



GUIÓN PARA LA REALIZACIÓN DEL VIDEO (PARA CLINICOS)

- PREPARATIVOS PREVIOS A LA GRABACIÓN:

- ELEGIR UN PACIENTE QUE CONOZCÁIS BIEN Y YA SABEMOS CÓMO PROCESA.
- ELEGIR EL DÍA Y DECIDLE AL PACIENTE QUE ES UN VIDEO DIDÁCTICO QUE OS PIDEN PARA FORMARSE Y ACREDITARSE COMO CLÍNICO DE EMDR.
- DECID QUE LA CONFIDENCIALIDAD ESTÁ ASEGURADA, Y QUE SI QUIERE SE LES DEVUELVE LA GRABACIÓN O SE DESTRUYE, PERO QUE PARA ÉL PUEDE SER INTERESANTE QUE VEA CON EL TERAPEUTA COMO PROCESA.
- LA CÁMARA DEBE ESTAR SITUADA PARA QUE SE VEA EL PACIENTE, EL PECHO Y LA CARA (DEL TERAPEUTA SOLO SE OBSERVA QUE ESTA TENIENDO ESTIMULACIÓN BILATERAL, PORQUE EL PACIENTE MUEVE LOS OJOS)

- GRABACIÓN:

FASE 2: DONDE SE INDICA AL CLIENTE

- SE LE DICE AL PACIENTE SI TE AUTORIZA PARA GRABAR LA SESIÓN Y SOLICITAS SU CONSENTIMIENTO.
- EXPLICACIÓN EMDR.

LE VAMOS A EXPLICAR AL PACIENETE LO QUE ES EL EMDR Y LO VAMOS A HACER PARA QUE VEAN QUE ES ALGO NATURAL, Y LE PONEMOS EJEMPLOS UTILIZANDO EL PROBLEMA POR EL QUE VIENE, PARA QUE YA DESDE EL PRINCIPIO SE DE CUENTA QUE NO LE VAMOS A HACER COSAS RARAS.

POR EJEMPLO PODEMOS DECIR, TOMANDO EL RECUERDO DEL ACCIDENTE DE MOTO QUE TUVISTE A LOS 19 AÑOS Y AQUE AHORA TE TRAE AQUÍ CON 32

"CUANDO OCURRE UN TRAUMA, COMO EL QUE ME HAS DESCrito, "EL DEL ACCIDENTE QUE TUVISTE DE MOTO A LOS 18 AÑOS", ESTO QUEDA GRABADO EN LA MEMORIA CON LA IMAGEN ORIGINAL, LOS SONIDOS, LOS PENSAMIENTOS, LAS EMOCIONES. POR EJEMPLO, ME DECÍAS QUE CADA VEZ QUE SIENTES EL RUIDO DE UNA MOTO, TE LLEGA LA SENSACIÓN DE SOBRESALTO." O QUE "HUELES A GASOLINA



Asociación EMDR-España



CUANDO PASAS POR UNA ESTACIÓN DE SERVICIO Y NO PUEDES DEJAR DE TAPARTE LA NARIZ”

LE PODEMOS PONER EJEMPLOS DE LO QUE EL NOS HA DICHO PARA EXPLICARLE EL EMDR.

“EL EMDR QUE ES EL TRATAMIENTO CON EL QUE VAMOS A TRABAJAR, PARECE ACTIVAR LA CAPACIDAD DE ESTIMULAR ESA EXPERIENCIA DEL ACCIDENTE DE MOTO QUE TUVESTÉ. ÓSEA QUE SE BASA EN UNA SISTEMA NATURAL DE PROCESAMIENTO DE NUESTRO CEREBRO. NOSOTROS PROCESAMOS MUCHAS COSAS DURANTE TODO EL DÍA Y POR LA NOCHE, A LO LARGO DE NUESTRA VIDA. TU ME HAS DICHO QUE TE HAN PASADO MUCHAS COSAS PERO ESO YA NO TE CAUSA MUCHA EMOCIÓN. COMO VES MUCHAS COSAS LAS HA PROCESADO TU CEREBRO.”

SIN EMBARGO, EN EL CASO DEL “ACCIDENTE DE LA MOTO”, HA SIDO DEMASIADO FUERTE, ESTRESANTE Y EL CEREBRO NO LO HA PODIDO PROCESAR. EL EMDR, NOS VA A SERVIR PARA “METABOLIZAR”, PROCESAR DE FORMA NATURAL, LO QUE AÚN QUEDA DE PERTURBADOR Y QUE AÚN TE ESTREMECE Y TE AGOBIA SOBRE TODO ESTO QUE TE HA PASADO. POR LO TANTO, ES IMPORTANTE RECORDAR QUE ES TU CEREBRO EL QUE ESTARÁ REALIZANDO LA CURA Y TU QUIEN CONTROLA EL PROCESO”

DE ESTE MODO LE HACEMOS COMPRENDER, QUE NOSOTROS NO LE VAMOS A HACER NADA RARO, SINO QUE VA A SER EL QUIEN VA A TRABAJAR Y EL QUE VA A CONTROLAR EL PROCESO

- NOMBRAR EL LUGAR SEGURO PARA ESE RECUERDO
- NOMBRAR METÁFORAS
- MOSTRAR SEÑAL DE STOP
- RECORDAR Y EXPLICAR TIPOS DE EB (MO, TAPPING)



Asociación EMDR-España



FASE 3:

SIGUIENDO EL PLAN DE TRATAMIENTO QUE YA CONOCES, AHORA NOS TOCARÍA PROCESO

- PREGUNTAR AL PACIENTE UTILIZANDO LA HOJA DE TRABAJO:

FASE 3 PRESENTAR EL ACONTECIMIENTO O RECUERDO PERTURBADOR.

¿TE ACUERDAS DEL RECUERDO? QUE LO DESCRIBA

IMAGEN:

LA MÁS PERTURBADORA: "¿QUÉ IMAGEN REPRESENTA LA PEOR PARTE DEL RECUERDO?"

SI NO HAY IMAGEN: "¿CUÁNDO PIENSA EN ESE RECUERDO QUÉ NOTA?"

COGNICIÓN NEGATIVA:

"¿QUÉ PALABRAS SE CORRESPONDEN MEJOR CON ESA IMAGEN, QUE EXPRESAN SU CREENCIA NEGATIVA SOBRE SI MISMO AHORA?"

COGNICIÓN POSITIVA:

"¿CUANDO RECUERDA LA IMAGEN QUE LE GUSTARÍA CREER SOBRE SÍ MISMO AHORA?"

-- VOC

(VALIDEZ DE LA COGNICIÓN):

"CUANDO PIENSA EN LA IMAGEN, ¿CUÁNTO DE CREÍBLES SIENTE LAS PALABRAS.....
(REPETIR LA COGNICIÓN POSITIVA) EN UNA ESCALA DE 1 A 7, DONDE 1 SE SIENTE
COMPLETAMENTE FALSO Y 7 SE SIENTE COMPLETAMENTE VERDADERO?"

1 2 3 4 5 6 7
(COMPLETAMENTE FALSO) **(COMPLETAMENTE VERDADERO)**



Asociación EMDR-España



EMOCIONES/ SENTIMIENTOS:

"CUANDO PIENSA EN ESE HECHO Y EN LAS PALABRAS "¿YO.....(REPETIR LA COGNICIÓN NEGATIVA).....¿QUÉ EMOCIONES SIENTE AHORA?"

SUDS:

"EN UNA ESCALA DE 0 A 10, DONDE 0 ES NINGUNA PERTURBACIÓN O NEUTRAL, Y 10 ES LA PERTURBACIÓN MÁS ALTA QUE PUEDA IMAGINAR, ¿CUÁNTA PERTURBACIÓN SIENTE AHORA?



LOCALIZACIÓN DE LA SENSACIÓN CORPORAL:

"¿EN QUÉ PARTE DE SU CUERPO LO SIENTE?"

FASE 4:

“TRAIGA A SU MENTE ESA IMAGEN, ESAS PALABRAS NEGATIVAS (REPITA LA COGNICIÓN NEGATIVA) Y REGISTRE DONDE LO ESTÁ SINTIENDO EN SU CUERPO Y SIGA MIS DEDOS, CON SUS OJOS, SIN MOVER LA CABEZA”.

(FEEDBACK DESPUÉS DE UNA TANDA/SET DE ESTIMULACIÓN BILATERAL).

“¿QUÉ LE VIENE A LA MENTE AHORA?” O “QUÉ ESTÁ NOTANDO AHORA?”.

PROCESAMIENTO Y CHEQUEO DE CANALES NUEVOS:

CONTINUAR PROCESANDO CON VARIAS SERIES DE MO, (TÁCTILES O TONOS), HASTA QUE NO SURJA MATERIAL NUEVO. PREGUNTAR: "CUANDO VUELVE A LA EXPERIENCIA ORIGINAL, ¿QUÉ LE LLEGA AHORA? CONCÉNTRESE EN ESE MOMENTO".

EXAMINAR SUDS:

"CUANDO TOMA LA EXPERIENCIA, EN UNA ESCALA DE 0 A 10, DONDE 0 ES NO PERTURBACIÓN Y 10, LA PERTURBACIÓN MÁS ALTA QUE PUEDA IMAGINAR, ¿CÓMO LA SIENTE DE PERTURBADORA AHORA? (SI EL SUD ES 1 O MAYOR, CONTINUAR EL PROCESAMIENTO. SI LA SUD ES 0, DAR UNA SERIE MÁS DE ESTIMULACIÓN BILATERAL Y PASAR A LA INSTALACIÓN).

- NO REPETIR LO ÚLTIMO QUE NOS DICE EL PACIENTE.
 - NO INTERPRETAR.
 - SI QUEREMOS, HACEMOS INTERVECCIONES DE ENTRETEGIDO COGNITIVO.
 - CHEQUEO DE CANALES (SEGÚN HOJA DE TRABAJO)
 - SUDS: 0
 - EL CHEQUEO DE CANALES SE REFIERE A LO SOMBREADO EN AMARILLO



FASE 5:

UNIR LA COGNICIÓN POSITIVA DESEADA CON EL INCIDENTE / RECUERDO ORIGINAL:

- 1) "*¿LAS PALABRAS (REPETIR LA COGNICIÓN POSITIVA), TODAVÍA SON ADECUADAS O HAY OTRO ENUNCIADO POSITIVO QUE LE PARECE MÁS ADECUADO?*"
NO SE PUEDE INSTALAR UNA VOC POR DEBAJO DEL 5.
SI ES ASÍ VOLVER AL BLANCO Y PROCEDER A FASE 4.
- 2) "*PIENSE EN EL INCIDENTE ORIGINAL Y EN ESAS PALABRAS, (REPETIR LA COGNICIÓN POSITIVA SELECCIONADA). DE 1 (COMPLETAMENTE FALSO). A 7, (COMPLETAMENTE VERDADERO), ¿CÓMO LAS SIENTE DE CIERTAS?*"
- 3) "*MANTENLAS JUNTAS*". HACER MO.
- 4) "*EN UNA ESCALA DE 1 A 7, ¿CÓMO SIENTE DE CIERTAS ESAS PALABRAS, (COGNICIÓN POSITIVA), AHORA, CUANDO PIENSAS EN EL INCIDENTE ORIGINAL?*"
- 5) CONTINUAR LA INSTALACIÓN, HASTA QUE EL MATERIAL SE VAYA HACIENDO MÁS ADAPTATIVO. SI EL CLIENTE INFORMA DE 6 Ó 7, DAR OTRA VEZ MOVIMIENTOS OCULARES PARA FORTALECER, Y CONTINUAR MIENTRAS HAGA FALTA. AVANZAR HACIA EL EXAMEN CORPORAL.
- 6) SI EL CLIENTE INFORMA DE 6 Ó MENOS, COMPROBAR LA ADECUACIÓN Y LOCALIZAR LA CREENCIA BLOQUEADORA, (SI ES NECESARIO), CON REPROCESAMIENTO ADICIONAL.



FASE 6:

"CIERRE LOS OJOS, CONCÉNTRESE EN EL HECHO Y EN LAS PALABRAS...(COGNICIÓN POSITIVA) Y MENTALMENTE OBSERVE TODO SU CUERPO. DÍGAME DONDE SIENTE ALGO, TENSIÓN ETC..."

SI INFORMA DE ALGUNA SENSACIÓN DESAGRADABLE, HACER MOVIMIENTOS OCULARES (TANDAS LARGAS 30SG). SI HAY SENSACIÓN DE BIENESTAR/ POSITIVA, HACER MOVIMIENTOS OCULARES PARA FORTALECERLA. SI INFORMA DE SENSACIÓN DE MALESTAR- REPROCESAR HASTA QUE DESAPAREZCA (TANDAS CORTAS 10/12 SG).

PROCEDIMIENTO PARA CERRAR SESIONES INCOMPLETAS:

UNA SESIÓN INCOMPLETA ES AQUELLA EN LA QUE AÚN HAY MATERIAL NO RESUELTO, (P. EJ. AÚN MANIFIESTA MALESTAR O LA SUDS ES MAYOR DE 1, Y LA VOC MENOR DE 6. LO SIGUIENTE, ES UN PROCEDIMIENTO PARA CERRAR LA SESIÓN INCOMPLETA. LA PROPUESTA ES RECONOCER A LOS PACIENTES LO CONSEGUIDO, Y DEJARLES ARRAIGADOS ANTES DE ABANDONAR LA CONSULTA.

ETAPAS:

- 1) DAR AL CLIENTE LA RAZÓN POR LA QUE VAMOS A PARAR. "*CASI HEMOS AGOTADO EL TIEMPO Y NECESITAREMOS PARAR PRONTO. ANIMAR Y DAR APOYO POR EL ESFUERZO REALIZADO. "HAS HECHO UN BUEN TRABAJO Y APRECIO EL ESFUERZO QUE HAS REALIZADO. ¿CÓMO TE SIENTES?"*
- 2) ELIMINAR LA INSTALACIÓN DE LA COGNICIÓN POSITIVA Y EL EXAMEN CORPORAL, (ES EVIDENTE QUE AÚN HAY MATERIAL A PROCESAR).
- 3) NO SE HACE FASE 5
- 4) ESTABILIZACIÓN DEL PACIENTE PARA SACARLO DE LA RED DONDE ESTABA PROCESANDO.



Asociación EMDR-España



FASE 7:

-INSTRUCCIONES: SE DAN LAS INSTRUCCIONES AL PACIENTE TANTO SI LA SESIÓN ES COMPLETA O INCOMPLETA.

UNA VEZ REALIZADO, TRASCRIBIR Y ENVIAR AL CONSULTOR

NOTA: PARA MÁS ACLARACIÓN SOBRE LA REALIZACIÓN DE ESTA SESIÓN, SE RECOMIENDA HACER LA JORNADA DE FORMACIÓN PARA FUTUROS PRACTITIONER EMDR EUROPE.