



Ansia, fobie, attacchi di panico e stress post traumatici

Spesso l'ansia, le fobie e gli attacchi di panico sono un residuo emotivo di ricordi traumatici coscienti, dimenticati o non elaborati.

Del trauma rimane una traccia di memoria fissata nelle aree emotive del cervello. Tale traccia modifica la percezione della realtà attivando risposte emotive non controllate.

A CHI E' RIVOLTO?

E' rivolto a tutte quelle persone che hanno subito un trauma e rivelano comportamenti influenzati da questa esperienza.

E' ADATTO AI BAMBINI?

La pratica si adatta benissimo ai bambini anche piccolissimi che rispondono con maggior velocità degli adulti.

SU QUALI TRAUMI SI PUO'

USARE?

L'EMDR si utilizza sia su traumi recenti che antichi di decenni. Talvolta queste esperienze possono perseguire la persona per molto tempo. Un piccolo particolare del quotidiano può riportare, in un secondo, a rivivere lo stato emotivo del trauma subito anni addietro.



PSICOTERAPIA EMDR

Eye Movement Desensitization and Reprocessing

DESENSIBILIZZAZIONE E RIPROCESSO ATTRAVERSO I MOVIMENTI OCULARI

COSA E':

Una tecnica psicoterapeutica cognitivo comportamentale efficace e recentissima.

Si basa su una stimolazione bilaterale che permette al cervello di aumentare le comunicazioni fra emisferi, attivando una elaborazione adattiva dei ricordi traumatici.

Si utilizza per la soluzione dei disturbi emotivi e comportamentali che derivano da **traumi, incidenti, abbandoni, lutti, forti esperienze emotive.**

I risultati sono scientificamente provati.

E' una pratica usata nella psicologia dell'emergenza indicata dall'organizzazione mondiale della sanità.

L'associazione EMDR Italia ha fatto più di 3500 interventi nelle zone del recente terremoto in Emilia.

Dott. Giordano Lovato

Psicologo-psicoterapeuta

EMDR practitioner

www.psicostudio.org

338.3259174