

Georg Pieper Jürgen Bengel

Traumatherapie in sieben Stufen

Ein kognitiv-behaviorales
Behandlungsmanual (SBK)



Pieper/ Bengel
**Siebenstufiges kognitiv-behaviorales
Behandlungskonzept (SBK)**

Aus dem Programm Verlag Hans Huber
Klinische Praxis

Wissenschaftlicher Beirat:

Prof. Dr. Dieter Frey, München

Prof. Dr. Kurt Pawlik, Hamburg

Prof. Dr. Meinrad Perrez, Freiburg (CH)

Prof. Dr. Franz Petermann, Bremen

Prof. Dr. Hans Spada, Freiburg i. Br.

HUBER 

In der Reihe Klinische Praxis sind im Verlag Hans Huber weiterhin erschienen – eine Auswahl:

Sven Barnow (Hrsg.)

Persönlichkeitsstörungen: Ursachen und Behandlung

Mit fünf Fallbeispielen

(ISBN 978-3-456-84406-0)

Franz Caspar

Beziehungen und Probleme verstehen

Eine Einführung in die psychotherapeutische Plananalyse

(ISBN 978-3-456-84187-8)

Maria Hofecker Fallahpour et al.

Was Mütter depressiv macht ...

... und wodurch sie wieder Zuversicht gewinnen

Ein Therapiehandbuch

(ISBN 978-3-456-84131-1)

Wolfgang Lutz / Joachim Kosfelder / Jutta Joormann (Hrsg.)

Misserfolge und Abbrüche in der Psychotherapie

Erkennen – Vermeiden – Vorbeugen

(ISBN 978-3-456-84176-2)

Franz Moggi (Hrsg.)

Doppeldiagnosen

Komorbidität psychischer Störungen und Sucht

(ISBN 978-3-456-84365-0)

Monica McGoldrick / Randy Gerson

Genogramme in der Familienberatung

(ISBN 978-3-456-83488-7)

J. William Worden

Beratung und Therapie in Trauerfällen

Ein Handbuch

(ISBN 978-3-456-84389-6)

Informationen über unsere Neuerscheinungen finden Sie im Internet unter:
www.verlag-hanshuber.com

Georg Pieper
Jürgen Bengel

Siebenstufiges kognitiv-behaviorales Behandlungskonzept (SBK)

Behandlungsmanual für Patienten nach
Typ-I-Traumaerfahrung

Verlag Hans Huber

Adressen der Autoren:

Dr. Dipl.-Psych. Georg Pieper
Praxis für Klinische Psychologie
Institut für Traumabewältigung
Auf dem Heckenstück 4
D-35075 Friebertshausen

Prof. Dr. Dr. Dipl.- Psych. Jürgen Bengel
Abteilung für Rehabilitationspsychologie und Psychotherapie
Institut für Psychologie
Universität Freiburg
Engelbergerstrasse 41
D-79085 Freiburg

Lektorat: Monika Eginger, Gaby Burgermeister
Herstellung: Daniel Berger
Umschlag: Atelier Mühlberg, Basel
Satz: ns prestampa sagl, Castione
Druck und buchbinderische Verarbeitung: Hubert & Co., Göttingen
Printed in Germany

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Verlag Hans Huber
Hogrefe AG
Länggass-Strasse 76
CH-3000 Bern 9
Tel: 0041 (0)31 300 45 00
Fax: 0041 (0)31 300 45 93

1. Auflage 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
ISBN 978-3-456-84541-8

Inhaltsverzeichnis

1. Entstehungshintergrund	7
2. Theoretische Grundlagen	11
3. Indikationen und Voraussetzungen beim Behandler ...	15
4. Die sieben Phasen	17
4.1 Phase 1: Exploration, Diagnostik und Stabilisierung	19
4.2 Phase 2: Vermittlung des Therapierationals	24
4.3 Phase 3: Kontrollierte Traumaexposition	28
4.4 Phase 4: Exposition in sensu	39
4.5 Phase 5: EMDR	43
4.6 Phase 6: Exposition in vivo	46
4.7 Phase 7: Nachbesprechung, Traumaintegration und Follow-up	51
5. Fallbeispiel	53
5.1 Phase 1: Exploration, Diagnostik und Stabilisierung	53
5.2 Phase 2: Vermittlung des Therapierationals	54
5.3 Phase 3: Kontrollierte Traumaexposition	54
5.4 Phase 4: Exposition in sensu	57
5.5 Phase 5: EMDR	61
5.6 Phase 6: Exposition in vivo	63
5.7 Phase 7: Nachbesprechung, Traumaintegration, Follow-up	64
5.8 Diskussion und zusammenfassende Bewertung	65
5.9 Setting-Blocktherapie	68

6. Therapiematerialien	69
6.1 Formulierungsvorschläge für therapeutische Instruktionen	69
6.2 Traumadrehbuch	74
6.3 Anleitungen zu Übungen	75
6.4 Übungsblatt EMDR	78
6.5 KTE – Kontrollierte Traumaexposition für PTBS-Patienten	80
Literaturverzeichnis	81

1 Entstehungshintergrund

Das siebenstufige kognitiv-behaviorale Behandlungskonzept (SBK) basiert auf einer langjährigen Erfahrung in der Behandlung von Katastrophenopfern und Betroffenen von Unglücken, Übergriffen oder schweren Unfällen. Dabei werden insbesondere die Erfahrungen bei den folgenden Ereignissen genutzt:

- Grubenunglück von Borken 1988
- Flugschaukatastrophe von Ramstein 1988
- Geiselnahme im Libanon 1992
- ICE-Unglück von Eschede 1998
- Ermordung einer Lehrerin an einem Gymnasium in Meißen 1999
- Amoklauf von Erfurt 2002

In der Folge des Grubenunglücks von Borken 1988 wurden in Deutschland erstmals systematisch psychologisch-psychotherapeutische Behandlungsstrategien für die Opfer entwickelt. Betroffene waren damals sowohl die Hinterbliebenen der 51 bei einer Kohlenstaubexplosion getöteten Bergleute: Witwen, Kinder, Eltern und weitere Familienangehörige, Kollegen und andere Betriebsangehörige sowie Einsatzkräfte (s. Arbeitsgruppe Stolzenbachhilfe, 1992). Empirisch evaluierte Behandlungskonzepte für Patienten mit Posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS) lagen bis Ende der 1980er-Jahre noch nicht vor. Bei der Konzeption eines Betreuungs- und Versorgungsplans für die Betroffenen des Borkener Grubenunglücks wurde auf Erkenntnisse in der Behandlung von Vietnam-Veteranen aus den USA (Keane & Kaloupek, 1982) und auf skandinavische Vorerfahrungen in der Betreuung von Betroffenen von Unfällen auf Bohrurminseln (Sund, 1985) zurückgegriffen.

Nach damaligem Wissensstand war die am häufigsten verwendete Behandlungsmethode das verbale «Durcharbeiten». Es erfolgte auf dem Hintergrund tiefenpsychologischer Erklärungsansätze der traumatischen Erlebnisse (Horowitz, 1976) und war eingebettet in eine allgemein stützende psychotherapeutische Betreuung. Ende der 1980er-Jahre waren kognitive und verhaltenstherapeutische Techniken