

## **METODICHE INTEGRATE**

Trattasi di un Progetto di Psicoterapia Breve per le vittime del Terremoto associando metodiche di Psicoterapia Analogica, Ipnosi regressiva d'età e auricoloterapia con l'EMDR per il trattamento dei disturbi da stress post-traumatico (PTSD).

L'EMDR (Desensibilizzazione e rielaborazione attraverso i Movimenti Oculari) è una metodica psicologica specifica e più' rapida per la risoluzione dei disturbi emotivi rispetto alle terapie convenzionali. E' già stata utilizzata con successo nel trattamento dei reduci del Vietnam traumatizzati, di vittime di aggressioni sessuali e dei cataclismi che, se potenziato con l'Ipnosi Regressiva d'età permette di "consumare" anche eventuali altre cause remote, velocizzando il trattamento delle seguenti patologie: Stress post-traumatico - Attacchi di Panico- Disturbi Dissociativi - Disturbi d'Ansia - Ansia da Prestazione - Lutto - Abusi sessuali, fisici e psicologici - Fobie - Riduzione della percezione dei Dolori cronici.

La rielaborazione dell'esperienza traumatica viene effettuata mediante set. Di movimenti guidati degli occhi, o altre stimolazioni bilaterali degli emisferi cerebrali in uno stato di "trans vigile" al fine di facilitare la "mobilizzazione del meccanismo di autoguarigione", stimolando un sistema innato di elaborazione cerebrale delle informazioni simile a quanto avviene naturalmente durante i sogni o il sonno REM (Rapid Eye Moviment) seguendo una traccia fisiologica che permette la riduzione rapida delle anomalie neurologiche in modo da sentire il ricordo di esperienze traumatiche in modo nuovo e meno disturbante, fino ad una "risoluzione adattiva" con riduzione della sintomatologia ad un cambiamento delle convinzioni negative verso quelle nuove e positive.

Pertanto la metodica ha un "triplice approccio" globale, in quanto si rivolge:

1) alle esperienze passate, 2) alle attuali cause "stressogene", 3) ai pensieri ed alle azioni desiderate per il futuro.