

### 3, 4, 5. EMDR I<sup>ο</sup> - III<sup>ο</sup> ΜΕΡΟΣ

(τρία διήμερα, 9:30 - 17:30)

#### Περιεχόμενο της εξειδίκευσης είναι:

- Ενδείξεις και αντενδείξεις για την εφαρμογή της μεθόδου EMDR
- Η ενσωμάτωση του EMDR μέσα στο θεραπευτικό πλάνο
- Εκμάθηση μεθόδων χαλάρωσης και σταθεροποίησης
- Ψυχοδιαγνωστική των μετατραυματικών διαταραχών
- Προετοιμασία του θεραπευόμενου για την εφαρμογή του EMDR
- Το θεραπευτικό πρωτόκολλο του EMDR (standard protocol)
- Οφθαλμικές κινήσεις και εναλλακτικές μέθοδοι διεστιακών ερεθισμάτων
- Θεραπευτικές παρεμβάσεις
- Πρόληψη και αντιμετώπιση αποσυνδετικών αντιδράσεων
- Θεωρητικά μοντέλα
- Έρευνες
- EMDR σε περιπτώσεις απλού και σύνθετου τραύματος
- Ειδικά πρωτόκολλα για την εφαρμογή του EMDR σε φοβίες, πόνο, επιπλεγμένο πένθος κ.ά.

#### Η εξειδίκευση στο EMDR συμπεριλαμβάνει:

- Θεωρητικές παρουσιάσεις
- Live demonstrations
- Πρακτική εφαρμογή της μεθόδου σε τριάδες
- Παιχνίδι ρόλων
- Κλινικά παραδείγματα

#### 6. ΕΠΟΠΤΕΙΑ

Μεταξύ των διημέρων προβλέπονται 10 ώρες ομαδική εποπτεία.

#### Διδακτικά βιβλία:

- **Shapiro, Francine:**

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR).  
Guilford Press (δεύτερη έκδοση) 2001.

- **Βεντουράτου Δόμνα:**

Εισαγωγή στην Ψυχοτραυματολογία και στην  
Τραυματοθεραπεία. **Η μέθοδος EMDR.**  
Εκδόσεις Πεδίο, 2009



ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΤΡΑΥΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Λεωφ. Τράλλων & Κουντουριώτου 63

111 46 ΓΑΛΑΤΣΙ

Τηλ.: 210 6853933, Φαξ: 210 6753896

e-mail: [info@travmatotherapieia.com](mailto:info@travmatotherapieia.com)

[www.travmatotherapieia.com](http://www.travmatotherapieia.com)



ΤΡΑΥΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ  
ΜΕ ΤΗ ΜΕΘΟΔΟ EMDR

Πιστοποιημένο  
πρόγραμμα  
Εξειδίκευσης





# ΤΡΑΥΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕ ΤΗ ΜΕΘΟΔΟ EMDR

## Eye Movement Desensitization and Reprocessing



### Πιστοποιημένο Πρόγραμμα Εξειδίκευσης στη μέθοδο EMDR



Το δίπλωμα αναγνωρίζεται από τον Ευρωπαϊκό Επιστημονικό  
Σύλλογο EMDR-Europe και από την EMDR-Hellas

#### ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ / ΕΓΓΡΑΦΕΣ

#### ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΤΡΑΥΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Λεωφ. Τράλλεων & Κουντουριώτου 63, 111 46 ΓΑΛΑΤΣΙ

Τηλ. 210-6853 933, Φαξ : 210- 6753 896

e-mail: [info@travmatotherapeia.com](mailto:info@travmatotherapeia.com)

[www.travmatotherapeia.com](http://www.travmatotherapeia.com)

Τι είναι το **EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)**  
(F. Shapiro, 1995)

Το **EMDR** («Απευαισθητοποίηση και επανεπεξεργασία μέσω οφθαλμικών κινήσεων») είναι μια νέα μέθοδος θεραπείας τραυματικών εμπειριών. Συνδυάζει στοιχεία ψυχοδυναμικά, γνωσιακά και ανθρωποκεντρικά. Πολυάριθμες έρευ-νες έχουν αποδείξει ότι επιτυγχάνει σε συντομότερο χρονικό διάστημα τη θε-ραπευτική επεξεργασία των εμπειριών αυτών και των συμπτωμάτων του μετατραυματικού στρες.

Η αποτελεσματικότητά της είναι αναγνωρισμένη από την American Psychiatry Association, τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, το National Center for PTSD κ.α. Μέχρι σήμερα πάνω από 80.000 ψυχοθεραπευτές ανά τον κόσμο έχουν εκπαιδευτεί στη μέθοδο EMDR.

Πότε ενδείκνυται η εφαρμογή του EMDR;

- Σε τραυματικές εμπειρίες κάθε είδους.
- Μετατραυματικό στρες.
- Χρόνιες μετατραυματικές διαταραχές.
- Αποσυνδεδετικές διαταραχές.
- Πριν και μετά από χειρουργικές επεμβάσεις.
- Ψυχολογική επεξεργασία μιας σοβαρής σωματικής ασθένειας.
- Φοβίες και κρίσεις πανικού.
- Ψυχοσωματικοί πόνοι και χρόνιοι πόνοι γενικότερα.
- Ιδεοψυχαναγκαστικές διαταραχές και εξαρτήσεις.
- Επιπλεγμένο πένθος.
- Η μέθοδος EMDR εφαρμόζεται σε ενήλικες, εφήβους και παιδιά.

#### Αναγνωρισμένο Δίπλωμα Τραυματοθεραπείας EMDR

Από το 2004 διεξάγεται το πιστοποιημένο πρόγραμμα εξειδίκευσης στη μέθοδο EMDR από το Ινστιτούτο Τραυματοθεραπείας. Η εκπαίδευση απευθύνεται σε επαγγελματίες ψυχικής υγείας (κατόχους άδειας άσκησης επαγγέλματος) με κλινική εμπειρία και ψυχοθεραπευτική εκπαίδευση και έχει ως στόχο τη σωστή εκμάθηση της μεθόδου EMDR. Το δίπλωμα πληροί τις προδιαγραφές του διεθνούς συλλόγου EMDRIA και αναγνωρίζεται από τον ευρωπαϊκό επιστημονικό σύλλογο EMDR-Europe καθώς και την EMDR-Hellas. Προϋπόθεση της απόκτησής του είναι η συμμετοχή στην εκπαίδευση και στην εποπτεία, η μελέτη της σχετικής βιβλιογραφίας καθώς και η σωστή εφαρμογή της μεθόδου. Στη συνέχεια οι απόφοιτοι μπορούν να προχωρήσουν στην πιστοποίηση του τίτλου “EMDR Europe accredited Practitioner” ακολουθώντας τη διαδικασία που ορίζει η EMDR-Europe και η EMDR-Hellas.

Trainer: **Δόμνα Βεντουράτου, M.A.**

Ιδρύτρια του Ινστιτούτου Τραυματοθεραπείας. Κλιν. ψυχολόγος, ψυχολόγος υγείας (Παν/μιο Βιέννης), ψυχοθεραπεύτρια (εκπαιδευμένη στη μέθοδο Gestalt, στη συστημική θεραπεία & στις συστημικές αναπαραστάσεις). Ευρωπαϊκό δίπλωμα Ψυχοθεραπείας (European Association f. Psychotherapy). Η μόνη πιστοποιημένη EMDR-Europe Trainer στην Ελλάδα, καθώς και πιστοποιημένη επόπτρια (accred. Consultant) . Έχει εκπαιδεύσει πάνω από 250 ειδικούς στη μέθοδο EMDR στην Ελλάδα, Κύπρο, τη Γερμανία και την Αυστρία. Πρόεδρος της EMDR-Hellas. Δημοσιεύσεις στα Γερμανικά και Ελληνικά.

#### 1. ΗΜΕΡΙΔΑ ΕΙΣΑΓΩΓΗΣ ΣΤΗΝ ΤΡΑΥΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

##### ΚΑΙ ΣΤΗ ΜΕΘΟΔΟ EMDR

(μια ημέρα, 9:30 – 17:30)

Στόχος της ημερίδας είναι να δώσει μια πρώτη εικόνα της μεθόδου τόσο στη θεωρία όσο και στην πράξη, αλλά και να προετοιμάσει για την εκπαίδευση στο EMDR. Μετά την ημερίδα εισαγωγής οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να αποφασίσουν εάν θέλουν να συμμετάσχουν στον εκπαιδευτικό κύκλο.

Στην ημερίδα θα ασχοληθούμε με τα ακόλουθα θέματα:

- Τι είναι τραύμα;
- Πώς καταγράφεται ένα τραυματικό γεγονός στη μνήμη μας;
- Νευροφυσιολογική επεξεργασία του τραύματος.
- Ψυχικές και σωματικές αντιδράσεις & συμπτώματα μετά από ψυχοτραυματική εμπειρία.
- Ψυχοδιαγνωστική των μετατραυματικών διαταραχών.
- Η γένεση της Ψυχοτραυματολογίας.
- Το μοντέλο της Τραυματοθεραπείας.
- Τι είναι η μέθοδος EMDR και πού εφαρμόζεται ; Live Demonstration.
- Πώς μπορώ να εντάξω τη μέθοδο EMDR σε ένα ευρύτερο θεραπευτικό πλαίσιο ;

#### 2. ΣΤΑΘΕΡΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ

##### ΠΛΑΝΟ ΣΤΗΝ ΤΡΑΥΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

(1 διήμερο, 9:30-17:30)

Η δημιουργία μιας σχέσης εμπιστοσύνης και το θεραπευτικό συμβόλαιο αποτελούν τα θεμέλια της Τραυματοθεραπείας. Στο διήμερο αυτό διδασκόμαστε πώς να δημιουργήσουμε τις προϋποθέσεις εκείνες που είναι απαραίτητες για τη θεραπευτική αντιμετώπιση των τραυματικών βιωμάτων με το EMDR.

#### Περιεχόμενο του σεμιναρίου:

- Η πρώτη επαφή με το θεραπευόμενο: ενδείξεις τραυματικού ιστορικού.
- Η θεραπευτική σχέση στην Τραυματοθεραπεία: Οι ρόλοι και το πλαίσιο.
- Η ιδιαιτερότητα της μεταβίβασης στη θεραπεία του σύνθετου τραύματος.
- Συνήθεις αντιμεταβιβαστικές αντιδράσεις του θεραπευτή.
- Από το τραυματικό ιστορικό ως τη δημιουργία θεραπευτικών υποθέσεων.
- Η σύνδεση των συμπτωμάτων ή αιτημάτων του θεραπευόμενου με το τραυματικό ιστορικό.
- Η ενίσχυση του κινήτρου για τραυματοθεραπεία.
- Από το θεραπευτικό πλάνο στο θεραπευτικό συμβόλαιο.
- (Επανα-) σύνδεση με τον υγιή εαυτό και ανάπτυξη πηγών (θετικών στοιχείων) με τη βοήθεια του διεστιακού ερεθίσματος.
- Τρόποι διαχείρισης δυσλειτουργικών συναισθημάτων και αναμνήσεων.
- Τεχνικές χαλάρωσης και καθοδηγούμενοι οραματισμοί.
- Πώς να αποφύγουμε ως θεραπευτές το δευτερογενή τραυματισμό και την επαγγελματική εξουθένωση (burn out)

Θεωρητικές εισηγήσεις εναλλάσσονται με ζωντανές παρουσιάσεις, με ασκήσεις πρακτικής εφαρμογής σε μικρές ομάδες και παιχνίδι ρόλων.