

FASE 2: ORIENTANDO OS MOVIMENTOS OCULARES E FORMAS ALTERNATIVAS DE ESTIMULAÇÃO BILATERAL (EBL) NA TERAPIA EMDR

Sessões presenciais:

- Revise a descrição de como orientar os movimentos oculares e formas alternativas de estimulação bilateral incluídas no livro de Francine Shapiro (2018). Os movimentos das mãos devem ser em linha reta (não em arco) e amplos o suficiente para abranger toda a amplitude dos movimentos dos olhos do cliente. De forma geral, evite cruzar os dedos no rosto para evitar que o cliente se distraia com você.



- Veja também: Elan Shapiro: Shapiro, E. (2011). Sugestões Para o Ensino da Aplicação dos Movimentos Oculares em Emdr. *Journal of EMDR Practice and Research*, 5(2), 73.
- Os recursos acima fornecem informações que podem ser adaptadas às configurações virtuais.

Sessões virtuais:

- Para orientação mais aprofundada do uso da Terapia EMDR no ambiente virtual, incluindo aplicativos que podem ser usados para guiar os movimentos dos olhos por vídeo: <https://www.emdria.org/publications-resources/practice-resources/coronavirus-clinical-resources/>
- **Vídeo de 30 minutos demonstrando o EBL virtualmente** criado por Alicia Avila, LCSW: <https://youtu.be/mE1iBALWDNU>
- **Para oferecer movimentos oculares (EM) fora da tela de zoom:**
 - o Use notas adesivas ou objetos no quarto do cliente ou uma linha horizontal natural (por exemplo, moldura de janela, junção de parede e teto ou piso). Certifique-se de que seus MOs sejam amplos o suficiente.
 - o Quando necessário, forneça um aviso auditivo para definir a velocidade/ritmo dos MOs (por exemplo, voz, toque de caneta ou um aplicativo como o metrônomo Soundbrenner).
 - o Treine conforme necessário. Lembre-se que uma “passagem” esquerda/direita serão dois tons ou toques.

- **Para oferecer orientação rastreamento de movimentos oculares (MO) na tela**
 - o Só são eficazes para clientes com uma tela grande o suficiente.
 - o Peça ao seu cliente para “fixar” seu vídeo (do terapeuta) e ocultar sua própria tela.
 - o A largura da tela do cliente determina a distância que o rosto deve estar da tela, (tela de 14” = face 14-16” da tela.)
 - o A janela de videoconferência com sua imagem deve preencher sua tela.
 - o Usando os dedos ou um objeto, comece no meio (da tela) e vá para trás/para frente das bordas de sua própria tela. Monitore seus movimentos e os MOs do cliente. Treine se necessário.

- **Formas alternativas de EBL**
 - o Tátil/toque do abraço borboleta ou batida nos joelhos ou mesa.
 - o O movimento dos olhos pode ser combinado com toques, acompanhando o toque esquerdo/direito com os olhos. (Ver artigo de Elan Shapiro, citado acima.)
 - o Auditivo. Existem muitos recursos que oferecem tons bilaterais. Consulte os recursos EMDRIA.

- **Seja qual for a forma de EBL usada, observe visualmente a resposta do cliente. Treine conforme necessário.**

- **Velocidade: (Shapiro, 2018)**
 - o **Lento e apenas alguns** movimentos para o Estado Calmo Seguro e intervenções de recursos (Fase 2).
 - o **Séries rápidas e longas** (20+ bidirecionais) para todas as fases de reprocessamento (Fase 4: Dessensibilização; Fase 5: Instalação; Fase 6: Escaneamento Corporal).