

Gentili amici e soci,

da ottobre del 2014 ho introdotto nella mia pratica clinica Biosistemica, centrata su di un lavoro clinico psicocorporeo il metodo EMDR. L'EMDR si basa su una pratica semplice: il movimento degli occhi da destra a sinistra, ripetuto più volte, secondo un protocollo che guida a identificare i ricordi traumatici che ancora oggi interferiscono con la vita e le emozioni del paziente.

E' considerato oggi uno dei metodi più efficaci nella cura del PTSD, il disturbo da stress post-traumatico. In questo senso è stato usato e viene usato per curare gli effetti di situazioni traumatiche, quando sono state in pericolo la vita e l'integrità fisica ed emotiva delle persone: catastrofi, guerre, incidenti, violenze fische e sessuali, tortura. Particolarmente efficace è nel trattare i bambini-traumatizzati.

Nel corso degli anni l'applicazione dei principi e dei metodi dell'EMDR si è esteso progressivamente ad altri campi via via che è apparso evidente quel fenomeno che è stato chiamato trauma evolutivo, cioè l'influenza determinante che hanno sulla vita psicofisica delle persone le vicende connesse all'attaccamento nell'infanzia.

Il PTSD mantiene l'effetto del trauma anche dopo tanti anni dall'evento e interferisce con la vita emotiva e cognitiva delle persone. Scoprire che il senso di vuoto e di oscurità che si ripresenta in alcune occasioni della vita adulta è la stessa sensazione che può essere stata provata a 5 anni in una situazione pericolosa e difficile fa comprendere che si può intervenire in maniera efficace su difficoltà pratiche ed emotive della nostra vita e ci permette di lasciare finalmente il passato nel passato.

La base neurobiologica che rende comprensibile i risultati che si ottengono è che il ricordo dell'evento traumatico si è depositato in circuiti neurali disfunzionali, che si erano costruiti e bloccati nell'impatto con l'esperienza traumatica. Con l'azione dell'emdr vengono riagganciati e ricollegati al resto dei circuiti neuronali del cervello, così è possibile riprendere e riattivare il processo spontaneo di risanamento e riorganizzazione dei dati della memoria, permettendo il superamento dell'influenza dei ricordi traumatici nel presente.

È così possibile, oltre al trattamento delle persone che hanno una esperienza traumatica (incidente, aggressione, rapina, lutto) anche trattare con successo disturbi che hanno le loro radici in traumi evolutivi, come ansia e disturbi di panico, sovrappeso e alimentazione emotiva, accumulo e acquisti compulsivi.

Dr.Eugenio Roberto Giommi

per ulteriori informazioni visitare questo sito: <http://emdr.it/index.php/trauma/>