

Work-shop “EMDR livello 1” soddisfazione e ricadute applicative

Eye Moviment Desensitization and reprocessing



*“Procedendo sul cammino
della vita, vedrai un grande
abisso. Salta, non è grande
quanto credi!”* F. Shapiro

Salice Terme, 19 - 20 - 21 Novembre 2010

D. Paganini, E. Cimarosti, I. Rossi, V. Antonini

COS'E' L'EMDR

E' una metodologia psicoterapeutica, su base fisiologica, finalizzata al trattamento di problemi emotivi causati da esperienze traumatiche quali: abusi sessuali, aggressioni, calamità naturali (**T** trauma) e relazioni disfunzionali (**t** trauma).

Il metodo prevede otto fasi, nel quadro di un piano terapeutico globale, per la rielaborazione dei ricordi traumatici che costituiscono la causa del disagio psicologico.

La mente può restare bloccata su un evento traumatico, con le stesse immagini, i suoni, le emozioni, le sensazioni ed i pensieri originali.

La tecnica prevede la focalizzazione sul ricordo dell'esperienza traumatica, che ha contribuito allo sviluppo della patologia o del disagio che il paziente porta con sé.

Il ricordo traumatico viene trattato terapeuticamente.

QUAL È IL MECCANISMO DELL'EMDR GRAZIE AL QUALE SI REGISTRA UNA RIDUZIONE DEI SINTOMI NEI TRAUMI?

Il terapeuta facilita la mobilitazione del meccanismo di autoguarigione del paziente, stimolando un sistema innato di elaborazione delle informazioni nel suo cervello (analogamente a quanto avviene durante i sogni o nella fase del sonno REM).

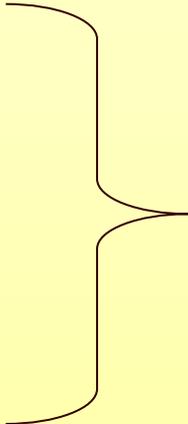
Il terapeuta aiuta l'elaborazione mediante movimenti guidati degli occhi del paziente, oppure ricorrendo ad altre stimolazioni bilaterali degli emisferi cerebrali (tamburellamenti, stimoli uditivi e/o una loro combinazione).

Durante i set di stimolazione bilaterale il paziente rivive vari elementi del ricordo iniziale o di altri ricordi.

Il terapeuta interrompe i movimenti oculari ad intervalli regolari, per accertarsi che il paziente elabori autonomamente in modo adeguato.

LA BASE DELL'EMDR

- IMMAGINE TRAUMATICA
- COGNIZIONE NEGATIVA
- EMOZIONI DISTURBANTI
- SENSAZIONI FISICHE



STIMOLAZIONE
BILATERALE
CON DOPPIA
FOCALIZZAZIONE
(DUAL FOCUS)

Il “cuore” dell'EMDR comprende la “transmutation” di queste informazioni neuronali (archivate nella memoria in modo disfunzionale) in una risoluzione adattiva che favorisca la salute psichica.

LE OTTO FASI DEL PROTOCOLLO STRUTTURATO EDMR

Fase 1: raccolta di aspetti diagnostici, storia del paziente, ricerca di eventi traumatici (target).

Fase 2: preparazione del paziente alla tecnica EMDR (spiegazione del metodo, consenso informato, valutazione di eventuale presenza di disturbi dissociativi, familiarizzazione del paziente con la stimolazione bilaterale e con la tecnica di rilassamento del *posto sicuro*, valutazione delle risorse personali e familiari).

Fase 3: assessment del target su cui si intende lavorare (immagine traumatica, cognizione negativa, emozioni disturbanti e sensazione fisica).

Fase dalla 4 alla 8: elaborazione del ricordo riguardante l'esperienza traumatica per mezzo della tecnica di desensibilizzazione (utilizzo di set di stimolazione bilaterale).

LA RICERCA: METODI E STRUMENTI

Obiettivi della ricerca:

- indagare il livello di soddisfazione dei partecipanti al corso “EMDR level 1”;
- indagare il livello di applicabilità della tecnica EMDR nella pratica clinica dei partecipanti al corso;
- indagare il livello di efficacia percepita dai clinici che hanno utilizzato la tecnica EMDR nella loro pratica.

LA RICERCA: METODI E STRUMENTI

Strumento:

Questionario di autovalutazione inviato ai partecipanti al corso “EMDR level 1”, condotto dalla dott.ssa I. Ferdandez, provenienti dalla scuola Mara Selvini Palazzoli.

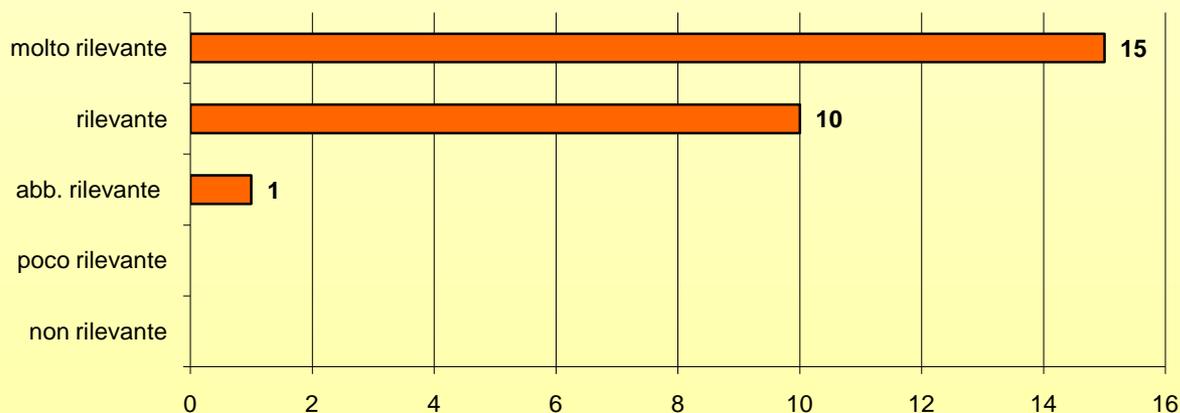
Questionari inviati n. 44 (n. 34 allievi; n.10 docenti)

Questionari compilati n. 26 (n. 21 allievi; n. 5 docenti)

RISULTATI:

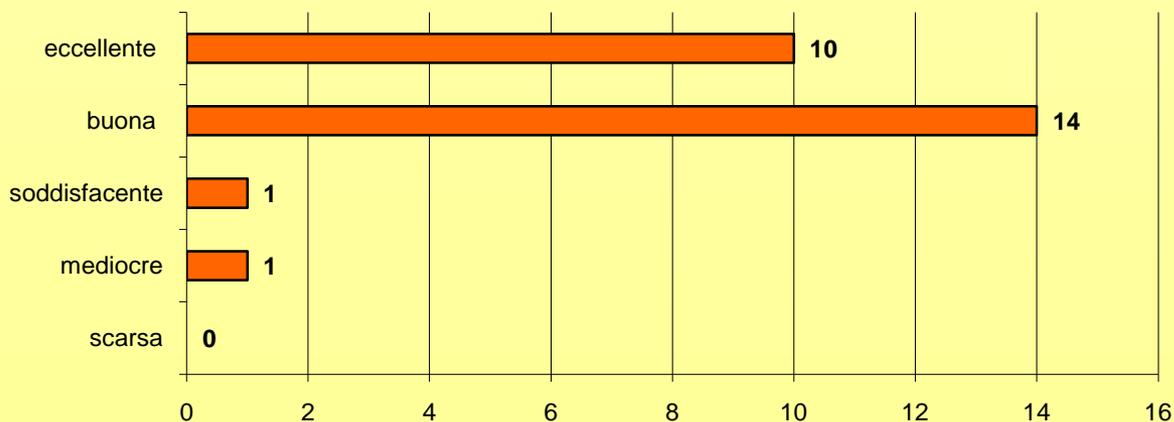
Grado di soddisfazione dei partecipanti al corso

Rilevanza degli argomenti trattati



□ Gli argomenti trattati al corso sono stati giudicati rilevanti dalla quasi totalità dei partecipanti alla ricerca.

Qualità Formativa

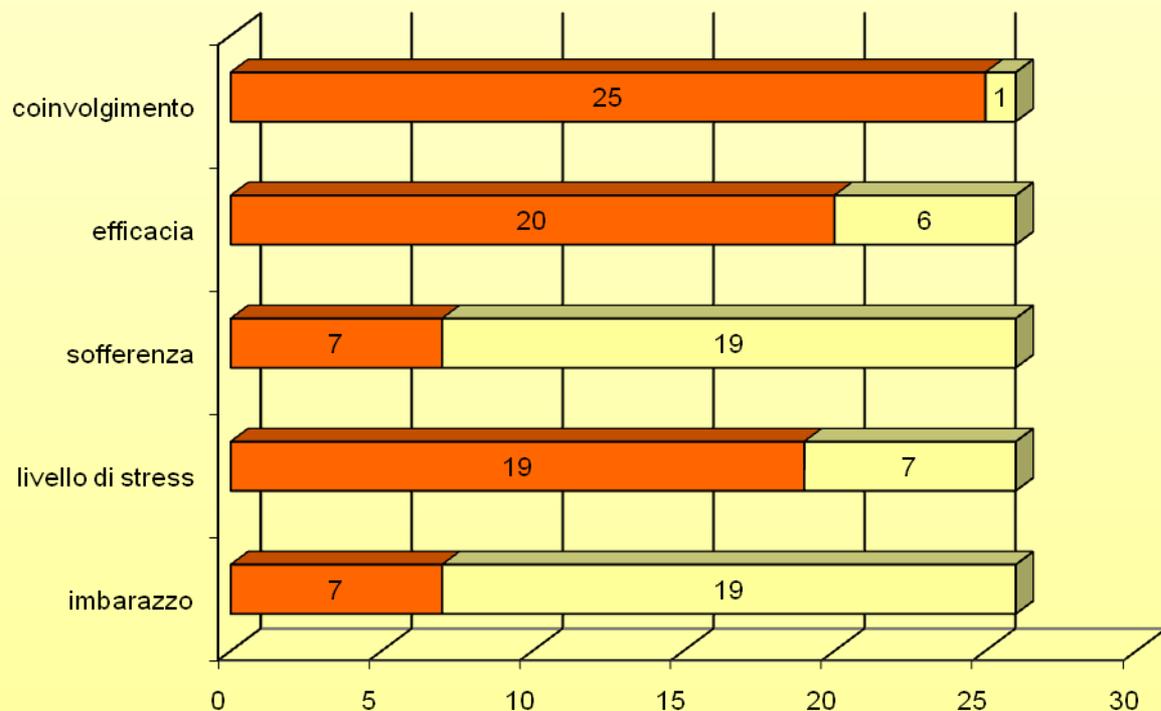


□ La qualità formativa è stata giudicata buona per il 53% dei partecipanti, eccellente per il 39%.

□ Differenza allievi docenti.

RISULTATI:

Vissuti dei partecipanti nel ruolo di paziente durante le esercitazioni pratiche



□ Ricoprire il ruolo di paziente è stato coinvolgente per la quasi totalità dei partecipanti.

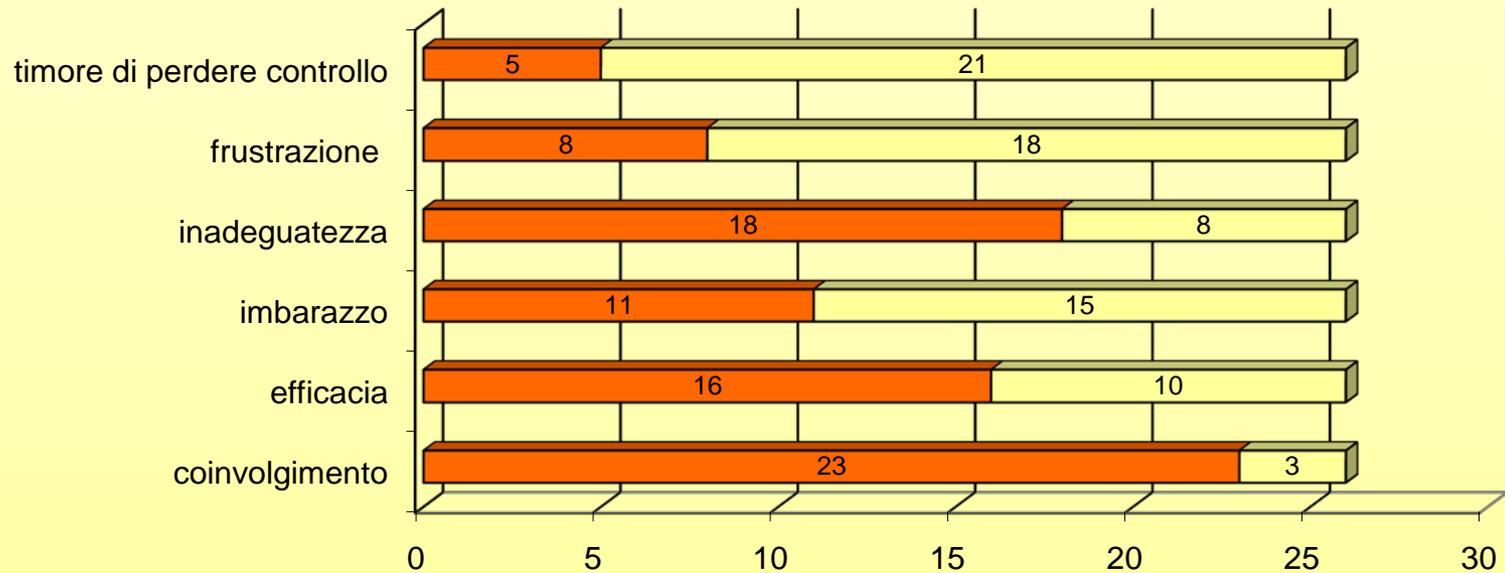
□ Il 73% ha sperimentato, durante l'esercitazione, una certa quota di stress.

□ L'efficacia percepita rispetto all'elaborazione di un ricordo traumatico scelto dai partecipanti è stata del 77%.

□ I vissuti negativi di sofferenza e di imbarazzo, presenti in 7 partecipanti, non hanno registrato intensità elevate.

RISULTATI:

Vissuti dei partecipanti nel ruolo di terapeuta durante le esercitazioni pratiche

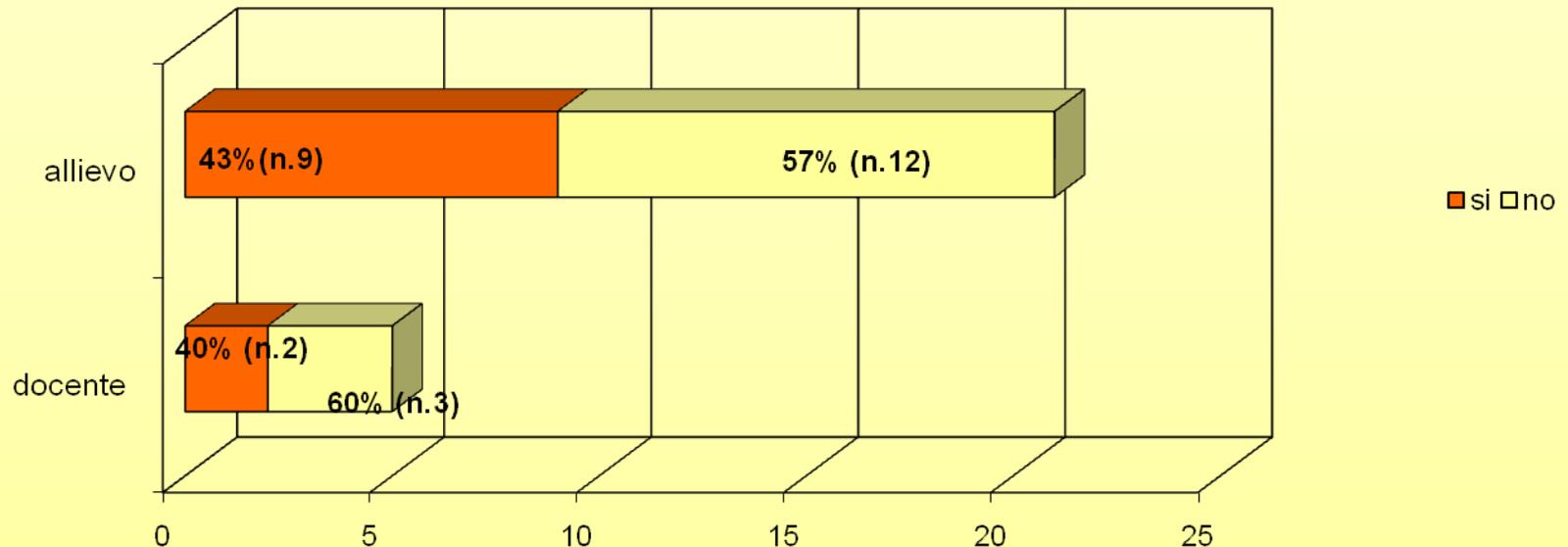


- Il 62% dei terapeuti ha valutato efficace l'impiego della tecnica EMDR durante l'esercitazione.
- L'88% ha sperimentato un intenso coinvolgimento.
- Il vissuto negativo più rappresentato (in più della metà del campione) è il senso di inadeguatezza nell'applicazione della tecnica; imbarazzo, frustrazione e timore di perdita del controllo sono state riferite da un minore numero di terapeuti.

RISULTATI:

Applicazione della tecnica EMDR nella pratica clinica

Numero di partecipanti che hanno utilizzato la tecnica nella pratica clinica per status professionale (allievi 21; docenti 5)



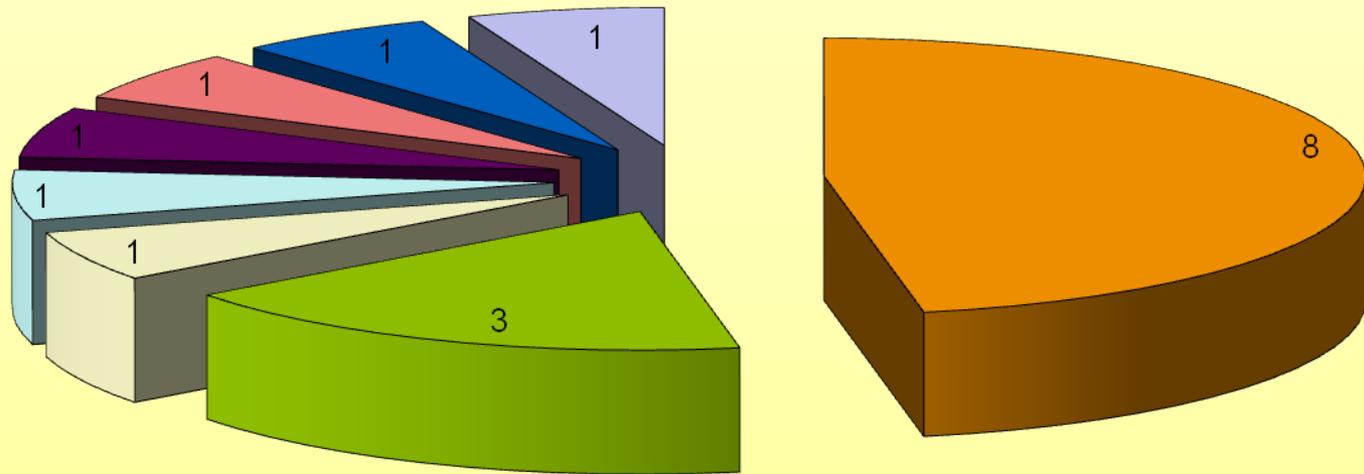
Il 42% (n.11) dei partecipanti al corso ha utilizzato la tecnica EMDR nella pratica clinica.

Tutti i partecipanti, che non hanno utilizzato la tecnica EMDR, hanno identificato la causa nella percezione di non essere sufficientemente pronti.

RISULTATI:

Applicazione della tecnica EMDR nella pratica clinica

Contesti di applicazione della tecnica EMDR



■ studio privato

□ NPI

■ centro ascolto anti violenza

■ ente adozioni internazionali

■ consultorio

□ oncologia

■ studio pediatrico

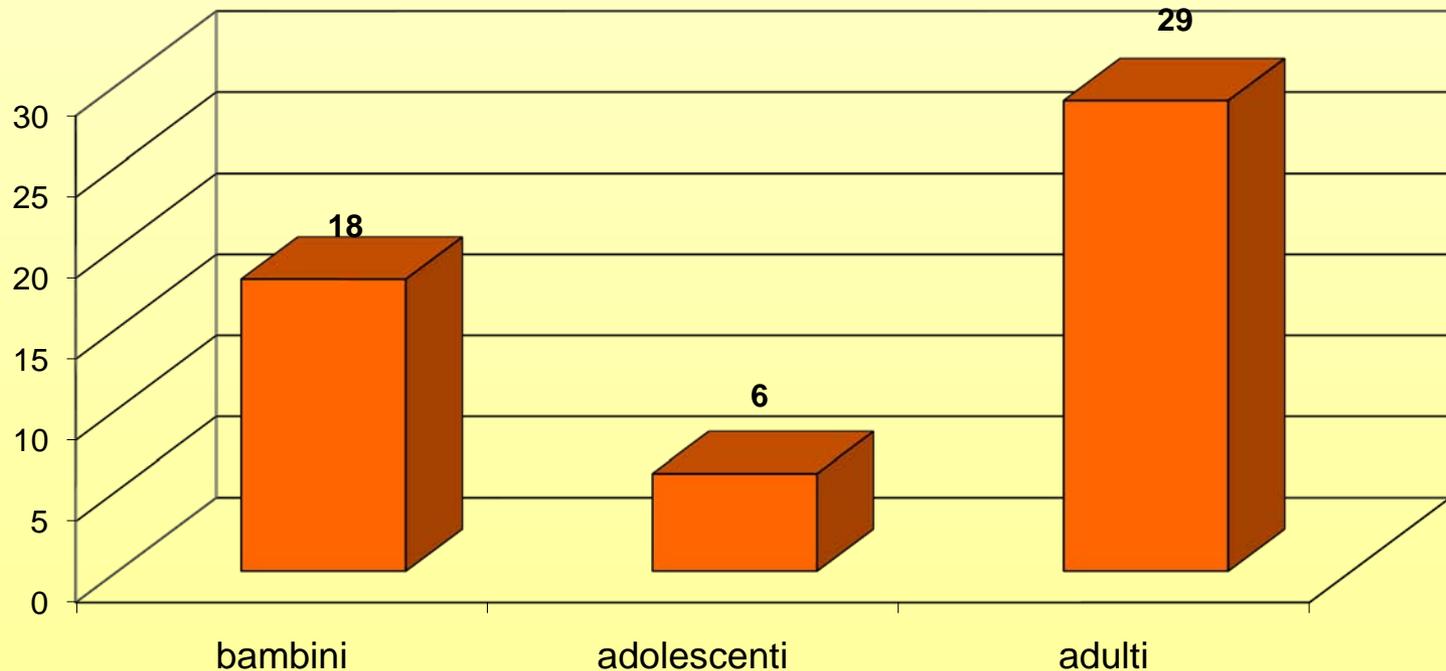
■ sportello scuola

Il contesto in cui è stata maggiormente utilizzata la tecnica EMDR è lo studio privato.

RISULTATI:

Applicazione della tecnica EMDR nella pratica clinica

Numero di pazienti con cui è stata utilizzata la tecnica per classe di età

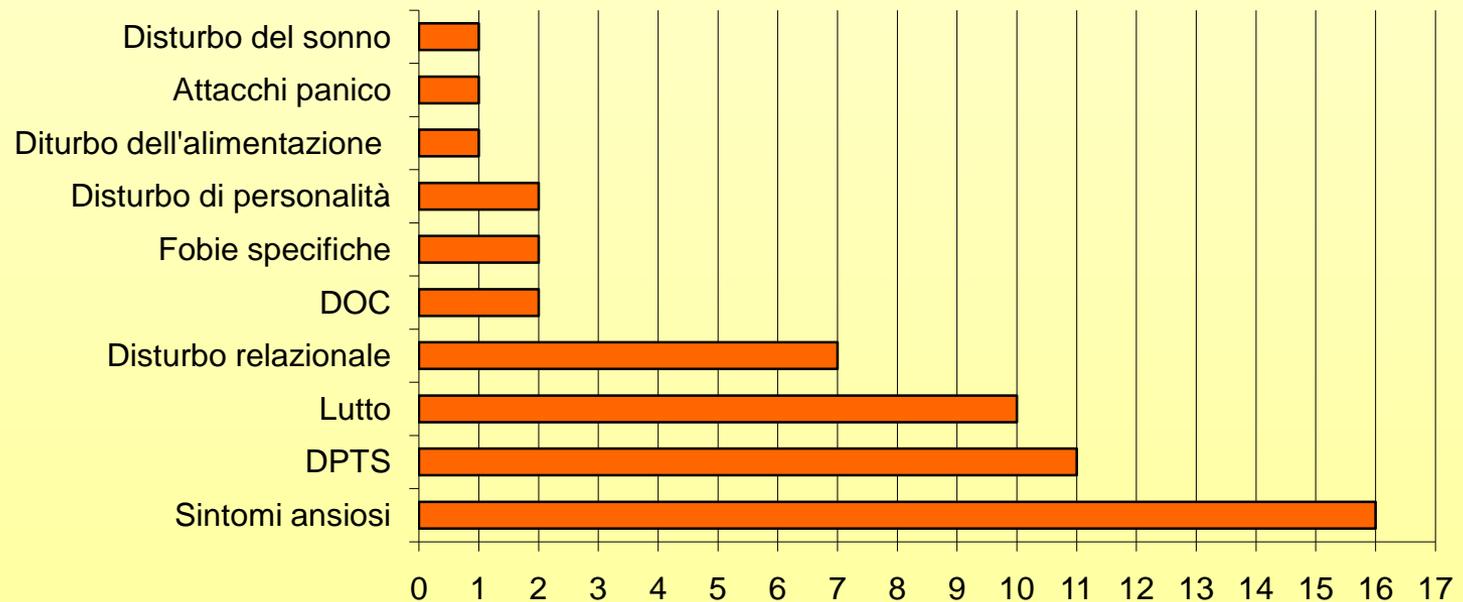


- La tecnica EMDR è stata applicata ad un alto numero di pazienti.
- Classi d'età più rappresentate sono gli adulti e i bambini.

RISULTATI:

Applicazione della tecnica EMDR nella pratica clinica

Tipologia delle problematiche trattate con EMDR (n.53)



- Prevalenti problematiche legate al trauma: disturbi relazionali (traumi t), lutti e disturbi post traumatici da stress (Traumi T), sintomi ansiosi.
- La tecnica EMDR è stata valutata efficace per 52 pazienti, inefficace per un paziente con disturbo di personalità.

CONCLUSIONI

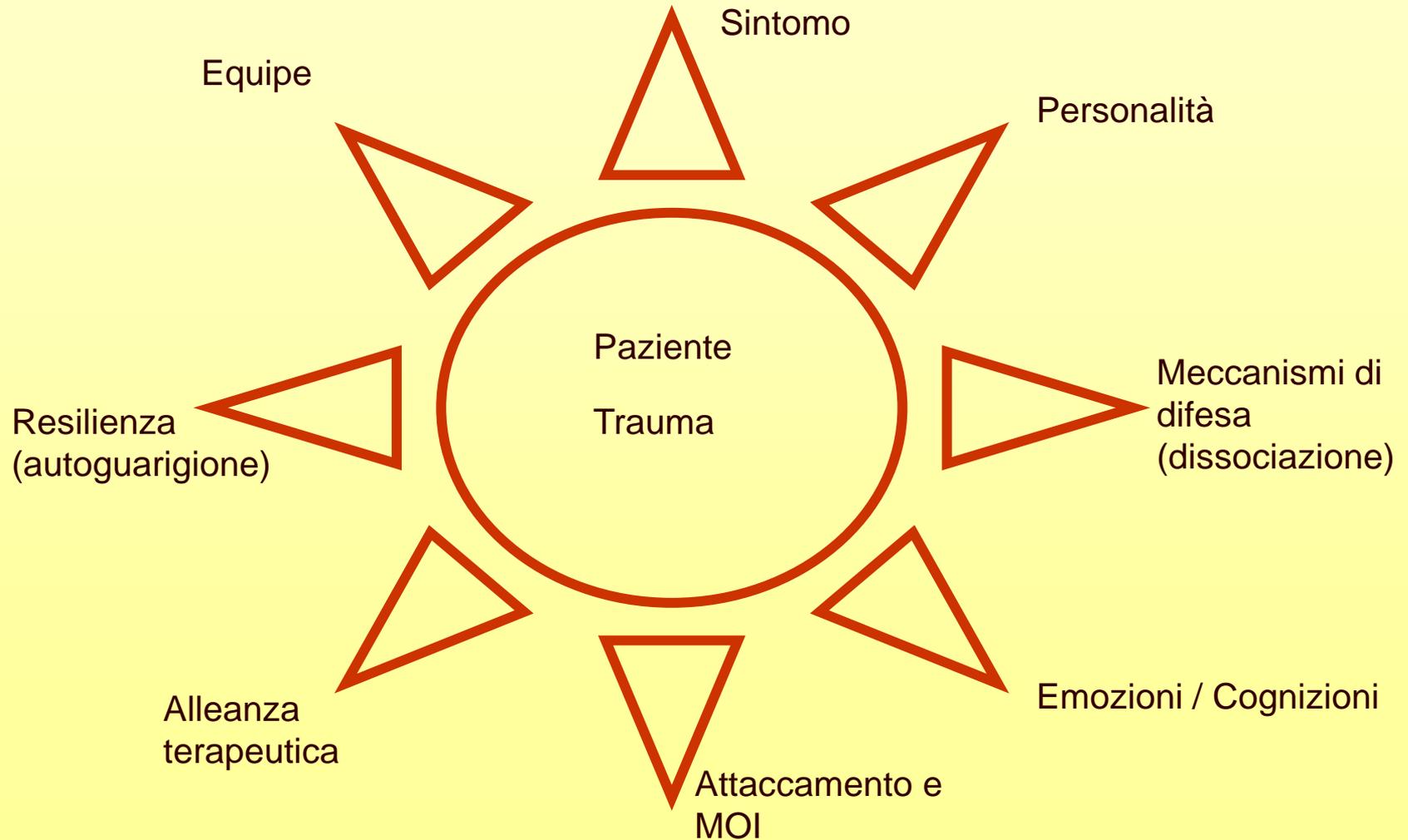
- Totale soddisfazione da parte dei partecipanti sia per la rilevanza degli argomenti trattati che per la qualità formativa del corso.
- Tutti i partecipanti hanno valutato coinvolgente l'esercitazione pratica sia nel ruolo di paziente che in quello di terapeuta, valutando l'efficacia nell'elaborazione del target scelto.
- La quasi totalità dei partecipanti che hanno applicato la tecnica con i propri pazienti l'ha valutata efficace.

Interessante riproporre il corso agli allievi

- Tutti si sono detti concordi nel ritenere il corso non sufficiente per una autonoma utilizzazione della tecnica.

Prevedere all'interno della scuola un referente supervisore e momenti di verifica sull'utilizzo della tecnica.

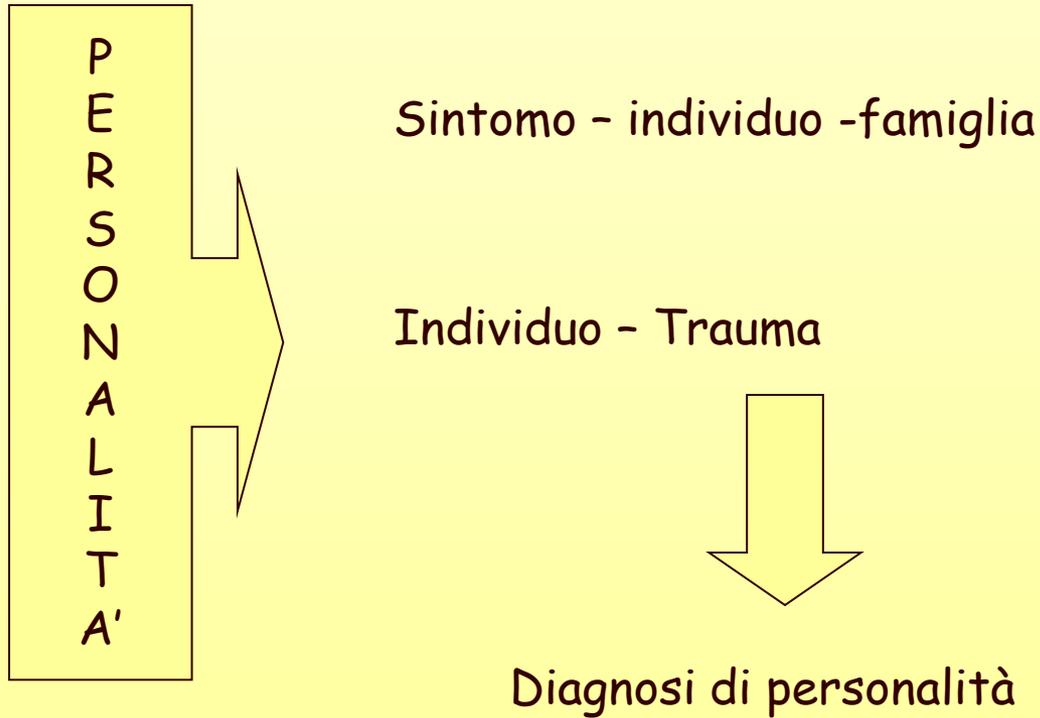
TEORIA SISTEMICA RELAZIONALE - EMDR



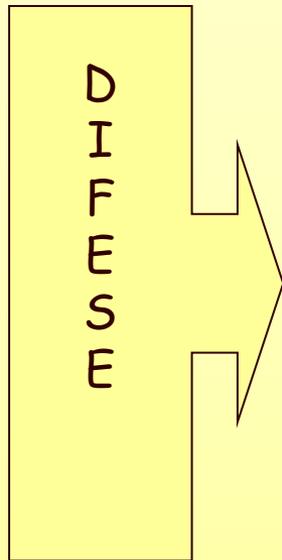
TEORIA SISTEMICO RELAZIONALE – EMDR



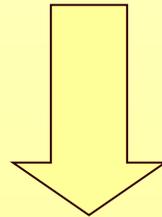
TEORIA SISTEMICO RELAZIONALE – EMDR



TEORIA SISTEMICO RELAZIONALE – EMDR

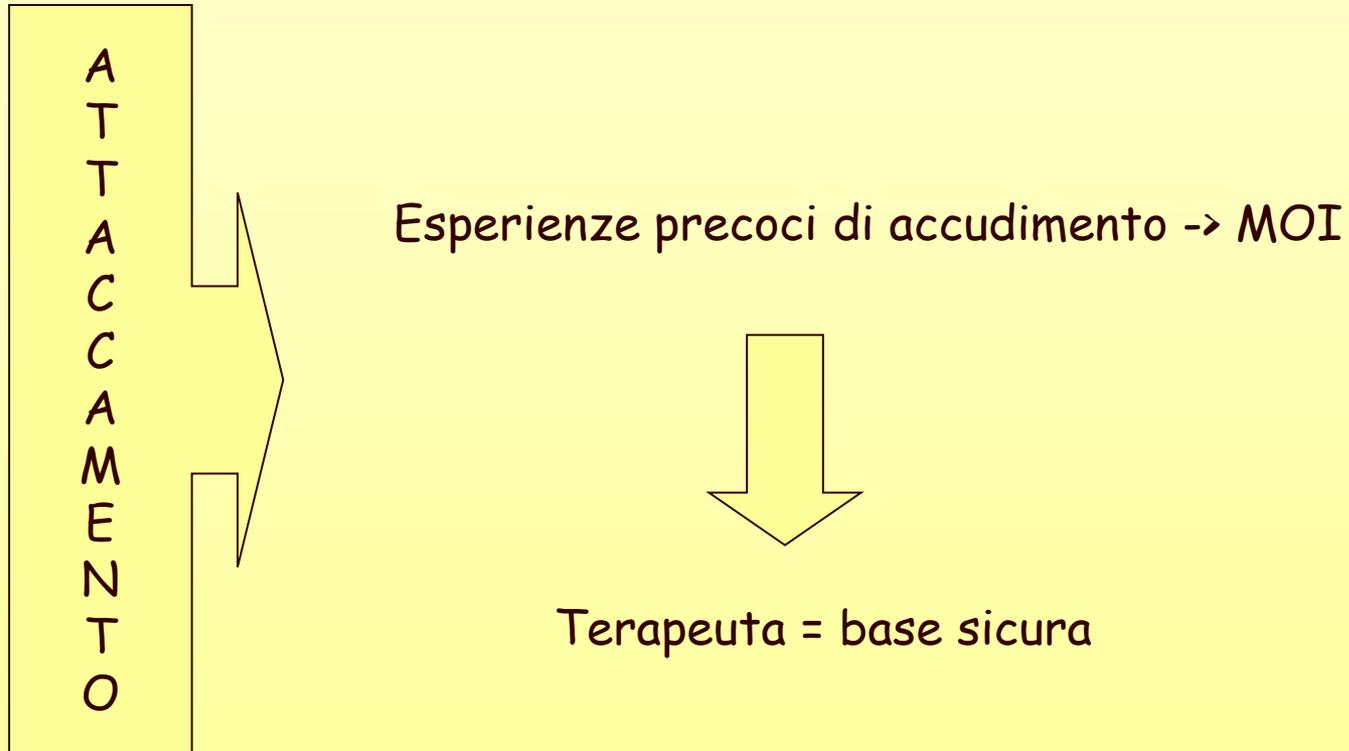


Evento Traumatico -> Dissociazione -> non integrazione degli aspetti emotivi e cognitivi



Terapia = Esperienza emozionale correttiva

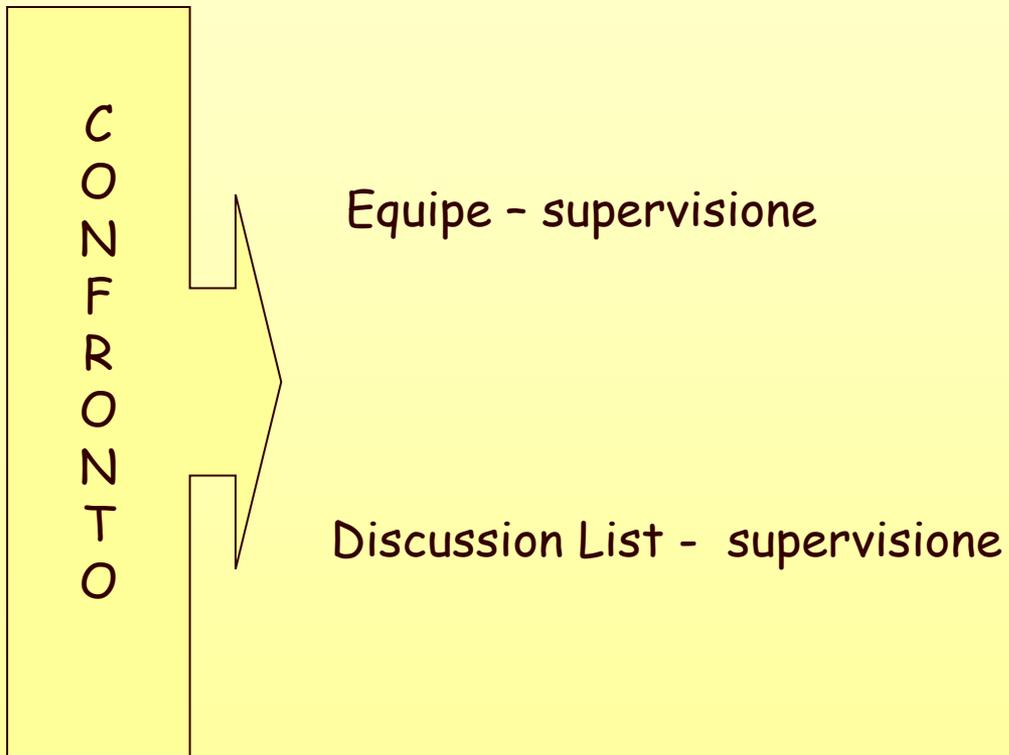
TEORIA SISTEMICO RELAZIONALE – EMDR



TEORIA SISTEMICO RELAZIONALE – EMDR



TEORIA SISTEMICO RELAZIONALE – EMDR



TEORIA SISTEMICA RELAZIONALE - EMDR

