



EMDR e terapia on-line: linee di trattamento

Generalmente l'Associazione EMDR Italia sconsiglia l'utilizzo di piattaforme come Skype, Zoom, Facetime, WhatsApp ecc., per fare terapia EMDR con i pazienti perché in questo modo non sempre è possibile garantire un setting terapeutico con la sua complessità, che diversamente invece otteniamo all'interno del nostro studio. E' possibile che il paziente non riesca a percepire la vicinanza emotiva ed empatica del professionista e la sua presenza terapeutica e che senta questo setting come distante o asettico, queste problematiche possono quindi bloccare l'elaborazione e/o renderla più difficoltosa andando a discapito dell'alleanza tra paziente e terapeuta.

Inoltre, l'elaborazione tipica che avviene nelle sedute di EMDR è profonda, molto ricca e apre canali non solo associativi e cognitivi, ma anche emotivi e somatici importanti.

Trattandosi però di una situazione di emergenza senza precedenti e trovandoci ad avere come unico mezzo di comunicazione queste piattaforme abbiamo pensato di offrire delle linee guida da seguire solo per la durata della situazione d'emergenza per continuare il nostro lavoro in remoto con i pazienti:

E' quindi possibile utilizzare l'EMDR solo con pazienti conosciuti che abbiamo già in carico con una buona alleanza terapeutica e con i quali abbiamo già usato l'EMDR e di cui conosciamo bene i processi di elaborazione.

Da NON fare con:

- Pazienti nuovi
- Pazienti a cui non è mai stato fatto EMDR prima
- Pazienti con aspetti dissociativi
- Pazienti che presentano difficoltà nell'elaborazione
- Pazienti complessi (ad es. con rischio suicidario)

In tutti questi casi in cui non è indicato l'EMDR on line, cosa facciamo?

- Stabilizzazione e Grounding
- Psicoeducazione
- Interventi a livello cognitivo
- Posto al Sicuro
- Installazione/rafforzamento di risorse

Che protocollo uso on line?

- Sessioni individuali con protocollo eventi recenti sul Coronavirus
- Sessioni individuali con EMDR protocollo standard (molti pazienti necessitano di continuare la propria psicoterapia senza necessariamente soffermarsi sul Coronavirus)