

EYE MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING

Antonio Onofri

Psichiatra Psicoterapeuta

VicePresidente Associazione Italiana per l'EMDR

CONGRESSO FIAP

“La Psicoterapia nel Villaggio Globale”

Roma, 9-11 Novembre 2012



L'EMDR è una terapia a otto fasi, focalizzata sui ricordi considerati rilevanti per i problemi presentati dal paziente e caratterizzata dall'uso di stimolazioni bilaterali, come movimenti visivi alternati destra-sinistra, suoni alternati destra-sinistra o tamburellamenti manuali destra-sinistra, nel contesto di una procedura standardizzata.



Il tipico pattern di miglioramento osservato durante la terapia con EMDR è una rapida progressione di associazioni intrapsichiche: emozioni, sensazioni, introspezioni, ricordi, emergono e cambiano ad ogni nuovo set di stimolazioni bilaterali.

Ideato da Francine Shapiro nel 1987.

Il primo lavoro fu pubblicato nel 1989, sul *Journal of Traumatic Stress*

La sua efficacia sui disturbi post-traumatici è stata confermata nel tempo da almeno 30 studi controllati.

Per le situazioni cliniche di PTSD da trauma singolo tipicamente già solo 3-6 sedute producono tra il 77 e il 100% di remissione.

Per le situazioni cliniche di PTSD da traumi ripetuti, occorrono invece 12 o più sedute.

RICERCHE CLINICHE:

L'EMDR confrontato con la terapia farmacologica indica migliori risultati nel lungo termine, anche dopo la fine della terapia (van der Kolk et al., 2007)

Un certo numero di studi indica, nelle popolazioni non cliniche, che i movimenti oculari producono un effetto desensibilizzante nei confronti di ricordi disturbanti. (Chemtob et al., 2000; Shapiro, 2001)

LINEE GUIDA INTERNAZIONALI:

L'American Psychiatric Association (2004) ha attribuito all'EMDR il più alto livello di raccomandazione (assegnando la massima categoria Evidence Based) nel trattamento del trauma.

L'Israeli National Council for Mental Health (2002) ha inserito l'EMDR come uno degli unici 3 metodi raccomandati per il trattamento delle vittime di terrorismo (Bleich, Kutz & Shalev).

Il Department of Veterans Affairs e il Department of Defense (2004) ha attribuito all'EMDR la categoria A per il trattamento del trauma.

Il National Institute for Clinical Excellence (2005). Ha considerato l'EMDR una terapia Evidence Based per il PTSD

COME FUNZIONA?

Esistono molte ipotesi di natura neurobiologica sul funzionamento dell'EMDR: miglioramento della memoria autobiografica e della memoria operativa, ripristino di una corretta risposta di orientamento, Barrowcliff et al. (2004) hanno dimostrato come i movimenti oculari siano in grado di abbassare l'arousal fisiologico misurato attraverso la conduttanza cutanea elettrodermica

I movimenti oculari producono un aumento della attività parasimpatica e un abbassamento dell'arousal fisiologico (Elofsson et al., 2008; Sack et al., 2007; Sack et al., 2008; Wilson et al., 1996)

I movimenti oculari producono un abbassamento dell'attività cardiaca e della conduttanza cutanea (Aubert-Khalifa, Roques, & Blin, 2008).

I movimenti oculari producono una diminuzione della vividezza e della emozionalità negativa dei ricordi traumatici (Barrowcliff et al., 2004; Kavanagh et al., 2001; Sharpley et al., 1996; Van den Hout et al., 2001)

I movimenti oculari producono una ridirezione ripetitiva dell'attenzione, inducendo uno stato neurobiologico simile al sonno REM, aumentando l'accesso ad associazioni meno dominanti, e producendo una integrazione corticale dei ricordi disturbanti nelle reti semantiche e facilitando il passaggio alla memoria episodica e quindi semantica (Siegel, 2002; Stickgold, 2002).

Christman, et al. (2003) and Propper and Christman (in press) mostrano come i movimenti oculari aumentino il richiamo dei ricordi semantici negli studi sperimentali. (*Eye movements may change interhemispheric coherence in frontal areas*, Propper et al., 2007).

Kuiken, et al. (2001-2002) hanno mostrato come i movimenti oculari siano associate a un aumento della flessibilità della attenzione.

Le otto fasi del Trattamento con EMDR:

1. Storia
2. Preparazione
3. Assessment
4. Desensibilizzazione
5. Installazione
6. Scansione Corporea
7. Chiusura
8. Rivalutazione

Gli effetti dell'EMDR:

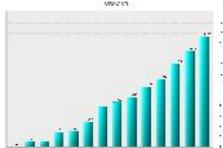
- Diminuzione o scomparsa delle immagini intrusive
- Minori lacune mnestiche
- Desensibilizzazione del ricordo
- Cambiamento di prospettiva
- Diminuzione o scomparsa della componente sensomotora
- Diversa attribuzione di significati
- Aumento della accettazione e "compassione" verso di sé
- Maggiori abilità metacognitive

Associazione per l'EMDR in Italia

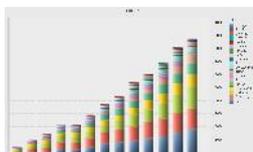
L'Associazione per l'EMDR in Italia, attiva in Italia dal 1999, è un'associazione senza scopo di lucro. Lo scopo primario dell'Associazione per l'EMDR in Italia è quello di fissare, mantenere e promuovere i più elevati standard di eccellenza e di integrità nella pratica, nella ricerca e nella formazione sull'EMDR. In Italia, finora, sono stati formati circa 4.000 psicoterapeuti che operano sia in ambito pubblico (ASL e Aziende Ospedaliere) che privato e in associazioni che affrontano problematiche legate a esperienze traumatiche.

L'Associazione per l'EMDR in Italia fa parte della EMDR Europe e di EMDRIA (EMDR International Association). L'Associazione è molto attiva sul territorio con una task force (HAP Italia) di psicoterapeuti volontari che intervengono in situazioni di emergenza su tutto il territorio nazionale. Inoltre sono state avviate collaborazioni con la Protezione Civile, i Vigili del Fuoco, le Forze dell'Ordine.

La crescita della Associazione italiana per l'EMDR



La crescita della Associazione EMDR Europa



Associazione per l'EMDR in Italia –
Via Paganini, 50 - 20813 Bovisio M. (MB)
tel./fax 0362 558879

www.emdritalia.it segreteria@emdritalia.it