügger U, Ruckstuhl A, Dietrich J, Mannion AF, Elfering A, Tamcan Ö, Müller U. (2011) Cost of low back pain in Switzerland in 2005. Eur J Health Econ

Testmanual

Grosse Holtforth M, Grawe K, Tamcan O (2004) Der Inkongruenzfragebogen – Handanweisung. Göttingen: Hogrefe.

.entry-content

[Edit](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/wp-admin/post.php?post=13&action=edit)

.entry-meta

#post

#comments .comments-area

#content

#primary

#main .wrapper

Dr. phil. Özgür TAMCAN - Kirchenfeldstrasse 68 - 3005 Bern :::: Tel. +41 (0) 76 571 91 71 :::: Mail: otamcan[at]gmail.com

#colophon

#page

Skip to toolbar

*
* [Dr. phil. Özgür Tamcan](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/wp-admin/)
* [62 Plugin Updates, 4 Theme Updates](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/wp-admin/update-core.php)
* [0](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/wp-admin/edit-comments.php)
* [New](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/wp-admin/post-new.php)
* [Edit Page](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/wp-admin/post.php?post=13&action=edit)
* [SEO](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/wp-admin/admin.php?page=all-in-one-seo-pack/aioseop_class.php)
*
* [Howdy, tamcan](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/wp-admin/profile.php)

[Log Out](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/wp-login.php?action=logout&_wpnonce=2deba1d9e0)

Aus- und Fortbildungen

Ausbildung:

Studium (Lic. phil.) der klinischen Psychologie, speziellen Psychologie, Ethnologie und Psychopathologie an der Universität Bern, 1997-2003

Dissertation (PhD) im Fachbereich für Klinische Psychologie und Psychotherapie unter Supervision von Prof. Dr. K. Grawe sowie Prof. Dr. Wolfgang Lutz, Uni Bern, 2003-2005

Postgraduelle Weiterbildung (MAS) für Psychotherapie an der Uni Bern sowie im Klaus Grawe Institut Zürich, 2006-2009

Fortbildungen:

“Eye Movement Integration Therapy”, Institut für systematische Entwicklung und Fortbildung (IEF) Zürich. März/Mai 2014

„Positive Psychotherapie“, Aeskulap-*Klinik*, Brunnen-Schweiz. März, 2010

„Sexualtherapie und Sexualmedizin“, Schweizerische Gesellschaft für Verhaltens- und Kognitive Therapie im Luzerner Kantonspital. 2009 – 2010

„Schematherapie nach Jeffrey Young“ Schweizerische Gesellschaft für Verhaltens- und Kognitive Therapie. 2010

„Einführung in Multivariate Verfahren” und “Analyse von Strukturgleichungsmodellen mit AMOS”, Universität Freiburg i.B. (D). 2008

“Introduction to Univariate Time Series with Stata”, Netcourse. 2008

„Introduction to Methods in Clinical Research of Musculoskeletal Disorders”, MEM MEDIA FOUNDATION, Bern. 2005

„Schmerzpsychotherapie“, Schweizer Paraplegiker-Zentrum, Nottwil. 2005

„Advanced Methods in Epidomology: Meta-Analysis and Systematic Reviews“ im ISPM der Universität Bern. 2004

.entry-content

Publikationen

Ausgewählte Publikationen

Tamcan Ö, Mannion AF, Eisenring C, Horisberger B, Elfering A, Müller (2010) The course of chronic and recurrent low back pain in the general population: A Latent Class Analysis. Pain

Tamcan Ö, Bantli S, Abel T & Barth J (2010) Bewältigungsressourcen  bei Rückenschmerzen: ein neues Erhebungsinstrument für die therapeutische Praxis, Zeitschrift für Medizinische Psychologie

Tamcan, Ö, & Grosse Holtforth, M.(2009). Türkische Übersetzung und erste psychometrische Überprüfung der deutschsprachigen FAMOS und INK, Zeitschrift für Klin. Diagnostik & Evaluation.

Tamcan Ö, Mannion AF, Müller U (2008) Do we really need a pain diary for the reliable assessment of pain and related limitation? Results from a longitudinal prospective cohort study. UK Society for Back Pain Research, Keele University

Tamcan Ö, Mannion AF, Eisenring C, Horisberger B and Mueller U. (2006) The association between beliefs about low back pain and work absence in a working population. The European Association for Behavioural and Cognitive Therapies, Paris, France

Tamcan Ö, Mannion AF, Eisenring C, Horisberger B and Müller U. (2005) Defining prognostic indicators and norm values for the natural history of acute and chronic low back. Italian Journal of Public Health

Tamcan O (2005) Kultur, Migration und Motivationale Ziele: eine Untersuchung zur Bedeutung Motivationaler Ziele im Kontext von Kultur, Migration und psychischer Gesundheit bei türkischen Immigranten in der Schweiz. Dissertation, Universität Bern.

Rieger B, Tamcan Ö, Dietrich D, Müller U. (2012) Ageing challenges the results of any outcome study: how to address the effects of ageing on activities of daily living. J Int Med Res.

Mannion AF, Tamcan Ö, Eisenring B, Horisberger B, Elfering A and Mueller U. (2006) The influence of patients’ beliefs on their care-seeking behaviour for low back pain. Eur J Pain

Mannion AF, Tamcan Ö, Eisenring C, Horisberger B and Mueller U. (2006) The association between beliefs about low back pain, work absence and productivity at work.  Eur Spine J

Rolli Salathé C, Melloh M, Mannion AF, Tamcan Ö, Müller U, Boos N, Elfering A. (2012) Resources for preventing sickness absence due to low back pain. Occup Med (Lond).

Steinen A, Bühler C, Gasser N, Tamcan Ö (2011) Unterwandern evangelikale Gläubige die Pädagogischen Hochschulen? Hg. v. Nationales Forschungsprogramm 58 (NFP 58) “Religionsgemeinschaften Staat und Gesellschaft”. Bern

Steinen A, Bühler C, Gasser N, Tamcan Ö (2011). Beruf oder Berufung? Deutungskonflikte in der Lehrerinnen- und Lehrerbildung. Schlussbericht. Bern: Nationales Forschungsprogramm 58 (NFP 58) “Religionsgemeinschaften Staat und Gesellschaft”.

Melloh M, Rolli Salathé C, Elfering A, Tamcan Ö, Mannion AF, Boos N, Mueller U. (2010) Predictors of Chronic Low Back Pain – What Health Practitioners Should Pay Attention to. Spine: Affiliated Society Meeting

Müller U, Mannion A, Wieser S, Tamcan Ö, Ruckstuhl A, Eisenring C, Schmidhauser S,  Horisberger B (2009). Dem Rückenschmerzen ein Gesicht geben. Swiss Medical Forum

Müller U, Mannion AF, Wieser S, Tamcan Ö, Ruckstuhl A, Elfering A, Eisenring C, Schmidhauser S, Horisberger B (2009) ChronischesRückenleiden in der Deutschweiz: Verlauf, Prädiktoren und Kosten. Schweizerisches Medizin-Forum.

Mannion AF, Horisberger B, Eisenring C, Tamcan Ö, Elfering A, Müller U. (2009) The association between beliefs about low back pain and work presenteeism. J Occup Environ Med.

Elfering A, Mannion AF, Jacobshagen N, Tamcan Ö, Müller U. (2009)  Beliefs about back pain predict the recovery rate over 52 consecutive weeks. Scand J Work Environ Health.

Müller U, Staub L, Röder C, Tamcan Ö (2006) Are Randomized Controlled Trials Adequate In Surgical Procedures? J Bone Joint Surg Br Orthopaedic Proceedings, 88-B: 208.

Müller U, Tänzler K, Bürger A, Staub L, Tamcan Ö, Roeder C, Jüni P, Trelle S. (2008) A pain assessment scale for population-based studies: development and validation of the pain module of the Standard Evaluation Questionnaire. Pain

Melloh M, Elfering A, Egli Presland C, Roeder C, Barz T, Rolli Salathé C, Tamcan Ö, Mueller U, Theis JC. (2009) Identification of prognostic factors for chronicity in patients with low back pain: a review of screening instruments. Int Orthop.

Wieser S, Horisberger B, Schmidhauser S, Eisenring C, Brügger U, Ruckstuhl A, Dietrich J, Mannion AF, Elfering A, Tamcan Ö, Müller U. (2011) Cost of low back pain in Switzerland in 2005. Eur J Health Econ

Test Manual

Grosse Holtforth M, Grawe K, Tamcan O (2004) Der Inkongruenzfragebogen – Handanweisung. Göttingen: Hogrefe.

Kongressbeiträge

Melloh M, Rolli Salathé C, Elfering A, Tamcan Ö, Mannion AF, Boos N, Müller U. (2010) Predictors of chronic low back pain – What health practitioners should pay attention to. Spine Society of Australia Annual Scientific Meeting, Christchurch 9th – 11th April 2010. Oral presentation

Melloh M, Rolli Salathé C, Elfering A, Tamcan Ö, Mannion AF, Boos N, Müller U. (2010) Staying at home with low back pain: multidimensional predictors of work absenteeism. Spine Society of Australia Annual Scientific Meeting, Christchurch 9th – 11th April 2010. Oral presentation

Melloh M, Rolli Salathé C, Elfering A, Tamcan Ö, Mannion AF, Boos N, Müller U. (2010) Predictors of chronic low back pain – What health practitioners should pay attention to. The International Society for the Study of the Lumbar Spine Annual Meeting, Auckland 13th – 17th April 2010. Special Poster presentation

Melloh M, Rolli Salathé C, Elfering A, Tamcan Ö, Mannion AF, Boos N, Müller U. (2010) Staying at home with low back pain: multidimensional predictors of work absenteeism. The International Society for the Study of the Lumbar Spine Annual Meeting, Auckland 13th – 17th April 2010. Special Poster presentation

Defago L, Tamcan O, Müller U, Elfering A (2008) Impact of LBP on work and leisure. NFP 53 Meeting 2008, Nottwil.

Giezendanner S, Tamcan O, Bantli S, Barth J, Abel T (2008) Ressources and risk factor for low back pain: scales for general practitioners. NFP 53 Meeting 2008, Nottwil.

Müller U, Wieser S, Ruckstuhl A, Mannion AF, Tamcan O, Elfering A, Defago L, Eisenring C, Horisberger B, Dietrich D (2008) LBP in the German Part of Switzerland. NFP 53 Meeting 2008, Nottwil.

Wieser S, Schmiedhauser S, Horisberger B, Ruckstuhl A, Müller U, Mannion AF, Tamcan O, Elfering A, Defago L (2008) Economic costs of low back pain in Switzerland. NFP 53 Meeting 2008, Nottwil.

Barth J, Abel T, Tamcan O, Giezendanner S (2008) Ressources and risk factors in low back pain: Development of screening measures for general practitioners. NFP 53 Meeting 2008, Nottwil.

Tamcan O, Mannion AF, Eisenring C, Horisberger B, Elfering A, Staub L, Müller U (2007) Verlauf von Rückenschmerzen in der Allgemeinbevölkerung. Deutscher Kongress für Orthopädie und Unfallchirurgie, Deutschland.

Tamcan O, Mannion AF, Eisenring C, Horisberger B, Müller U (2006) Population based study on the impact of beliefs about low back pain on work absence. Ann. Cong. EABCT in Paris, France.

Mannion AF, Tamcan O, Eisenring C, Horisberger B, Müller U (2006) The association between beliefs about low back pain, work absence and productivity at work. Ann. Cong. SSE in Istanbul, Turkey.

Mannion AF, Tamcan O, Eisenring B, Horisberger B, Elfering A and Mueller U  (2006) The influence of patients’ beliefs on their care-seeking behaviour for low back pain. 5th Congress IASP, Istanbul

Tamcan, O, Staub L, Roeder C, Melloh M, Mueller U (2006) Predictors of the new occurrence and persistence of Low Back Pain. SGO/SSO Congress in Luzern, Switzerland.

Mannion AF, Tamcan O, Eisenring C, Horisberger B, Elfering A, Müller U (2006) The influence of patients’ beliefs on their care-seeking behavior for low back pain. 5th Congress IASP in Istanbul.

Tamcan O, Mannion AF, Eisenring C, Horisberger B, Müller U (2005) Defining prognostic indicators and norm values for the natural history of acute and chronic low back. 2nd HTA Annual Meeting Rome, Italy.

Grosse Holtforth M, Grawe K, Tamcan O (2003) Bessere Bedürfnisbefriedigung durch Psychotherapie*.* 3. Workshop-Kongress für Klinische Psychologie und Psychotherapie der DGPS in Freiburg, Deutschland.

Tamcan O, Grosse Holtforth M, Grawe K (2002) Prädiktoren und Konsequenzen von Inkongruenz bei Migranten. 43. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Psychologie in Berlin.

Grosse Holtforth M, Tamcan O, Grawe K (2001) Measurement of patients’ approach and avoidance motivation in CBT. 31th Annual Congress of the EABCT in Istanbul, Turkey.

.entry-content

Mitgliedschaften

Ich bin Mitglied:

[Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen](http://www.psychologie.ch/) (FSP)

[Schweizerischen Gesellschaft für kognitive Verhaltenstherapie](http://www.sgvt-sstcc.ch/de/home/index.html) (SGVT) an deren Vorstand ich 3 Jahre lang ebenfalls tätig war

[Der Verband Berner Psychologinnen und Psychologen](http://www.vbp.psychologie.ch/) (VBP)

Angebot

Der Schwerpunkt meines psychotherapeutischen Angebots ist:

* Behandlung von Traumata wie posttraumatische Belastungsstörungen oder andere belastende Lebensereignisse, deren Entstehungsgeschichte ev. weiter zurück in der Biographie ist
* Angststörungen wie Soziale Phobie, Höhenangst,  Klaustro- oder Agoraphobie
* Interventionen in akuten Krisen oder schwierigen Lebensphasen

Kurzeit-Coaching bei schwierigen Lebensentscheidungen

Ich habe die postgraduale Weiterbildung Psychotherapie in kognitiv-behavioralem und interpersonalem Schwerpunkt abgeschlossen, welche als MAS gemeinsam von der Universität Bern sowie Klaus Grade Institut in Zürich angeboten war. Inzwischen setze ich neben kognitiv-behavioralen Methoden vermehrt viele körperorientierte psychotherapeutische Techniken wie Focusing ein. Mir geht es nicht darum, irgendwelche psychotherapeutische Methode zu favorisieren sondern unterschiedliche Methode für eine erfolgreiche Behandlung sinnvoll einzusetzen.

Traumabehandlung: Bei der Behandlung von Traumata wende ich neben kognitiv-verhaltenstherapeutischer Traumatherapie vor allem die Eye-Movement Integration Therapy (EMI: [Sie können über EMI hier mit diesem Link mehr erfahren](http://psychotherapie-hilfe-bern.ch/?page_id=40)) an.

Ich bin Fachpsychologe für Psychotherapie FSP ([Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen](http://www.psychologie.ch/)), Verhaltenstherapeut SGVT ([Schweizerischen Gesellschaft für kognitive Verhaltenstherapie](http://www.sgvt-sstcc.ch/de/home/index.html)) sowie eidgenössisch anerkannter Psychotherapeut nach PsyG ([Bundesgesetz über die Psychologieberufe](http://www.admin.ch/opc/de/classified-compilation/20091366/index.html)).

Kosten

Der Ansatz beträgt CHF 170 für 50 Minuten.

Meine Leistung ist anerkannt im Rahmen der Krankenkassen Zusatzversicherung, aber nicht im Rahmen der obligatorischen Krankenkassen Grundversicherung. Wie viel Ihre Zusatzversicherung von Kosten übernimmt, können Sie [mit diesem Link](http://www.psychologie.ch/fileadmin/user_upload/dokumente/Dienstleistungen/krankenkassen.pdf) überprüfen.

Da ich mit Frau Dr. med. S. Caliezi-Hoyer (l[ink zu Homepage](http://www.drmed.ch/homepage/2580/)) zusammenarbeite, biete ich ebenfalls delegierte Psychotherapie an, deren Kosten im Rahmen der obligatorischen Krankenkassen Grundversicherung anerkannt ist.

Eye Movement Integration Therapy

EMI: Eine Neurotherapie zur Traumabehandlung sowie Behandlung von leidvollen Lebensereignissen

EMI ist die Abkürzung von “Eye Movement Integration Therapy”, welche von Connirae und Steve Andreas im Jahr 1989 entwickelt wurde. Steve und Connirae Andreas sind US-Amerikanische Psychologen, welche ebenfalls wichtige Weiterentwickler von NLP (Das Neuro-Linguistische Programmieren) sind.

EMI (Eye Movement Integration Therapy) wie das EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) ist eine Augenbewegungstherapie. EMI versteht sich im engeren Sinne keine Psychotherapie sondern Neuropsychohterapie. EMI zeigte sich als eine sehr erfolgreiche und sehr effektive Methode in der Traumabehandlung, in der Behandlung von einschneidenden Lebensereignissen sowie leidvollen und wiederkehrenden Erinnerungen wie Trauer, Krankheit, Unfall, sexuellen Missbrauch oder Phobien.

Diese Methode habe ich bei Dr. Woltemade Hartman, der Leiter des Milton H. Erickson Instituts Südafrika, gelernt, und setzte sie neu in meiner Praxis für effektive Traumabehandlung und Verarbeitung schwieriger Lebensereignisse wie Gewalterfahrungen, Unfälle, Naturkatastrophen, Kriegs- und Folteropfer oder Zeugen von solchen traumatischen Ereignissen.

Die Methode EMI

EMI besteht aus Folgen von Therapeuten angegeleiteten, langsamen Augenbewegungen aus 21 Mustern. Dabei werden die Augenbewegeungen mit Wörtern oder Sätzen begleitet, welche gemeinsam mit Betroffenen herausgearbeitet werden. Diese Wörter sollen die traumatischen Erinnerungen hervorrufen. Dadurch werden traumatische Erinnerungen integriert, mit dem Ziel das Leiden zu lindern bzw. die Belastung ganz zu beseitigen.

Die Wissenschaftlichkeit der EMI

Die Wirksamkeit der Methode ist wissenschaftlich erwiesen. Der Wirkmechanismus geht allfällig auf biologische neuronale Prozesse im Gehirn zurück. Die traumatischen Ereignissen werden im Gehirn während des traumatischen Geschehens automatisch verarbeitet. Darum ist es möglich, dass die Fehlprozesse in der akuten Phase in Gang gesetzt werden, welche kurzfristig das Leiden lindern, aber längerfristig Betroffenen immer mehr belasten. Darum wird mit EMI versucht, das traumatische Geschehen korrektiv ins Gehirn zu integrieren. Darum wird bevorzugt, von EMI als Neurotherapie zu sprechen.

Die Dauer der EMI

Eine EMI-Sitzung dauert 1¾ bis 2¼ Stunden. In der Regel wird die Sitzung in 4 bis 7 Tagen wiederholt. Danach werden 10 bis 14 Tage Pause gemacht. Anschliessend werden die Erfahrungen besprochen. Je nachdem kann das gleiche erneut oder weitere Traumata mit EMI behandelt werden.

Allerdings wird nach Traumabehandlung sehr häufig weitere psychotherapeutische Hilfe zur Entwicklung von neuen Strategien und Ressourcen für Alltag und Bewältigung von ähnlichen Ereignissen nötig.