



EMDR - rad sa traumom

Clj i ishod modula:

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR)

Desenzibilizacija i reprocesiranje pokretima očiju (EMDR) je psihoterapijska metoda koja je prvobitno osmišljena da ublaži stres povezan sa traumatskim sećanjima (Shapiro, 1989). Model adaptivne obrade informacija (Shapiro, 2001) objašnjava da EMDR terapija olakšava pristup i obradu traumatskih sećanja i drugih nepovoljnih životnih iskustava kako bi ih dovela do adaptivnog rešenja. Nakon uspešnog lečenja EMDR terapijom, afektivni distres se ublažava, negativna uverenja se menjaju, a fiziološko uzbudjenje se smanjuje. Tokom EMDR terapije klijent se bavi emocionalno uznenimajućim materijalom u kratkim uzastopnim dozama dok se istovremeno fokusira na spoljašnji stimulus. Bočni pokreti očiju usmereni od strane terapeuta su najčešće korišćeni spoljni stimulans, ali se često koriste i razni drugi stimulansi, uključujući bilateralno tapkanje rukom i bilateralnu audio stimulaciju (Shapiro, 1991). Shapiro (1995, 2001) prepostavlja da EMDR terapija olakšava pristup traumatskoj memorijskoj mreži, tako da je obrada informacija poboljšana, uz stvaranje novih asocijacija između traumatske memorije i prilagodljivijih sećanja ili informacija. Smatra se da ove nove asocijacije rezultiraju potpunom obradom informacija, novim učenjem, eliminacijom emocionalnog stresa i razvojem kognitivnih uvida.

EMDR terapija koristi trostruki protokol:

- (1) prošli događaji koji su postavili osnovu za disfunkciju se obrađuju, stvarajući nove asocijativne veze sa adaptivnim informacijama;
- (2) ciljaju se trenutne okolnosti koje izazivaju uznenirenost, a unutrašnji i spoljašnji okidači su desenzibilizovani;
- (3) obrađuju se zamišljeni šabloni budućih događaja, kako bi se klijentu pomoglo u sticanju veština potrebnih za adaptivno funkcionisanje.



Urađeno je više od 30 studija sa pozitivnim kontrolisanim ishodom u EMDR terapiji. Neke od studija pokazuju da 84 - 90% žrtava pojedinačne traume više nema posttraumatski stresni poremećaj nakon samo tri 90-minutne seanse. Druga studija, koju je finansirao SZO, otkrila je da 100% žrtava sa jednom traumom i 77% žrtava višestruke traume više nije imalo dijagnozu PTSP-a nakon samo šest 50-minutnih seansi. U drugoj studiji, 77% ratnih veterana je bilo bez PTSP-a u 12 seansi. Bilo je toliko istraživanja o EMDR terapiji da je sada prepoznata kao efikasan oblik lečenja traume i drugih uznenimirujućih iskustava od strane organizacija kao što su Američko udruženje psihijatara i Svetska zdravstvena organizacija.

Tokom modula, edukanti će dobiti informacije na kojima počiva primena EMDR terapije, detaljni prikaz metode, svih faza, kao i prikaz jedne EMDR seanse.

Način održavanja modula:

Modul se održava u okviru jednog vikenda odnosno 12 sati ili 16 časova.

Plan rada modula:

- Nastanak EMDR metode
- Trauma - prikaz iz ugla EMDR terapije sa posebnim osvrtom na neuronaučna istraživanja
- Model adaptivne obrade informacija (AIM)
- Faza stabilizacije - prikaz instalacije sigurnog mesta
- Faze tretmana EMDR metodom
- Implicitne i eksplisitne memorijalne mreže
- Prikaz jedne EMDR seanse
- Diskusija



Literatura:

EMDR psihoterapijski pristup Deo 1 Priručnik za trening
EMDR psihoterapijski pristup Deo 2 Priručnik za trening

Dodatna literatura:

Fransin Šapiro i Margot Silk Forest - EMDR Terapija reprocesiranjem - nova dimenzija psihoterapije (Psihopolis, 2012)