

## **Emotionale Erinnerungen trüben mit Augenbewegungen: Individuelle Unterschiede und die Geschwindigkeit der Augenbewegungen**

Hintergrund: In der Desensibilisierung und Aufarbeitung durch Augenbewegungenstherapie (EMDR) führen Patienten Augenbewegungen (AB) aus, während Sie sich an traumatische Ereignisse erinnern. Diese Augenbewegungen belasten das Arbeitsgedächtnis (AG), was weniger Ressourcen für die Verbildlichung der Erinnerung zur Folge hat. Dies reduziert die Lebhaftigkeit und Emotionalität der Erinnerung bei zukünftigen Abrufen. Die AG Theorie sagt voraus, dass Personen mit kleinen Arbeitsgedächtniskapazitäten (AGK) von einem niedrigen Belastungsniveau (langsame AB) mehr profitieren, während Personen mit großen AGK eher von hoher Belastung profitieren (schnelle AB). Ziel: Wir überprüften experimentell die vier aufgestellten Hypothesen, bezüglich der Rolle der AGK und AB Geschwindigkeit um Emotionalitäts- und Lebhaftigkeitsbewertungen der Erinnerungen zu reduzieren: 1) AB - unabhängig von der AGK und AB Geschwindigkeit - sind effektiver im Vergleich zu keiner Doppelaufgabe, 2) die Erhöhung der AB Geschwindigkeit wirkt sich nur auf die Reduzierung der Abrufbewertungen aus, unabhängig von AGK, 3) Individuen mit geringer AGK - im Vergleich mit Individuen mit hoher AGK - profitieren von beiden AB Geschwindigkeiten, 4) der AB Intervention ist am effektivsten, wenn - wie von der AG Theorie vorhergesagt - AB und AGK angepasst sind. Methode: Bachelorstudenten mit niedriger (n = 31) oder hoher (n = 35) AGK erinnerten sich an drei emotionale Ereignisse und bewerteten die Anschaulichkeit und Emotionalität vor und nach jedem Durchgang (nur Abruf, Abruf + langsame AB, und Abruf + schnelle AB). Ergebnisse: Im Gegensatz zur Theorie unterstützen die Daten nicht die Annahme (Hypothese 4), dass die AB Geschwindigkeit der AGK angepasst werden soll. Allerdings zeigen die Daten, dass die doppelte Aufgabe im Allgemeinen effektiver ist bei der Abrufbewertung als keine doppelte Aufgabe (Hypothese 1), und dass eine kognitiv anspruchsvolle Doppelaufgabe die Wirksamkeit der Interventionen erhöht (Hypothese 2). Schlussfolgerungen: Obwohl die Anpassung der AB Geschwindigkeit an die individuelle AGK wie eine klare klinische Schlußfolgerung scheint, zeigen die Daten keine Hinweise, dass eine solche Abstimmung nützlich ist.

Stichwort: Verbildlichung, Doppelbelastung, Arbeitsgedächtniskapazität, EMDR