



РОССИЙСКАЯ
АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ

EMDR-терапия (ДПДГ): отбор и подготовка клиентов к работе с болезненными переживаниями как обязательные условия применения метода

Шушкина Л. Н.,
заведующий сектором психологического консультирования, супервизии и кадровой поддержки
Федерального ресурсного центра психологической службы в системе высшего образования

EMDR (ДПДГ)

- Психотерапевтический метод
- Разработан в 1987 г. американским психологом Фрэнсин Шапиро
- Создан для облегчения дистресса, связанного с травматическими воспоминаниями
- Интегрирует элементы психотерапевтической работы других школ
- Эффективен для работы с последствиями травмирующих событий
- В 2013 г. рекомендован ВОЗ как эффективный метод терапии ПТСР



РОССИЙСКАЯ
АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ

Eye Movement Desensitization
and Reprocessing

Десенсибилизация и
переработка движением глаз

Обеспечение безопасности



РОССИЙСКАЯ
АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ

- Владение методом
- Наличие знаний и навыков работы в области проблемы, с которой обратился клиент
- Доверительный контакт с клиентом (терапевтический альянс)
- Отбор и подготовка клиентов к работе с болезненными переживаниями

Главный принцип работы с последствиями травмирующих событий – «Не навреди!».

Отбор и подготовка клиентов



РОССИЙСКАЯ
АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ

До начала работы с травматическим опытом клиента необходимо:

- оценить актуальное эмоциональное состояние клиента, его стабильность
- выявить факторы риска
- определить копиг-стратегии
- оценить объём доступных ресурсов
- обучить техникам эмоциональной саморегуляции.

Работа с болезненными переживаниями возможна при условии, что эмоциональное состояние клиента достаточно стабильное, клиент имеет достаточное количество ресурсов и владеет техниками эмоциональной саморегуляции.

Для знакомства с методом



РОССИЙСКАЯ
АКАДЕМИЯ
ОБРАЗОВАНИЯ

1. Официальный сайт ассоциации «EMDR Россия» emdr.ru
2. Шапиро Ф. Преодолевая прошлое. Как научиться управлять своей жизнью при помощи техник самопомощи EMDR
3. Найп Д. EMDR: полное руководство. Теория и лечение комплексного ПТСР и диссоциации
4. Казенная Е. В. Современное состояние исследований эффективности метода десенсибилизации и переработки движениями глаз (EMDR) при ПТСР