



# AIUTARCI PER AIUTARE

Gazzada-Schianno, 05/01/ 2022

ASSOCIAZIONE PER L'EMDR

# ASSOCIAZIONE EMDR ITALIA

È un'Associazione senza scopo di lucro diffusa su tutto il territorio nazionale.

È composta da circa 6.000 psicologi e psicoterapeuti esperti in psicotraumatologia con EMDR.

L'EMDR è riconosciuto dall'OMS come trattamento efficace ed elettivo per la cura del trauma e dei disturbi ad esso correlati. Oltre 180.000 terapeuti nel mondo lo utilizzano nella loro pratica clinica.

# PERCHÉ SIAMO QUI?

- Capire come supportare al meglio i bambini/e nell'attraversare un grande dolore
- Conoscere le reazioni da stress di adulti e bambini a seguito di un lutto traumatico
- Conoscere come si svolgerà il ciclo di supporto ai bambini/e per sostenerli al meglio nella rielaborazione del lutto

# PERCHE' SIAMO QUI?

La Psicologia dell' Emergenza ha tra i suoi obiettivi quello di fornire un supporto psicologico a **tutta la popolazione** direttamente o indirettamente colpita da un evento traumatico.

I bambini e i preadolescenti rientrano nelle categorie di persone considerate più vulnerabili in caso di incidente critico

# INCIDENTE CRITICO

*“Un evento si definisce come traumatico quando è improvviso, inaspettato ed è percepito dalla persona come minaccia alla sua sopravvivenza, suscitando un sentimento d'intensa paura, impotenza, perdita del controllo, annichilimento”. (Mitchell 1996)*

# INCIDENTE CRITICO

L'impatto emotivo è caratterizzato da :

- ✓ Marcato senso di vulnerabilità
- ✓ Impotenza
- ✓ Sensazione di perdita di controllo
- ✓ Paura, Angoscia
- ✓ Rabbia
- ✓ Disperazione

# INCIDENTE CRITICO

- Sono improvvisi e inaspettati
- Travolgono la nostra sensazione di controllo
- Comportano la percezione di una minaccia potenzialmente letale
- Possono comprendere perdite emotive o fisiche
- VIOLANO I PRESUPPOSTI SU COME FUNZIONA IL MONDO

# INCIDENTE CRITICO

## *VITTIME*

Vittime di I tipo: chi direttamente subisce l'impatto dell'evento

Vittime di II tipo: parenti o persone vicine alle vittime di I tipo

Vittime di III tipo: i soccorritori

Vittime di IV tipo: la comunità coinvolta nell'evento critico

Vittime di V tipo: chi, per caratteristiche pre-critiche, può reagire sviluppando un PTSD a breve o a lungo termine

Vittime di VI tipo: coloro che avrebbero potuto essere vittime del I tipo o che si sentono coinvolte per motivi indiretti



# LUTTO

Il lutto è il sentimento di intenso dolore che si prova per la perdita di una persona cara.

La morte, specialmente di una persona vicina, specialmente di un bambino, è stata considerata da sempre come l'evento che provoca non solo una perdita fisica e reale ma una perdita emotiva e psicologica nella in chi sopravvive.



La reazione al lutto è molto personale e può essere influenzata da diversi fattori:

- le circostanze che hanno portato al decesso;
- la prevedibilità o meno con cui esso è avvenuto;
- le caratteristiche personali di chi subisce il lutto, (l'età, il ruolo ricoperto all'interno della famiglia, il grado di parentela, la qualità della relazione, le caratteristiche psicologiche personali);
- le risorse presenti all'interno del contesto.

Non sempre e non per tutti è possibile portare a termine il processo di elaborazione del lutto in senso positivo.

Talvolta si può restare bloccati per lungo tempo, senza riuscire ad accettare l'accaduto e poter proseguire il cammino della propria vita.

Il lutto complesso si presenta quando le manifestazioni del lutto normale si acutizzano e diventano croniche

# La comprensione della morte

- "Troppo spesso i genitori rimasti in vita, preoccupati del loro dolore e ritenendo di fare la cosa giusta, nascondono i loro veri sentimenti e dicono ai bambini poco o niente della morte del genitore. Così facendo, trascurano il bisogno dei loro figli di piangere le perdite che hanno cambiato profondamente la loro vita. Non c'è cattiveria nel modo in cui questi adulti trascurano il bisogno dei loro figli; è solo che essi non sanno o non hanno mai considerato l'impatto emotivo che la morte può avere su un bambino "

(Elisabeth Kubler Ross 2009)

# Considerazioni in base all'età

- In età scolare (6-9 anni) i bambini capiscono che la morte è irreversibile, ma potrebbero avere difficoltà ad accettare che sia una perdita definitiva. Spesso mancano della capacità di verbalizzare le emozioni. Possono comparire nuove paure e possono sviluppare curiosità morbose su come è avvenuta la morte.

# I bisogni del bambino

- È necessario essere onesti e aperti, fornire fatti, dettagli concreti e spiegare come è avvenuta la morte.
- Bisogna rassicurare i bambini sui possibili sensi di colpa e vergogna.
- È importante aiutarli a dar voce alle proprie emozioni e coinvolgerli nei momenti di condivisione.

# IL TEMPO DEL LUTTO

Il tempo del lutto è un tempo differente da qualsiasi altro momento della vita

Il lutto ha un effetto sul proprio mondo: disorganizzante e sconvolgente

Non è il passare del tempo che cura ma quello che si fa con e nel tempo

# COMPRENSIONE della MORTE e REAZIONI in bambini dai 5 ai 9 anni

- Consapevolezza della morte come accadimento;
- Può essere percepita come castigo per una cattiva azione;
- Cominciano a rendersi conto che la morte è irreversibile, definitiva, tuttavia ci sono vari livelli di comprensione:
  - A) verso i 6 anni distinguono la morte dal sonno (ma la morte non appare loro come un evento assolutamente irreversibile e universale);
  - B) a 7 anni il bambino capisce in genere che la persona deceduta è «insensibile» (il concetto di irreversibilità della morte si fa più chiaro)
  - C) verso gli 8 anni, il concetto di morte si amplia, il bambino comincia ad accettarne l'universalità.
- Reagiscono con rabbia, litigiosità, irritabilità, senso di colpa, fluttuazioni dell'umore, isolamento, sintomi fisici, problemi scolastici.



I bambini sono sensibili agli eventi traumatici che vivono anche in maniera indiretta.

Gli eventi Critici che hanno un forte impatto emotivo sul gruppo.

E' opportuno quindi:

- Cogliere i segnali di disagio ed ansia
- Preparare i compagni ad accogliere l' alunno al suo rientro in classe
- Supportare in maniera adeguata il bambino colpito

## COMPRESIONE della MORTE e REAZIONI in bambini dai 9 ai 12 anni

- La morte riconosciuta come processo biologico definitivo, inevitabile, universale e personale. Comprensione del concetto di causalità ed intenzionalità;
- Ci possono essere numerose e forti reazioni emotive;
- Sono molto preoccupati per la propria salute e quella dei propri familiari;
- Reagiscono con pianto, tristezza, nostalgia assieme ad aggressività, irritabilità e risentimento, isolamento, ansia; oppure soppressione emotiva, negazione ed evitamento, colpa e vergogna, disturbi del sonno, della memoria, sintomi fisici, pensieri ripetitivi.

# REAZIONI PSICOLOGICHE

*“Questa cosa non doveva*



# Cosa possiamo dire?

Le persone muoiono per diversi motivi:

- **Perché sono molto anziane** (la morte è la fine naturale della vita, quando si diventa molto vecchi; tutto nasce e tutto muore, gli animali, le piante e qualsiasi essere vivente).
- **Perché sono malate** (di quelle malattie che nessuno può curare).
- **Per un incidente**
- **Perché vengono uccise** (questo si chiama «omicidio»).
- **Perché decidono di togliersi la vita** (questo si chiama «suicidio»).

# Parlarne è difficile...

Alcuni genitori scelgono di mantenere il **segreto** con i figli perché pensano di proteggerli da sentimenti molto dolorosi e perché hanno paura delle loro reazioni. Questo finisce per **confondere** i bambini, che hanno la sensazione che qualcosa non vada e sono in grado di capire più di quanto venga loro detto. A volte finiscono per conoscere la verità da qualcun altro e questo li fa sentire **traditi**.

La verità permette loro di iniziare l'elaborazione del lutto.

*«I bambini hanno bisogno di essere informati delle cose che accadono alle persone importanti della loro vita» (Elisabeth Kubler-Ross).*

# ... il segreto

**Il segreto è una trappola.**

Piano piano, tutto sembra diventare molto, molto più grande di te e tutto ciò che è successo sembra molto grave... e ti spaventa sempre di più.

Le tue domande non trovano risposte e ti senti sempre più piccolo/a e solo/a **con tanti dubbi.**

# Il silenzio

La colpa e la vergogna sono come creature invisibili che, come per un incantesimo, ricoprono tutta la realtà, avvolgendola in una coltre difficile da oltrepassare. **Tutto è avvolto nella nebbia del segreto**

Niente più si riesce a distinguere. L'incantesimo della colpa porta le persone intorno a te, ma anche te stesso/a, a pensare di aver provocato la morte della persona amata dicendo o facendo qualcosa, oppure di aver fatto un grave e irreparabile errore: non accorgersi di ciò che sarebbe potuto accadere.

"Non dire nulla!", tuona la **colpa**.  
"Scopriranno la cosa terribile che hai fatto!"  
"Tutti sapranno che è colpa tua!"  
Arriva, allora, la **vergogna**, tanto spesso dimenticata, quanto prepotente e insidiosa, che sibila: "Non dire nulla!",  
"nasconditi e nascondi la realtà!"; "tutti ti giudicheranno!"; "tutti parleranno male di te!"; "nessuno ti vorrà più!".  
Ti fa sentire diverso/a dagli altri, ti fa sentire una brutta persona, che non merita di stare in mezzo alla gente.

# Come spezzare il silenzio

Non si può lasciare che queste emozioni intrappolino nella rete del silenzio. Se prenderanno il sopravvento. Diventerà difficile chiedere aiuto, proprio perché costringerà a non parlare e, se la voce resterà a lungo imprigionata, si farà fatica a guarire e il tuo corpo sentirà il peso di quel silenzio opprimente.

**Trova un adulto di cui ti fidi**, magari una persona che sia meno coinvolta di te e dei tuoi familiari più stretti per esempio un insegnante, un amico, qualcuno che non sia all'interno della coltre dell'incantesimo e che, quindi, potrà aiutarti a rompere il malefico silenzio.

Se ti è difficile parlarne potresti scrivere una lettera, manifestando il tuo bisogno di capire, di sapere, di fare domande.



# FATTORI CHE INFLUENZANO LA RISPOSTA

- Livello di coinvolgimento
- Livello del controllo
- Livello della minaccia o perdita
- Livello di assurdità
- Livello di preavviso
- Vicinanza: fisica - psicologica
- Livello di stress nella propria vita
- Natura e grado di supporto sociale subito dopo l'evento
- Supporto di colleghi e amici
- Supporto di familiari e possibilità di comunicazione



# La finestra di tolleranza

Quando siamo fuori dalla finestra di tolleranza possiamo avere reazioni diverse e spesso le sperimentiamo per lunghi periodi, anche quando il pericolo è passato. Le persone che hanno vissuto traumi rispondono di solito fuggendo, lottando, immobilizzandosi o crollando.



## PERICOLO

Posso reagire  
Mi agito, non riesco a controllarmi. Sento che devo difendermi attaccando o scappando.

Quando sono al sicuro riesco a concentrarmi, mi posso fidare di me e degli altri.

## PERICOLO

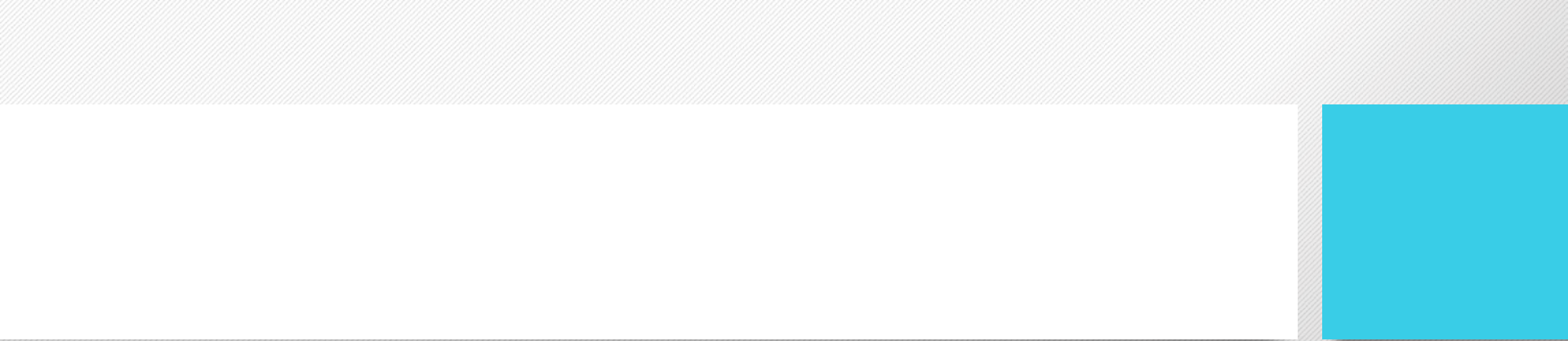
Non posso reagire  
Mi sento debole e mi sembra di svenire, mi sento vuoto, non ho più interessi e ho sempre sonno.

# Alcuni SINTOMI

- INCUBI
- FLASHBACK
- PENSIERI INTRUSIVI
- IMMAGINI SENSORIALI
- EVITAMENTO
- ALTI LIVELLI DI AROUSAL

# Io funziono così perché me lo dice il mio cervello

Le reazioni di cui abbiamo parlato fanno parte dei comportamenti che il nostro cervello ci fa adottare quando l'evento che ci colpisce non lascia il tempo di pensare. solo quando il pericolo è passato riprendiamo le funzioni superiori del cervello, che ci permettono di riflettere e trovare **strategie** diverse.



I bambini molto piccoli, anche i neonati, possono essere influenzati da eventi che riguardano la loro sicurezza o la sicurezza dei loro genitori o tutori. I traumi possono essere il risultato di violenza intenzionale. Anche i bambini possono sperimentare in risposta agli eventi di vita.

Gli eventi traumatici hanno un profondo impatto sensoriale sui bambini piccoli.

Il loro senso di sicurezza può essere modificato da stimoli visivi spaventosi, rumori forti, movimenti violenti e altre sensazioni associate a un evento imprevedibile e pauroso.

# Sintomi

Nei bimbi possiamo riscontrare:

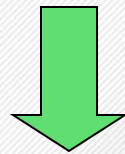
- Cambiamento negativo del comportamento e dell'umore apparentemente immotivato
- Giochi punitivi o in generale violenti
- Paure o ansie non presenti prima (tic e gesti tipici dell'ansia)
- Manie e Ossessioni
- Enuresi ed encopresi
- Tornare ad una fase di sviluppo precedente

# Sintomi

- Sbalzi d'umore
- Reazioni esagerate
- Disturbi del sonno
- Disturbi alimentari (inappetenza o voracità..)
- Pianti inconsolabili in situazioni non sintoniche

# IRREQUIETEZZA

Normale reazione può essere uno stato di agitazione e iperattività



Fare "scaricare" i bambini/ragazzi con attività fisica possibilmente all'aria aperta. Riprendere l'attività sportiva abituale.



# SINTOMI DA STRESS COMUNI NEI PREADOLESCENTI

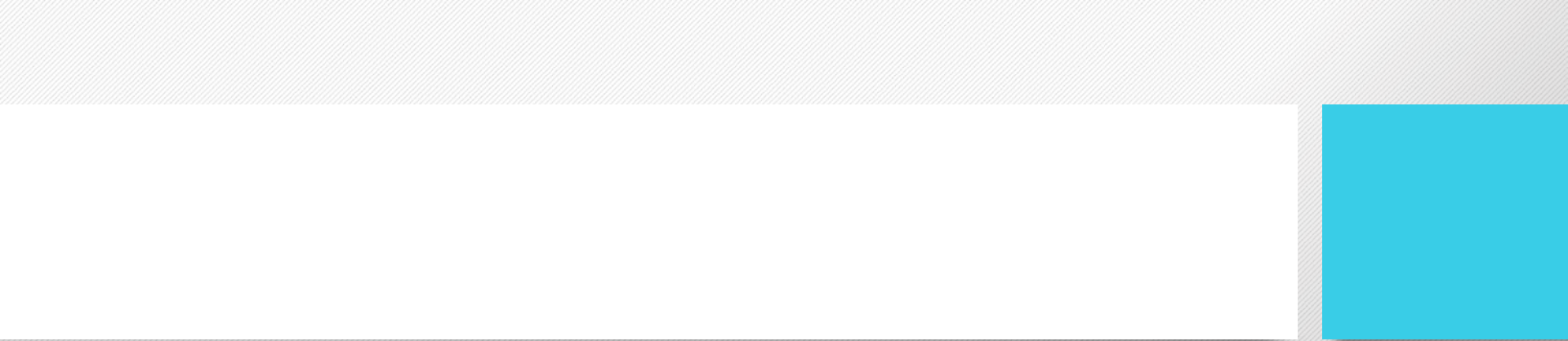
- Disturbi del sonno: possono interferire con la prestazione scolastica (autostima)
- Difficoltà di concentrazione
- Difficoltà di memoria (fissazione nuovi concetti, rievocazione abilità)
- Addiction
- Affaticamento, mancanza di energia
- Irritabilità/irrequietezza
- Isolamento/chiusura

L'INSORGENZA DEI SINTOMI  
DEVE  
ESSERE SEGUENTE  
ALL'EVENTO CRITICO SUBITO

# IMPORTANTE

Normalizzare le reazioni emotive dei bambini/ragazzi. Spiegare ai bambini che è NORMALE sentirsi a disagio dopo che è successo qualcosa di brutto. E' NORMALE essere arrabbiati, avere paura, essere tristi. Ci vuole tempo, ma queste reazioni si supereranno insieme.

LA SITUAZIONE NON È' NORMALE, LE TUE EMOZIONI E REAZIONI SI.



Le reazioni da stress  
sono Normali reazioni  
di una persona  
Normale ad un evento  
Anormale

# AIUTARE I PROPRI FIGLI





# Caregivers e trauma: quale relazione?

L'empatia scaturisce da una sorte di imitazione fisica della sofferenza altrui che poi evoca gli stessi sentimenti dell'imitatore (bambino/mamma; coniugi; professioni d'aiuto) *Tichener*



I neuroni specchio sono una famiglia di cellule cerebrali in grado di farci reagire in modo speculare alle azioni e alle intenzioni del nostro simile. Questi neuroni ci mettono nella condizione di imitare nel nostro corpo e nella nostra mente l'emozione, la sensazione o l'atto in corso

*G. Rizzollatti*



I bambini dipendono dai genitori/tutori per la sopravvivenza e la protezione sia fisica che emotiva.

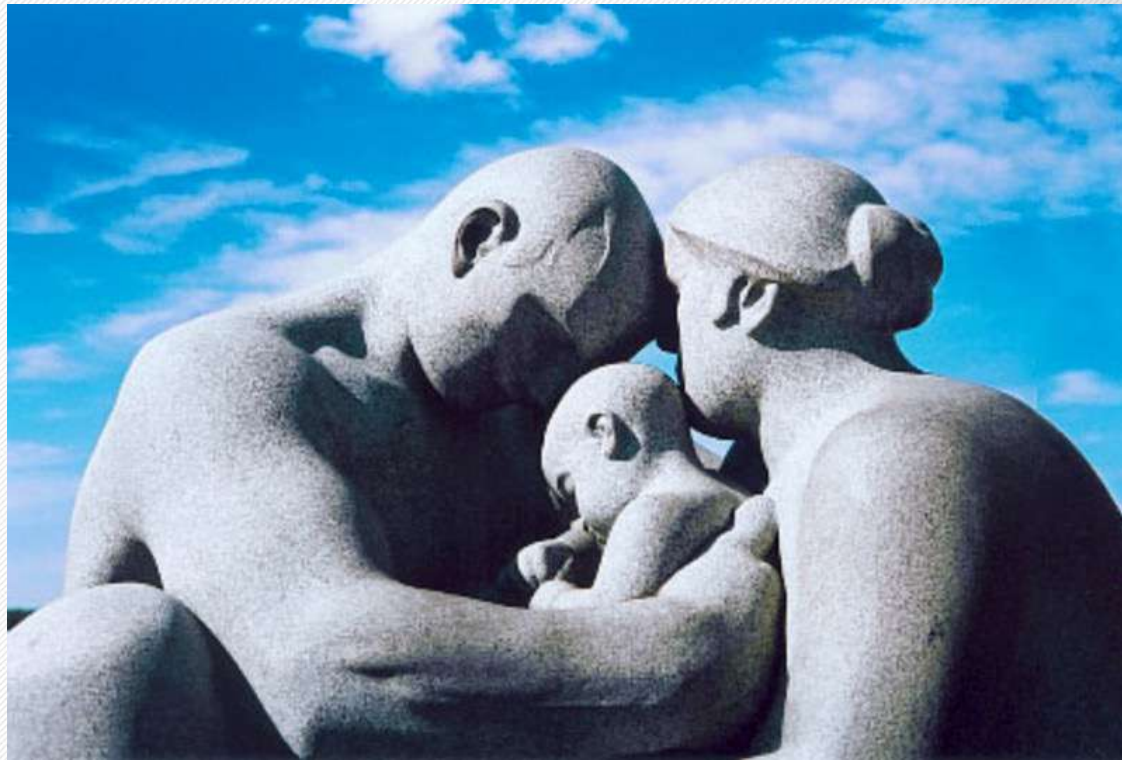
Quando il trauma impatta anche il genitore/caregiver la diade può essere influenzata.

Senza il supporto di una figura capace di aiutare a regolare le proprie emozioni forti e in assenza di uno stile sicuro i bambini possono sperimentare uno stress elevato.

La presenza affidabile di un genitore/caregiver positivo, premuroso e protettivo ha una funzione indispensabile nel proteggere il bambino da eventi avversi. I genitori sono una risorsa costante per i figli, incoraggiandoli a parlare delle esperienze, fornendo loro la rassicurazione che gli adulti stanno provvedendo a garantire la necessaria sicurezza.



# SUPPORTARE ADEGUATAMENTE

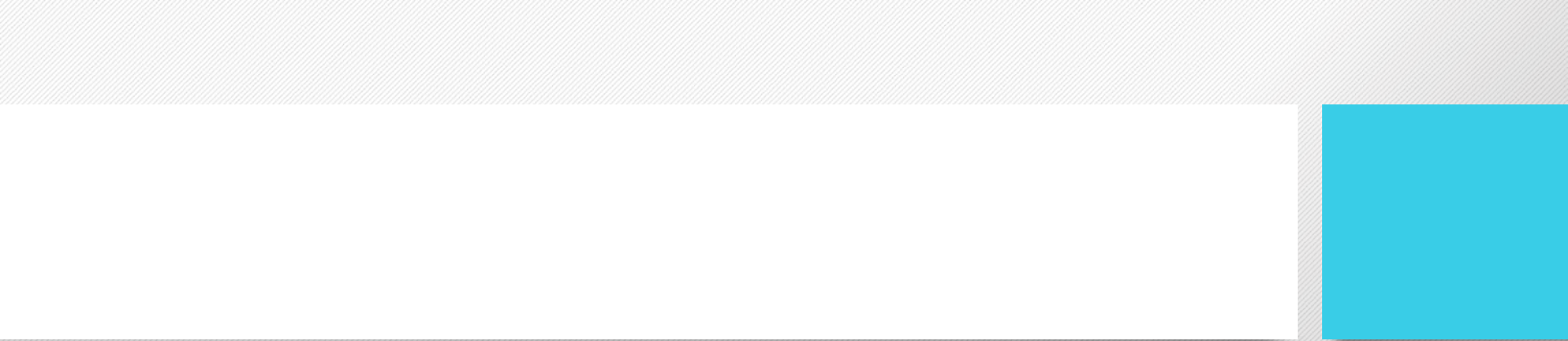


# Come comunicare la notizia

Può essere di aiuto pensare a una storia semplice, che possa essere raccontata anche più volte, per dare lentamente senso a ciò che è accaduto. È importante usare parole che i piccoli possano comprendere e chiedere loro cosa pensano per assicurarsi che abbiano capito. A volte i genitori potrebbero pensare che sia meglio dire una «**bugia bianca**» in attesa che il figlio cresca e capisca meglio la situazione, ma questo potrebbe portare il bambino a soffrire di più in quanto si potrebbe sentire tradito da una persona di cui si fidava.

Nel caso in cui un genitore avesse già affrontato l'argomento fornendo una spiegazione diversa dalla realtà potrebbe provare a dire:

*«Ti ricordi quando ti ho comunicato la morte di ..... Ti ho detto che è morto/a per un incidente. Bene, ora vorrei dirti qualcosa di più sulla sua morte... In quel momento non avevo la chiarezza sufficiente e mi sentivo così scosso/a che non sapevo bene cosa fare. Ti voglio raccontare la verità, perché è giusto che tu lo sappia e che fra noi non ci siano segreti».*



Il genitore può quindi chiedere al bambino se ci sono delle parole che non ha compreso in modo da spiegarne il significato. Si potrà così dare la possibilità al bambino di esprimere la sua sofferenza. Questo è il miglior modo di aiutarlo. Non è l'espressione delle emozioni a far male, ma la loro soppressione.

Quando un bambino vede o percepisce una cosa e gliene viene detta un'altra, è lacerato tra la fiducia nelle proprie percezioni e la tendenza ad affidarsi agli adulti per comprendere la realtà.

# Trovare le parole giuste

Per un'elaborazione completa è importante comunicare al bambino che Daniele è morto.

I passi più importanti sono:

- Comunicare la morte (es: «Ho qualcosa di molto triste da dirti. Oggi XXX è morto/a»)
- Dire qualcosa su come è avvenuta fornendo dettagli semplici
- Spiegare l'omicidio
- Fornire informazioni sulla vicenda in base alle richieste del bambino
- Rispondere alle domande sulle possibili ragioni

# Rispondere alle domande sulle possibili ragioni

Bambini e adulti possono chiedersi «*perché?*».

Le persone spesso pensano che avrebbero potuto fare qualcosa per migliorare la situazione. Il tentativo di attribuire la colpa a se stessi è l'unica alternativa alla difficoltà dell'essere umano di accettare che di fronte ad alcuni eventi della vita siamo impotenti.

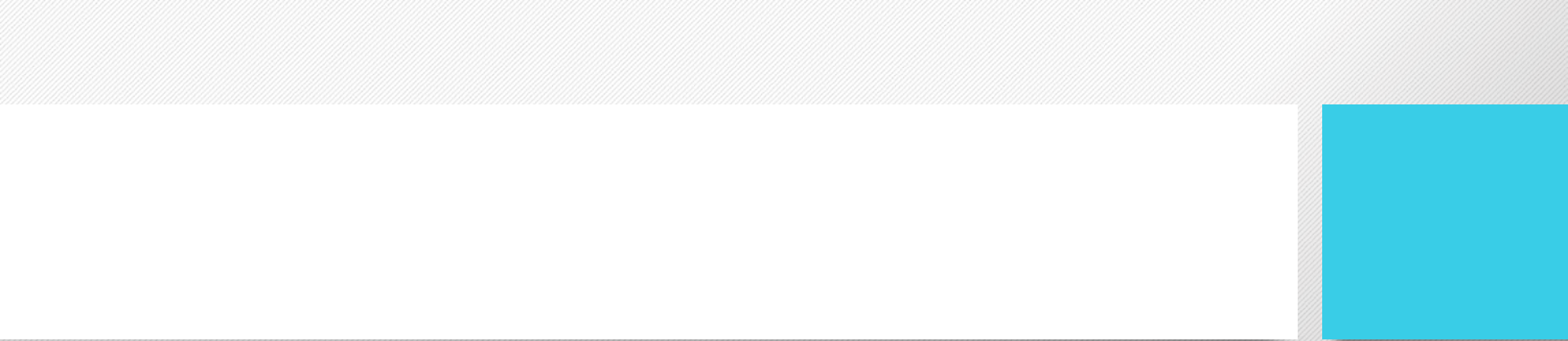
Sarà importante per il piccolo sapere che nulla di ciò che è stato detto o fatto ha provocato la morte di quella persona.

# Partecipare ai funerali

Il funerale rappresenta un passaggio importante per tutti, poiché si inserisce nella costruzione di significato della morte. È un momento di **saluto** fondamentale in cui i bambini possono cominciare il loro percorso intimo di separazione dalla persona.

Il bambino va informato su tutto ciò che potrà aspettarsi in modo che possa esprimere liberamente la sua volontà a partecipare alla funzione.

Andrà poi spiegato il rito della sepoltura.



Se il bambino desidera essere presente in tutte o alcune delle fasi può essere invitato a trovare, se lo desidera, un suo modo di salutare, per esempio acquistando dei fiori o portando un disegno.

Niente di tutto ciò può far male ai bambini.

È di fondamentale importanza la vicinanza fisica di una figura di riferimento che sia informazioni e accolga timori e ripensamenti.

Ai bambini fa paura quello che non conoscono, ma anche la sensazione di essere esclusi. Vivere un momento doloroso nel calore dell'abbraccio di un adulto che li accompagna getta le basi per una risorsa preziosa nella vita, saper affrontare la separazione e la perdita di persone amate.

# Essere un buon ascoltatore

- Disponibilità ad ascoltare
- Evitare frasi come "Devi essere forte, vedrai che passerà, non piangere..". Sapere tollerare i silenzi.
- Ascoltare semplicemente è un regalo unico che possiamo fare ai nostri figli



# SUPPORTARE ADEGUATAMENTE:

Rassicurare

Favorire il contatto con le figure di  
accudimento

Essere calmi e rassicuranti

Farsi supportare e chiedere aiuto

# Essere attenti e sensibili

- Attenzione ad ogni nuovo evento potenzialmente riattivante dal punto di vista emotivo (ad es. scosse di assestamento, cambiamenti nelle condizioni di vita, nuove perdite, ecc.)
- I bambini/ragazzi possono manifestare reazioni emotive subito dopo un Evento Critico o dopo diversi mesi: se cogliamo segni di depressione, pensieri di preoccupazione eccessiva, comportamenti diversi per lungo tempo, è utile consultare la scuola e un professionista, facendo un invio appropriato

# Tornare il prima possibile ad una vita normale

- ✓ Orari
- ✓ Regole
- ✓ Routine

Ritorno all'attività, valorizzazione degli aspetti positivi di relazione.

# GLI ADULTI DI RIFERIMENTO

Ricordarsi che se non parlate di un incidente critico lo farà qualcun altro o la loro fantasia.

Prendetevi del tempo, e decidete ciò che desiderate dire. E' importante che gli adulti di riferimento diano informazioni coerenti.

Dire sempre la verità.

# SUPPORTARE ADEGUATAMENTE:

## Ritiro in sé stessi

Alcuni bambini/ragazzi si ritirano in se stessi e si rifiutano di parlare di ciò che è loro accaduto

**non forzateli a farlo**

Il rischio è quello di farli richiudere di più in se stessi  
Aspettare pazientemente che superino lo shock

Parlate voi a loro :

- delle vostre paure
- del vostro modo di reagire

# SUPPORTARE ADEGUATAMENTE:

parlare

- Fateli parlare quanto vogliono di ciò che hanno visto e sentito
- Se il racconto diventa ripetitivo e assillante, focalizzare l'attenzione sugli aspetti meno negativi



# Cosa dire quando chiede «perché?»

- Ammettere che tutti si chiedono la stessa cosa ma che non si ha una risposta, che ci sono cose che si possono controllare e altre no e la morte è una di queste
- Con riferimento ed attenzione al «credo» familiare, spiegare che molte persone trovano una risposta nella loro religione
- È importante sottolineare al bambino, che nulla di quello che ha potuto fare, dire o pensare ha causato la morte, né poteva evitarlo

## GLI ADULTI DI RIFERIMENTO: COME parlare della MORTE con SINCERITA'

- Distinguere la fantasia dalla realtà
- Spiegare la differenza tra morte e malattia
- Evitare di paragonare la morte al sonno
- Spiegare che cosa c'è dopo la morte
- Parlare della morte come parte del ciclo della natura
- Essere onesti nell'ammettere i propri limiti

(un buon modo per spiegare la morte ai bambini è di parlarne come assenza di vita, un pianta che muore, un uccellino che muore, ecc.)



# “E SE SUCCEDESSE ANCHE A ME”

“Anche il mio papà o la mia mamma possono farmi del male?”

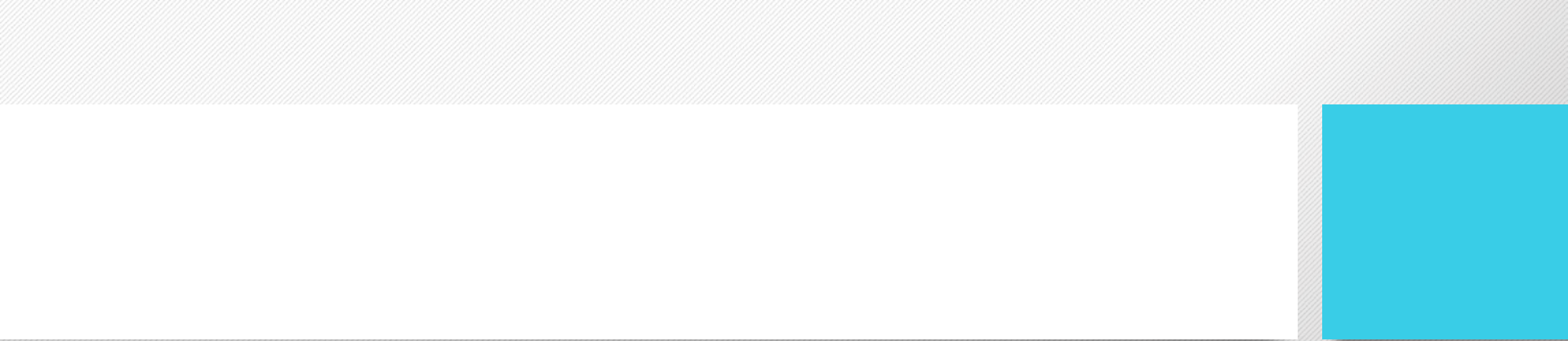
Parlare ai bambini, spiegare gli avvenimenti senza scendere in particolari, rassicurare che queste cose accadono in casi rarissimi, significa **proteggerli da fantasie proiettive catastrofiche**, rassicurarli che con voi in casa sono al sicuro e lo sono sempre stati.

# Disponibilità e sincerità

## con i preadolescenti

- ✓ Dire la verità ai figli: con le parole adeguate all'età
- ✓ I bambini devono sapere che non verranno tenuti all'oscuro da cose importanti che accadono alle persone che amano e alle proprie cose
- ✓ Poter contare sulla disponibilità e la sincerità degli adulti fornisce un senso di sicurezza indispensabile

- Attenzione ad anniversari, compleanni, festa del papà
- I bambini/ragazzi possono manifestare reazioni emotive subito dopo un Evento Critico o dopo diversi mesi: se cogliamo segni di depressione, pensieri di preoccupazione eccessiva, comportamenti diversi per lungo tempo, è utile consultare la famiglia e un professionista, facendo un invio appropriato



Questa sarà un'esperienza emotiva, un momento per imparare che la morte è reale, definitiva, naturale e soprattutto un momento per dire addio

# LA FORZA DEL GRUPPO

- Nei gruppi favorire il confronto ed il supporto gruppale dei gruppi naturali (classe, gruppi sportivi, catechesi...), questo infatti sarà di per sé un ottimo strumento contenitivo e rielaborativo rispetto all'evento critico.



**E M D R**  
**(EYE MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING)**

# EMDR

L' EMDR è un approccio psicoterapico che si occupa di ricordi traumatici e può essere utilizzato esclusivamente da Psicoterapeuti (Psicologi o Medici) che abbiano partecipato ai corsi formazione tenuti da trainer autorizzati

# EMDR

L'EMDR viene utilizzato per il sostegno di vittime coinvolte nello stesso evento traumatico.

Attraverso uno specifico protocollo consente di desensibilizzare i momenti più disturbanti dell'evento favorendo l'integrazione.

E' condotto da esperti in EMDR che operano nell'ambito dell'emergenza e della psicotraumatologia.





# LINEE GUIDA

- American Psychological Association
- International Society for Traumatic Stress Studies (ISTSS)
- Veterans Health Affairs e Ministero della difesa U.S.A.
- American Psychiatric Association
- National Institute for Clinical Excellence (NICE)-UK
- SAMSHA (U.S.A.),2011 il Federal Substance abuse and Mental Health Administration
- Ministero della salute (2003):Clinical Evidence: La fonte delle migliori prove di efficacia per la pratica clinica;  
Disturbo Post-traumatico da stress: Probabilmente utile:  
EMDR e sertralina
- World Health Organization (2012)

# CRESCITA POST-TRAUMATICA

Possibilità di arricchirsi e di trasformare un episodio negativo di vita in una trasformazione positiva, in uno stimolo al miglioramento, attraverso delle capacità che sembrano svilupparsi in stretta connessione con la riscoperta di una capacità di fronteggiare eventi anche molto critici

# DOMANDE

- Per l'Associazione EMDR ITALIA Dott.ssa sacchezin Stefania



**GRAZIE**

