



# EMDR

## bei Traumafolgestörungen

---

AMEOS Klinikum Osnabrück

**Therapieverfahren  
und Anwendung**

# EMDR

## Therapie und Anwendung

---

EMDR steht für **E**ye **M**ovement **D**esensitization and **R**eprocessing (Desensibilisierung und Verarbeitung durch Augenbewegung) und ist eine hoch wirksame Psychotherapieform, die u.a. bei Traumafolgestörungen sehr erfolgreich eingesetzt wird. Sie ist eingebettet in einen umfassenden Behandlungsplan. Das zentrale Element ist die Nachverarbeitung der belastenden Erinnerung unter Nutzung bilateraler Stimulation (Aktivierung der rechten und linken Gehirnhälfte durch Augenbewegungen oder kurze Berührungen, so genannte „Taps“). Diese Hirnstimulation aktiviert die Selbstheilungskräfte und unterstützt somit die Verarbeitung belastender Erinnerungen.

EMDR wird u.a. bei folgenden Störungen eingesetzt:

**PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung)**

**Akute Belastungsreaktion kurz nach belastenden Erlebnissen**

**Depression**

**Angststörungen**

**Chronische Schmerzen**

EMDR wird im AMEOS Klinikum Osnabrück von qualifizierten Traumatherapeut\*innen angewendet.

## Kontakt und Informationen:

AMEOS Klinikum Osnabrück  
Knollstraße 86 ■ 49086 Osnabrück  
[www.ameos.eu/osnabrueck](http://www.ameos.eu/osnabrueck)

### Station P1

+49 (0)541 313-89374

[st1.psy@osnabrueck.ameos.de](mailto:st1.psy@osnabrueck.ameos.de)