

# EMDR EUROPE ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΜΕΝΟΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ (PRACTITIONER)

## ΠΛΑΙΣΙΟ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

### EMDR EUROPE PRACTICE SUB-COMMITTEE - JANUARY 2008



| EMDR ΚΛΙΝΙΚΟΣ ΕΠΟΠΤΗΣ /ΕΠΟΠΤΙΚΗ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΟΔΗΓΙΑ ΜΕ ΑΝΑΦΟΡΕΣ ΚΑΙ CHECKLIST  | EMDR ΚΛΙΝΙΚΟΣ ΕΠΟΠΤΗΣ /ΕΠΟΠΤΗΣ - ΣΧΟΛΙΑ |
|---|---|
| <b>PART A:</b>  |   |
| <p>Ο εποπτευόμενος κατέχει και δείχνει έμπρακτα πλήρη κατανόηση της θεωρητικής βάσης του EMDR και του μοντέλου της Προσαρμοστικής Επεξεργασίας Πληροφοριών (AIP Model) και μπορεί να το εξηγήσει και στους πελάτες ώστε να παρέχει μία ανασκόπηση της θεραπευτικής προσέγγισης.</p>   |   |
| <b>PART B: ΤΟ ΒΑΣΙΚΟ ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ – ΟΚΤΩ ΦΑΣΕΩΝ</b>   |   |
| <p><b>1. ΛΗΨΗ ΙΣΤΟΡΙΚΟΥ</b><br/><b>Ο εποπτευόμενος μπορεί να πάρει ένα κατάλληλο γενικό ιστορικό από τον πελάτη ενσωματώνοντας και τα ακόλουθα:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Λήψη ενός ιστορικού για την προέλευση της διαταραχής έχοντας υπόψη το μοντέλο της Προσαρμοστικής Επεξεργασίας Πληροφοριών (AIP model) συμπεριλαμβανομένης της δυσλειτουργικής συμπεριφοράς και συμπτωμάτων.</li><li>• Διαπιστώνει αν ο πελάτης μπορεί να επωφεληθεί από θεραπεία EMDR. Εντοπίζει «κόκκινες σημαίες» ('red flags') και κάνει προσυμπτωματικό έλεγχο για αποσυνδεδετικές διαταραχές .</li><li>• Μπορεί να αξιολογήσει με βάση ειδικών εργαλείων όπως η Κλίμακα Διασχιστικής Εμπειρίας (DES) τους τυχόν κινδύνους, τους περιορισμούς της λειτουργικότητας, την ψυχική αντοχή του Εγώ και την ύπαρξη ή μη ενός κοινωνικού πλαισίου υποστήριξης.</li><li>• Δείχνει έμπρακτα την ικανότητα να κατανοήσει το περιστατικό αξιοποιώντας το μοντέλο Προσαρμοστικής Επεξεργασίας Πληροφοριών (AIP model).</li><li>• Αποσαφηνίζει το στόχο του πελάτη μετά την επιτυχημένη θεραπευτική παρέμβαση.</li><li>• Εξετάζει αν ο πελάτης μπορεί να αντιμετωπίσει υψηλά επίπεδα σωματικής και συναισθηματικής αναστάτωσης.</li><li>• Διευκρινίζει αν η επιλογή του στόχου στο πρωτόκολλο είναι κατάλληλη, και εξετάζει την αλληλουχία στόχων με γνώμονα το παρελθόν, παρόν, και το μέλλον.</li><li>• Στην περίπτωση πολλαπλών στόχων δύναται να θέσει προτεραιότητες από κοινού με τον πελάτη ή να δημιουργήσει σύνολο πολλαπλών στόχων.</li><li>• Εξακριβώνει το πρωταρχικό γεγονός ('touchstone event') από το οποίο πηγάζει η τωρινή κατάσταση του πελάτη.</li></ul> |   |

|   |  |
|---|--|
| <p><b>2. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ:</b><br/> <b>Ο Εποπτευόμενος έχει την ικανότητα να δημιουργήσει μία αποτελεσματική θεραπευτική σχέση βάσει της Επαγγελματικής Δεοντολογίας και Ηθικής του επαγγέλματος του.</b></p> <p>Ο Εποπτευόμενος είναι αποτελεσματικός:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Στο να πάρει τη συγκατάθεση από τους πελάτες μετά την κατάλληλη ψυχοεκπαίδευση.</li> <li>• Στη δοκιμή του αμφίπλευρου ερεθισμού με τον πελάτη.</li> <li>• Στο να διδάσκει και να ελέγχει αν ο πελάτης έχει ικανότητα αυτορρύθμισης, να χρησιμοποιεί τον ασφαλή τόπο, να εγκαθιδρύει πηγές</li> <li>• Στο να ενημερώνει τον πελάτη για το πώς ζητά να σταματήσει ( 'Stop' signal')</li> <li>• Στο να δείχνει έμπρακτα την αποτελεσματική ικανότητά του να αντιλαμβάνεται τα αιτήματα, τους φόβους, τις ερωτήσεις, τα άγχη και τις ανησυχίες του πελάτη.</li> <li>• Στο να βρίσκει και να χρησιμοποιεί μία αποτελεσματική μεταφορά (τρένο κτλ).</li> </ul>   |  |
| <p><b>3. ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ</b><br/> <b>Κατά τη διάρκεια της φάσης «Αξιολόγηση» ο εποπτευόμενος εντοπίζει τα βασικά στοιχεία της μνήμης-στόχου καθώς και τη βάση μετρήσεων των στρεσογόνων αντιδράσεων του πελάτη (baseline measures)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Επιλέγει μαζί με τον πελάτη το στόχο και τη χειρότερη στιγμή του</li> <li>• Προσδιορίζει την αρνητική και την θετική σκέψη/ πεποίθηση που συνοδεύει τη μνήμη.</li> <li>• Εξακριβώνει τις παρούσες αρνητικές σκέψεις και πεποιθήσεις οι οποίες είναι παράλογες, είναι γενικευμένες, και έχουν συναισθηματική χροιά, ενώ παράλληλα είναι εστιασμένες με ακρίβεια στο θέμα του στόχου.</li> <li>• Εξασφαλίζει ότι οι πεποιθήσεις αφορούν το ίδιο θέμα/κατηγορία.</li> <li>• Όταν είναι απαραίτητο, ο εποπτευόμενος θα παρέχει αποτελεσματική βοήθεια ώστε ο πελάτης να βρει σχετική αρνητική σκέψη/ πεποίθηση (NC) και θετική σκέψη / πεποίθηση (PC).</li> <li>• Χρησιμοποιεί την κλίμακα Ισχύος της Θετικής Πεποίθησης (VOC) σε επίπεδο συναισθηματικό και σε άμεση σχέση με το στόχο.</li> <li>• Εντοπίζει τα συναισθήματα που προκαλούνται από το στόχο (θέμα ή γεγονός)</li> <li>• Χρησιμοποιεί σωστά την κλίμακα Υποκειμενικής Δυσφορίας (BD) [SUD's] ώστε να αξιολογήσει τη συνολική αναστάτωση.</li> <li>• Εντοπίζει τις σωματικές αισθήσεις και πού βρίσκονται</li> </ul> |  |

|  |  |
|--|--|
| <p><b>4. ΑΠΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗ</b></p> <p><b>Κατά τη «Φάση της Απευαισθητοποίησης» ο εποπτευόμενος είναι σε θέση να επεξεργάζεται όλο το δυσλειτουργικό υλικό του θεραπευόμενου που βρίσκεται αποθηκευμένο σε όλα τα κανάλια τα οποία έχουν σχέση με την μνήμη-στόχο καθώς και σε οποιαδήποτε άλλα βοηθητικά κανάλια</b></p> <p>Θυμίζει στον πελάτη «απλά να παρατηρήσει» οτιδήποτε έρχεται στο νου κατά τη διάρκεια της διεργασίας ενώ συγχρόνως ενθαρρύνει τον πελάτη ώστε να μην απορρίψει οποιοσδήποτε πληροφορίες.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Οι αλλαγές κατά τη διάρκεια της επεξεργασίας μπορεί να έχουν σχέση με εικόνες, ήχους, σκέψεις / πεποιθήσεις, συναισθήματα και σωματικές αισθήσεις.</li> <li>• Επιδεικνύει Ικανότητα στην παροχή του διεστιακού ερεθίσματος (ΔΕ) με πρωταρχική έμφαση στην κίνηση ματιών.</li> <li>• Διακόπτει μόνο μετά από κάθε σετ αμφίπλευρων ερεθισμάτων και αποδεικνύει ότι είναι όσο το δυνατόν μη παρεμβατικός ('staying out of the way').</li> <li>• Χρησιμοποιεί λεκτική &amp; εξωλεκτική ενθάρρυνση προς τον πελάτη κατά τη διάρκεια ενός σετ ΔΕ.</li> <li>• Διατηρεί μία καλή ταχύτητα και ρυθμό κατά τη διάρκεια της «Φάσης Απευαισθητοποίησης» με τη λιγότερη δυνατή παρέμβαση.</li> <li>• Επιστρέφει στο στόχο όταν χρειάζεται.</li> <li>• Όταν η διεργασία μπλοκαριστεί, χρησιμοποιεί κατάλληλες παρεμβάσεις που συμπεριλαμβάνουν αλλαγή στην αμφίπλευρη διέγερση ή/και θεραπευτικές παρεμβάσεις</li> <li>• Χρειάζεται να καταγραφούν παραδείγματα θεραπευτικών παρεμβάσεων που χρησιμοποιούνται κατά τη διάρκεια της «Φάσης Απευαισθητοποίησης» όταν υπάρξει μπλοκάρισμα στη διεργασία.</li> <li>• Διαχειρίζεται αποτελεσματικά τα υψηλά συναισθηματικά επίπεδα του πελάτη με το να χρησιμοποιεί επιτάχυνση αλλά και επιβράδυνση στην παροχή των ΔΕ.</li> </ul> |  |
| <p><b>5. ΕΓΚΑΘΙΔΡΥΣΗ/ΕΔΡΑΙΩΣΗ</b></p> <p><b>Κατά τη διάρκεια της «Φάσης Εγκαθίδρυσης» ο εποπτευόμενος συγκεντρώνεται πρωτίστως στην πλήρη ενσωμάτωση της «θετικής σκέψης / πεποίθησης» με το στόχο:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ο εποπτευόμενος εμπλουτίζει τη θετική σκέψη /πεποίθηση η οποία συνδέεται με τον πρωταρχικό στόχο (θέμα ή γεγονός)</li> <li>• Η θετική σκέψη / πεποίθηση διερευνάται από τον πελάτη, ως προς το κατά πόσο αποδίδει ακριβώς αυτό που κάνει νόημα στο παρόν, μετά την επεξεργασία.</li> <li>• Αντιμετωπίζει όλα τα μπλοκαρίσματα κατά τη διάρκεια της «Φάσης Εγκαθίδρυσης».</li> <li>• Αν προκύψει νέο υλικό, τότε ο εποπτευόμενος ή επιστρέφει αποτελεσματικά στην πιο κατάλληλη φάση του EMDR πρωτοκόλλου ή αξιοποιεί τη διαδικασία της «ατελούς/ημιτελούς συνεδρίας» ('Incomplete Session')</li> </ul>  |  |

|   |  |
|---|--|
| <p><b>6. ΣΑΡΩΣΗ ΣΩΜΑΤΟΣ (ΣΩΜΑΤΙΚΟ ΣΚΑΝΑΡΙΣΜΑ)</b><br/> <b>Κατά τη διάρκεια της «Φάσης Σάρωσης Σώματος» ο εποπτευόμενος λαμβάνει υπόψη του τη σύνδεση μεταξύ του αρχικού στόχου /μνήμης/γεγονότος/ θέματος του πελάτη και τη σωματική αναστάτωση που αυτή προκαλεί:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ο εποπτευόμενος ενθαρρύνει τον πελάτη να φέρει στη μνήμη το γεγονός/ θέμα μαζί με τη θετική σκέψη ενώ σκανάρει νοερά το σώμα του ώστε να εντοπίσει και να αναφέρει τυχόν ένταση, σφίξιμο ή άλλη αίσθηση και σε αυτή την περίπτωση εφαρμόζει διεστιακό ερέθισμα .</li> <li>• Ο εποπτευόμενος είναι προετοιμασμένος για την πιθανή ανάδυση νέου υλικού ώστε ή να επιστρέψει στην πιο κατάλληλη φάση του EMDR ή να προχωρήσει στην διαδικασία της «ατελούς/ημιτελούς συνεδρίας».</li> </ul>  |  |
| <p><b>7. ΚΛΕΙΣΙΜΟ</b><br/> <b>Ο επόπτευόμενος κλείνει με συνέπεια τη συνεδρία δίνοντας τη σωστή καθοδήγηση και φέρνοντας τον πελάτη σε θετική και σταθερή νοητική και σωματική κατάσταση ώστε να γυρίσει με ασφάλεια στο σπίτι του:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• προβλέπει χρόνο για το κλείσιμο</li> <li>• Γίνεται αναφορά στα όσα έγιναν</li> <li>• Εφαρμόζει αποτελεσματικά τη διαδικασία της «ατελούς συνεδρίας» όταν χρειάζεται</li> <li>• Αξιοποιεί κατάλληλες ασκήσεις εμπειρίας και γείωσης για ασφάλεια.</li> <li>• Ενθαρρύνει τον πελάτη να διατηρεί ένα ημερολόγιο καταγραφής μεταξύ συνεδριών.</li> </ul>   |  |
| <p><b>8. ΕΠΑΝΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ της προηγούμενης συνεδρίας</b><br/> <b>Κατά τη διάρκεια της «Φάσης Επαναξιολόγησης» ο εποπτευόμενος αξιολογεί πόσο καλά πήγε η προηγούμενη επεξεργασία και κατα πόσο υποχώρησε η ένταση, ώστε να προσδιορίσει αν χρειάζεται νέα επεξεργασία. Ο εποπτευόμενος ενσωματώνει το στόχο της συνεδρίας σε ένα ολοκληρωμένο θεραπευτικό πλάνο:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Επιστροφή σε προηγούμενους στόχους</li> <li>• Εντοπίζει ενδείξεις για την προσαρμογή του πελάτη στη νέα κατάσταση.</li> <li>• Ο αρχικός στόχος έχει επιλυθεί;</li> <li>• Έχει ενεργοποιηθεί άλλο υλικό το οποίο θα επιλυθεί;</li> <li>• Έχουν επεξεργαστεί όλοι οι στόχοι σε σχέση με το παρελθόν, παρόν και μέλλον.</li> <li>• Χρήση του «Προτύπου για το Μέλλον» όταν υπάρχει ανάγκη.</li> <li>• Ο πελάτης έχει ενσωματώσει κατάλληλα τις αλλαγές στα πλαίσια του κοινωνικού δικτύου του</li> <li>• Ο εποπτευόμενος ολοκληρώνει την θεραπεία αποτελεσματικά.</li> </ul> |  |

| <b>ΜΕΡΟΣ Γ:</b>  |  |
|--|--|
| <p>1. Ο εποπτευόμενος δείχνει έμπρακτα την κατανόηση της Διαταραχής του Μετατραυματικού Στρες και της Ψυχοτραυματολογίας.</p> <p>2. Ο εποπτευόμενος δείχνει έμπρακτα την κατανόηση της χρήσης του EMDR ως μέρος ολοκληρωμένης θεραπευτικής παρέμβασης.</p>   |  |
| <p>3. Ο εποπτευόμενος δείχνει έμπρακτα την εμπειρία του στο να εφαρμόζει τα κριτήρια και τις διαδικασίες του πρωτοκόλλου EMDR με ειδικές κλινικές ομάδες, όπως πρόσφατα γεγονότα, φοβίες, περιπλεγμένο πένθος, χρόνιος πόνος και σωματικές ασθένειες.</p>  |  |
| <b>ΜΕΡΟΣ Δ:</b>  |  |
| <p>1. Παρακαλώ διευκρινίσετε το πλαίσιο στο οποίο έγινε η Εποπτεία. Πώς έγινε η Εποπτεία και για πόσες ώρες:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Πρόσωπο με Πρόσωπο (ατομικά) ..... ώρες</li> <li>• Πρόσωπο με Πρόσωπο (ομαδικά) .....ώρες</li> <li>• Τηλεφωνικά ..... ώρες</li> <li>• Email..... ώρες</li> <li>• Άλλο..... ώρες</li> </ul> |  |
| <p>2. Παρακαλώ να σημειώσετε τους συγκεκριμένους λόγους για τους οποίους προτείνετε τον εποπτευόμενο ως EMDR-Europe Πιστοποιημένο Θεραπευτή</p>  |  |

**EMDR Κλινικός Επόπτης / Σύμβουλος: Υπογραφή :** .....

**Παρακαλώ να γράψετε το όνομά σας :** .....**Ημερ:**.....



### Κριτήρια για την Πιστοποίηση ως EMDR Ευρώπη - Θεραπευτή

- Ο υποψήφιος είναι **τακτικό μέλος** της Εθνικής Επιστημονικής Οργάνωσης **EMDR-Hellas**
- Έχει ήδη τουλάχιστο **2 χρόνια** ψυχοθεραπευτική εμπειρία.
- Έχει ολοκληρώσει μια εγκεκριμένη από την EMDR-Europe εκπαίδευση "EMDR" (Επίπεδο I και II ή Μέρος 1, 2 & 3).
- Ο υποψήφιος έχει διεξάγει **τουλάχιστον 50 συνεδρίες με τη μέθοδο EMDR με τουλάχιστον 25 θεραπευόμενους**. Οι συνεδρίες αυτές είναι καταγεγραμμένες από τον υποψήφιο και υπόκεινται στον έλεγχο ενός «Πιστοποιημένου EMDR-Europe Επόπτη», ο οποίος και τις προσυπογράφει (σύμφωνα με το σχετικό έντυπο που υπάρχει στην ιστοσελίδα της EMDR-Hellas).
- Ο υποψήφιος καταθέτει το ευρωπαϊκό έντυπο υποβολής, με το οποίο ο πιστοποιημένος επόπτης του βεβαιώνει τα εξής:
- Εποπτικές ώρες: όσες απαιτούνται ώστε ο υποψήφιος να επιδείξει επαρκή ικανότητα στα τμήματα A, B, & Γ του πλαισίου επάρκειας δεξιοτήτων (τουλάχιστον 20 ώρες εποπτείας από «Πιστοποιημένο EMDR –Europe Επόπτη»).
- Προσκομίζει **μια βιντεοσκοπημένη συνεδρία EMDR (φάσεις 3-8) ή διεξάγει μια συνεδρία EMDR παρουσία του επόπτη του**. Ο επόπτης θα πρέπει να αξιολογήσει τη συνεδρία με βάση τα επίσημα κριτήρια της EMDR-Europe (σχετικό έντυπο αξιολόγησης στην ιστοσελίδα)
- Απαιτούνται **δύο συστατικές επιστολές**. Μία από τον EMDR Europe Πιστοποιημένο Επόπτη, και μία από ένα δεύτερο πρόσωπο το οποίο μπορεί να σχολιάσει θετικά τον επαγγελματισμό και το ήθος του υποψηφίου.
- Το πιστοποιητικό **ισχύει για 5 έτη** από την έκδοσή του και ανανεώνεται κατόπιν βεβαιωμένης και πιστοποιημένης μετεκπαίδευσης ή εποπτείας στο EMDR διάρκειας τουλάχιστον 20 ωρών.

**EMDR Europe Practice Sub-Committee**  
**January 2008**