



EMI Eye Movement Integration

EMI ist eine schnellwirksame neurotherapeutische Technik, die Menschen von ungelösten belastenden Erinnerungen traumatischer Erlebnisse befreien kann. Symptome von Angst, Depression, post-traumatischem Stress und Dissoziation werden nachhaltig reduziert bzw. vollständig aufgelöst.

Die Methode wurde 1989 von Connirae Andreas und Steve Andreas begründet. Danie Beaulieu verfeinerte diese Technik noch weiter.

Die Wurzeln von EMI liegen sowohl im neurolinguistischen Programmieren, als auch in Ed Jacobs Impact Therapie. Zwar gibt es Ähnlichkeiten zwischen EMI und EMDR, jedoch wirken die beiden Ansätze über zwei verschiedene Mechanismen.

Der Klient verfolgt mit seinen Augen 24 verschiedene Handbewegungen des Therapeuten (horizontal, vertikal, diagonal und zirkulär), wobei er auf sein belastendes Ereignis eingestimmt bleibt. Die multisensorische Repräsentation des Traumas wird dabei verbal und nonverbal zugänglich gemacht und auf allen sensorischen Modalitäten angesprochen. Das ist v.a. deswegen wichtig, weil Traumata auf allen sensorischen Modalitäten repräsentiert sind.

Erst dadurch wird eine multisensorische Integration ermöglicht, sodass die traumatische Erinnerung nicht mehr dissoziiert ist, sondern integriert wird. Der Zugang zu unterschiedlichsten Ressourcen wird auf diese Weise erleichtert und der Selbstheilungsprozess in Gang gebracht. Dabei sind verschiedene neuronale Areale (v.a. Locus Caeruleus, Amygdala, Hippocampus, orbito- und präfrontaler Cortex) und Prozesse beteiligt.

EMI fokussiert somit auf die Schlüssel-Konzepte der traumatischen Erinnerung. Erst wenn möglichst alle traumarelevanten Erinnerungen zu einem Ganzen zusammengefügt werden, kann die Erinnerung auch im Langzeitgedächtnis abgespeichert und somit nachhaltig integriert werden!

EMI-Therapie eignet sich somit vor allem zur Bearbeitung von Traumata, sowohl Typ 1-Traumata (wie z.B. nach Unfällen oder anderen traumatischen Erlebnissen), als auch Typ 2-Traumata (wie wiederholtem sexuellen Missbrauch).