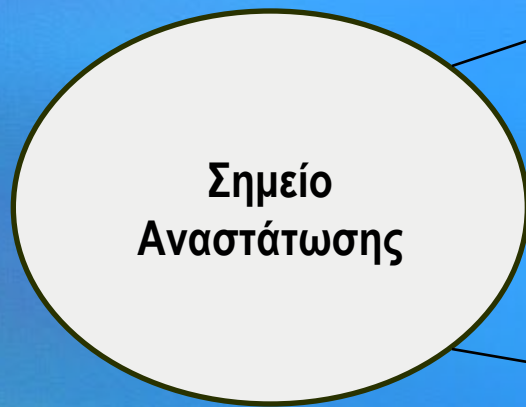


EMDR Πρωτόκολλο



Πέννη Παπανικολοπούλου M.Sc. Ph.D
Σεπτέμβριος 2011

Τηλεσκοπική Επεξεργασία / Telescopic Processing



EMD
Περιορισμένη
Εστίαση σε
κάθε σημείο
αναστάτωσης

Στρατηγική
EMDr –
Ευρύτερη
Εστίαση σε
σχέση με
ολόκληρο το
επεισόδιο

Στρατηγική
EMDR - σε
σχέση με την
επίπτωση σε
ολόκληρη τη
ζωή του
θεραπευόμενου

Στόχος: η ολοκλήρωση κάθε σημείου αναστάτωσης



**Βασικό
Πρωτόκολλο EMDR Standard Protocol**

**Φάση I
Ιστορικό**

Πλήρες Ιστορικό:
Παρελθόν- Παρόν – Μέλλον.
Εντοπισμός στόχων για
επεξεργασία.

**Φάση II
Σταθεροποίηση**

Ασφαλής Χώρος
(Safe Place και άλλα όταν
χρειάζονται)

**Φάση III
Αξιολόγηση**

Στόχος: συμβάν, εικόνα,
αρνητική σκέψη, θετική σκέψη,
VoC, συναίσθημα, SUD, σώμα

Βασικό Πρωτόκολλο EMDR Standard Protocol

**Φάση IV
Απευαισθητοποίηση**

Επεξεργασία με BLS...όσο υπάρχει αλλαγή

**Φάση V
Εγκατάσταση**

Εγκατάσταση της Θετικής Σκέψης PC όταν SUD=0 ή 1

**Φάση VI
Σωματική
Σάρωση**

Σωματική σάρωση



**Βασικό
Πρωτόκολλο EMDR
Standard Protocol**

**Φάση VII
Κλείσιμο**

Κλείσιμο

**Φάση VIII
Follow-up
Επαναξιολόγηση**

Επόμενη συνεδρία



Εγκέφαλος και Τραύμα

- Μνήμη
- «Τυπική Επεξεργασία Πληροφοριών»
- Ο ρόλος του αμυγδαλοειδούς πυρήνα (της αμυγδαλής)
- Ο ρόλος του Ιππόκαμπου
- Δυσλειτουργική Επεξεργασία = Τραυματική Επεξεργασία πληροφοριών.

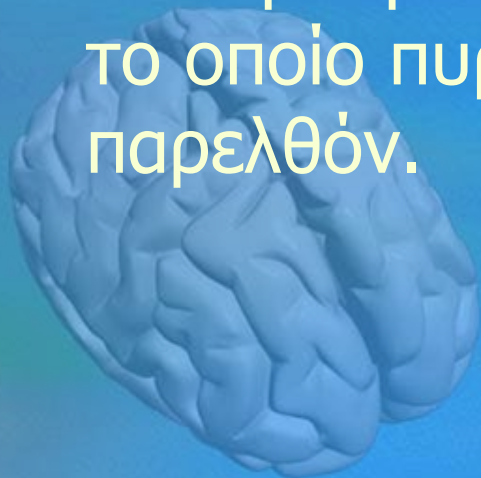


Το Τραύμα είναι μία διαταραχή της μνήμης

Ζούμε το παρόν ως παρελθόν.

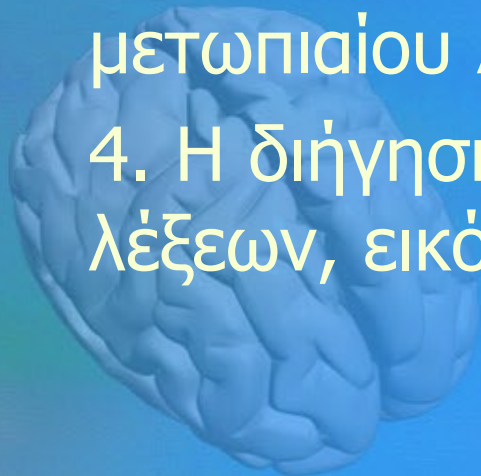
Δηλαδή

Αντιδρούμε σε εσωτερικό ή εξωτερικό ερέθισμα το οποίο πυροδοτεί ασυνείδητες μνήμες από το παρελθόν.



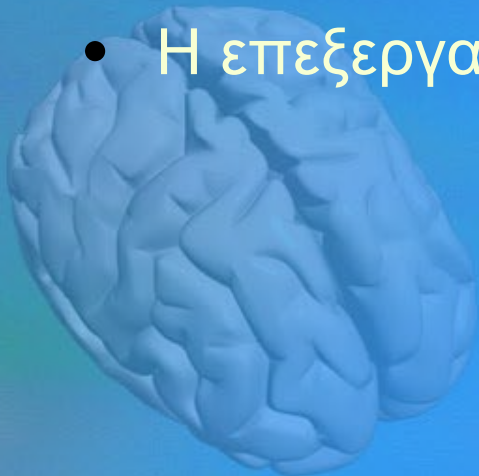
Μεταιχμιακό /Λιμβικό Σύστημα και Τυπική διαδρομή πληροφοριών

1. Ερεθίσματα : Πληροφορίες μέσω των αισθήσεων έρχονται στο Θάλαμο του εγκεφάλου
2. Πληροφορίες : φιλτράρονται ανάλογα με το «συναισθηματικό βάρος» (έλξη ή απειλή ανιχνεύονται από την αμυγδαλή).
3. Οι πληροφορίες εντάσσονται στη διήγηση της ζωής μέσω της παραϊπποκαμικού έλικα και του μετωπιαίου λοβού.
4. Η διήγηση προσδίδει νόημα στο γεγονός μέσω λέξεων, εικόνων και συμβόλων



Αμυγδαλή

- Εξασφαλίζει την επιβίωση εξερευνώντας όλες τις πληροφορίες ως απειλές ή επιθυμητές έλξεις.
- Όταν αντιλαμβανόμαστε ένα ερέθισμα ως κίνδυνο, τότε μπλοκάρεται η ροή πληροφοριών στο προμετωπιαίο λοβό και παράγονται ορμόνες του στρες στον υποθάλαμο.
- Η επεξεργασία αυτή οδηγεί στην αντίδραση:
Πάλη-Φυγή –Πάγωμα
Fight – Flight - Freeze



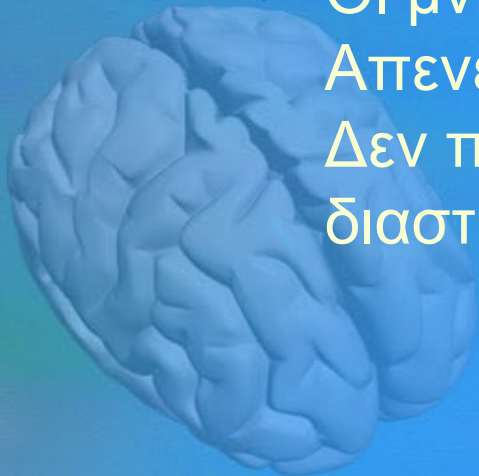
Ιππόκαμπος

- Μπορεί να αναπαράγει το χρόνο και το χώρο ενός γεγονότος.
- Δημιουργεί συνδέσεις μεταξύ διαφόρων σημείων της πραγματικότητας.
- Ένα μεμονωμένο γεγονός μετατρέπεται σε Επεισόδιο



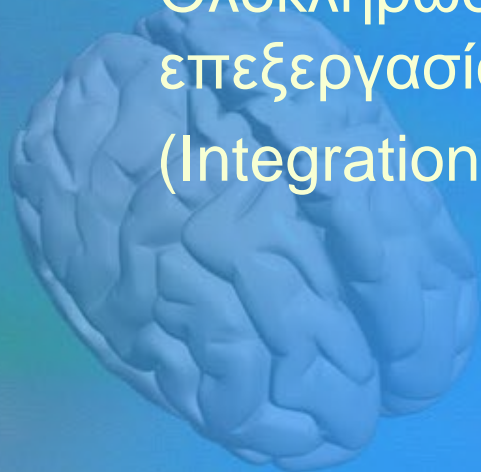
Τραύμα

- Όταν μία εμπειρία είναι τραυματική στέλνει ένα έντονο σήμα στον ιππόκαμπο έτσι ώστε να μη μπορεί να δώσει όνομα και νόημα σ' αυτό που συμβαίνει.
- Έντονα συναισθήματα μαζί με σωματικές αισθήσεις αποτελούν τη σιωπηλή μνήμη (implicit memory) η οποία δεν είναι προσβάσιμη στη συνειδητή επεξεργασία του εγκεφάλου.
- Οι μνήμες δεν μετατρέπονται σε διήγηση. Απενεργοποιείται και το κέντρο λόγου του Broca. Δεν προσδίδονται νόημα, και λέξεις. Τα γεγονότα διαστρεβλώνονται. "Speechless Terror"



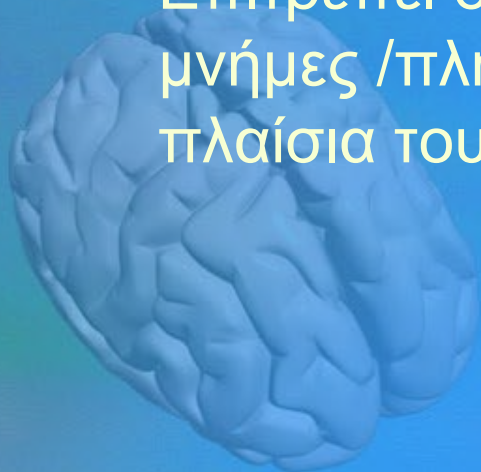
AIP / Adaptive Information Processing
Προσαρμοστική Επεξεργασία Πληροφοριών
Συμπεριλαμβάνει:

- Ψυχοεκπαίδευση του Θεραπευόμενου για τη δημιουργία του τραύματος.
- Πρόσβαση σε συνειρμούς.
- Επιταχυνόμενη επεξεργασία Πληροφοριών / ταχεία μάθηση (Accelerated Information Processing / rapid learning)
- Ολοκλήρωση πληροφοριών κατά τη διάρκεια της επεξεργασίας (Integration of information through processing)



Ολοκλήρωση Πληροφοριών μέσω της επεξεργασίας

- Όταν επεξεργάζονται οι πληροφορίες τότε μπορούμε και ολοκληρώνουμε τις τραυματικές εμπειρίες.
- Re-processing / Επανεπεξεργασία
- Απαιτείται η μετάβαση πληροφοριών από την αμυγδαλή στον ιππόκαμπο.
- Επιτρέπει στον θεραπευόμενο να επεξεργαστεί τις μνήμες /πληροφορίες σε ένα υψηλότερο επίπεδο στα πλαίσια του προμετωπιαίου λοβού.



Βιβλιογραφία

- Shapiro, F.(2007). EMDR, Adaptive Information Processing, and Case Conceptualization. *Journal of EMDR Practice and Research*, Vol.1, Number 2, 68-85
- Siegel, D. J. (2002). The developing mind and the resolution of trauma: Some ideas about information processing and an interpersonal neurobiology of psychotherapy. In F. Shapiro (Ed.), *EMDR as an integrative psychotherapy approach: Experts of diverse orientations explore the paradigm prism* (pp. 85–122). Washington, DC: American Psychological Association Press.
- Stickgold, R. (2002). EMDR: A putative neurobiological mechanism of action. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 61–75.

