

FASE 1: FICHA DE TRABALHO DE IDENTIFICAÇÃO DO ALVO

Esta ficha de trabalho foi elaborada para ajudar você a desenvolver um plano de tratamento para uma queixa atual. Você vai usar o questionamento direto a Técnica de Flutuação ao Passado (ou Escaneamento de Afetos) para identificar experiências relevantes na rede de memórias do cliente que estão influenciando os sintomas presentes. A ficha também o ajudará a decidir quais memórias devem ser priorizadas para o processamento e acompanhar o seu desenvolvimento enquanto elas são processadas.

A. QUEIXA ATUAL:

Na prática clínica a queixa atual é determinada de forma colaborativa entre o cliente e o terapeuta

B. IDENTIFIQUE EXEMPLOS RECENTES DA QUEIXA ATUAL:

“Qual experiência (s) recente (s) que você teve representa essa queixa?”

C. IDENTIFIQUE QUAL EXEMPLO RECENTE É MAIS REPRESENTATIVO DA QUEIXA ATUAL:

“Qual dessas experiências recentes que você mencionou é a mais representativa/ressoante para você?”

Esta é a experiência recente que você vai usar para acessar a rede de memórias armazenada de forma disfuncional para identificar experiências passadas.

D. IDENTIFICANDO AS EXPERIÊNCIAS PASSADAS:

Use o D1: Questionamento Direto ou a D2: Técnica de Flutuar ao Passado, e ou D3: Escaneamento de Afeto como descrito no *script* abaixo para associar as experiências passadas do cliente com suas dificuldades atuais.

Idealmente elicie algumas memórias, incluindo as memórias mais precoces ou de infância, de acordo com a tolerância do cliente. Na prática clínica, o questionamento direto geralmente fornece uma rede clara de alvos passados. Se isso não acontecer, use as técnicas de Flutuar ao Passado e Escaneamento de Afeto, dependendo da tolerância de efeito do cliente.

D1: Questionamento Direto: Os seguintes são exemplos de questionamento direto
“Existiram outras memórias que parecem como esta?”

“Você se lembra de uma ocasião anterior que você tenha se sentido assim?”
(identifique um padrão de resposta, reação emocional ou crença distorcida.)

Registre as memórias do cliente com uma breve descrição e idade para cada memória

Experiências passadas (breve descrição)

Idade/grau

D2: Flutuação ao Passado: Use com cautela com clientes com trauma complexo

“Eu gostaria que voltássemos a experiência recente de _____
(repita a C representativa da experiência recente. *Quando você mantém esta imagem que representa a pior parte dessa experiência recente?*

Quais pensamentos negativos ou crenças você tem sobre você mesmo agora?

Que emoções você está vivenciando? _____

Onde você sente no seu corpo? _____

(se possível, use as próprias palavras/descrições do cliente neste script)

“À medida que você se concentra na imagem (pausa), nos pensamentos negativos (repita os pensamentos negativos) que você está tendo sobre si mesmo (pausa), nas emoções (pausa) e nas sensações corporais (pausa), deixe sua mente flutuar de volta ao início de sua vida quando você pode ter se sentido assim antes e apenas observe que memória ou memórias vêm à mente... (pausa). Que memórias estão surgindo?”

Registre as memórias do cliente com uma breve descrição e idade ou série para cada memória abaixo.

Para solicitar memórias adicionais (idealmente de volta à primeira infância), use repetidamente a seguinte declaração até que nenhuma nova memória seja identificada.

“À medida que você se concentra nessa experiência, observe quaisquer memórias anteriores ou outras que possam vir à mente...”

Experiências passadas adicionais (breve descrição)

idade/grau

D3: Escaneamento de Afeto: Os seguintes são exemplos de questionamento direto

“Vamos voltar agora à experiência recente _____ (repita a C representativa da experiência recente). Quando você mantém a C em mente, observe as Emoções que sente agora e observe o que você está sentindo em seu corpo. Agora deixe sua mente flutuar de volta no tempo, quando você talvez tenha sentido-se assim antes e observe que memórias vêm à sua mente”

Registre as memórias do cliente com uma breve descrição e idade de cada memória:

Experiência Passadas Adicionais (breve descrição)

Idade/grau

Nota: Antes de prosseguir para PRESENTE e FUTURO, identifique e anote a memória-chave (“primeira/mais antiga”) e a pior memória identificada acima.

E. OS DISPARADORES NO PRESENTE:

Agora que o cliente pode estar em maior contato com o sentimento central subjacente a essa rede de memória, explore quaisquer disparadores do presente adicionais que não tenham sido identificados anteriormente.

“Há outras situações, pessoas ou lugares em sua vida agora que trazem de volta essas reações negativas?”

F. RESPOSTA DESEJADA PARA O FUTURO (modelo para o futuro):

“Como você gostaria de ser capaz de lidar com essas situações (disparadores no presente) no futuro?”

G. IDENTIFIQUE A MEMÓRIA-ALVO SELECIONADA PARA A PRIMEIRA SESSÃO DE REPROCESSAMENTO

Com base no modelo PSI e na avaliação da tolerância ao afeto do cliente, o terapeuta faz uma recomendação sobre qual memória reprocessar primeiro e oferece a justificativa. **Considere sugerir a memória mais antiga se o cliente puder tolerar isso, uma vez que as memórias de referência são fundamentais e são mais propensas a generalizar e menos propensas a serem bloqueadas.** Somente se necessário devido a intrusões de outra memória ou se houver riscos em iniciar com a memória-chave, você deve considerar iniciar com outra memória passada. Discuta com o cliente e tome uma decisão final.

“Com base no que você compartilhou comigo hoje e no que sabemos sobre a terapia EMDR, vamos discutir qual memória devemos reprocessar primeiro. Recomendo que reprocessemos:

(Identifique o primeiro específico, o pior OU outras experiências anteriores listadas anteriormente.)

Porque:

(O terapeuta fornece a justificativa para a escolha, por exemplo, a memória-chave é a memória fundamental; mais generalizável e menos provável de ser bloqueada.)

Como isso soa para você?"

O terapeuta propõe um rótulo neutro para a memória:

"Para fazer referência a essa memória mais tarde, sugiro dar um título a essa memória. Eu sugiro _____ (título neutro proposto.) Isso funciona para você?"

Anote o título para a memória acordada com a idade ou grau do cliente:

--

Redirecione o foco de atenção do cliente para o Estado Seguro/Calmo usando sua palavra de sinalização (sem EBL) ao encerrar a sessão:

"Agora concentre sua atenção em seu Estado Seguro/Calmo usando sua palavra chave (repita a palavra chave)."