Antecedentes de la técnica EMDR.docx

Antecedentes de la técnica EMDR

En 1987, Francine Shapiro, psicóloga norteamericana, descubrió que los movimientos oculares voluntarios reducían la intensidad de la angustia de los pensamientos negativos.

Nace así la técnica denominad EMDR (Eye Movement Desensibilization and Reprocessing),

Por ello inició una investigación (Shapiro, 1989) con sujetos traumatizados en la guerra de Vietnam y con víctimas de abuso sexual para medir la eficacia del EMDR. Comprobó que la aplicación de la técnica EMDR reducía de manera significativa los síntomas del Trastorno por Estrés Post Traumático en estos sujetos.

¿Cómo actúa el terapeuta para abordar la desensibilización?

En el proceso con **EMDR**, el terapeuta trabaja con el paciente para identificar un problema específico que será el foco del tratamiento. El paciente describe el incidente traumático, a partir del cual es ayudado por el terapeuta para que seleccione los aspectos más importantes y que más lo angustian de dicho incidente. Mientras el paciente hace movimientos oculares (**o cualquier otra estimulación bilateral**) le vienen a la mente otras partes del recuerdo traumático u otros recuerdos. El terapeuta interrumpe los movimientos oculares cada tanto para asegurarse que el paciente esté procesando adecuadamente. (Aquí interviene una de las mejoras que se proponen en este proyecto y que se describe más adelante (biofeedback EEG)

La estimulación bilateral puede ser:

* a) Visual: el paciente mueve los ojos de un lado al otro guiado por el terapeuta
* b) Auditiva: el paciente escucha sonidos alternados en ambos oídos
* c) Kinestésica: el terapeuta golpetea suavemente y en forma alternada sobre las manos o los hombros del paciente. Esto facilita la conexión entre los dos hemisferios cerebrales logrando el procesamiento de la información y la disminución de la carga emocional.



***Niños acercandose a una playa de Indonesia  
después de haber sido tratados con terapia EMDR  
tras el tsunami del oceano Indico (2004)'***

Referencias

Beck, A. T. (1995). Cognitive therapy: Basics and beyond. New YorK: Guilford Press.

Beck, A. T., Steer, R. A. & Brown, G. K. (1996). Beck depression inventory, segunda edición: Manual. USA: The Psychological Corporation.

Bower, G. (1981). Mood and memory. American psychologist, 36, 129 -148.

Carlson, J. G., Chemtob, C. M., Rusnak, K., Hedlund, N. L., & Muraoka, M. Y. (1998). Eye movement desensitization and reprocessing for combat-related posttraumatic stress disorder. Journal of Traumatic Stress, 11, 3-24.

Fazio, R. H. (1995). Attitudes as object-evaluation associations: Determinants, consequences, and correlates of attitude accessibility. En R. E. Petty & J. A. Krosnick (Eds.), Attitude strength: Antecedents and consequences (pp. 247- 282). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Fazio, R. H. (2000). Accessible attitudes as tools for object appraisal: Their costs and benefits. En G. Maio & J. Olson (Eds.), Why we evaluate: Functions of attitudes (pp. 1-36). Mahwah, NJ: Erlbaum.

Fazio, R. H. (2001). On the automatic activation of associated evaluations: An overview. Cognition and Emotion, 15, 115-141.

Fazio, R. H. & Dunton, B. C. (1997). Categorization by race: The impact of automatic and controlled components of racial prejudice. Journal of Experimental Social Psychology, 33, 451-470

Fazio, R. H., Sanbonmatsu, D. M., Powell, M. C. & Kardes, F. R. (1986). On the automatic activation of attitudes. Journal of Personality and Social Psychology, 50(2), 229-238.

Fensterheim, H. (1996). Eye movement desensitization and reprocessing with complex personality pathology: An integrative therapy. Journal of Psychotherapy Integration, 6, 27-38.

Feske, U. (1998). Eye movement desensitization and reprocessing treatment for posttraumatic stress disorder. Clinical Psychology: Science and Practice, 5, 171-181.

Scherer, K. R. (1984b). Emotion as a multi-component process. En: P. Shaver (Ed.), Review of personality and social psychology: Emotions, relationships and health, Vol. 5 (pp. 37-63), Newbury Park, CA: Sage.

Scherer, K. R. (1987). Toward a dynamic theory of emotion: The component process model of affective states. Geneva Studies in Emotion and Communication, 1, 1-98 desde: URL://www.unige.ch/fapse/ emotion/genstudies/ genstudies.html.

Scherer, K. R. (2001). Appraisal considered as a process of multilevel sequential checking. En: K. R. Scherer, A. Schorr & T. Johnstone. Appraisal processes in emotion: Theory, methods, research. New York: Oxford University Press

Shapiro, F. (1993). Eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) in 1992. Journal of Traumatic Stress, 6, 417-421.

Shapiro, F. (1994). Eye movement desensitization and reprocessing: A new treatment for anxiety and related trauma. En Lee Hyer (Ed.), Trauma victim: Theoretical and practical suggestions (pp. 501-521). Muncie, Indiana: Accelerated Development Publishers.

Shapiro, F. (2005). Manual de entrenamiento. Pacific Grove, CA: Autor Siegle, G. J. (1999). Cognitive and physiological aspects of attention to personally relevant negative information in depression. Tesis doctoral no publicada, San Diego State University.

Siegle, G. J. (2001). A neural Network model of attentional biases in depression En: J. Reggia y E. Ruppin (Eds). Disorders of brain, behavior and cognition: The neurocomputational perspective (pp. 415-441). Amsterdam: Elsevier.

Spector, J. & Read, J. (1999). The current status of eye movement desensitisaton and reprocessing (EMDR). Clinical Psychology and Psychotherapy, 6, 165-174.

Van Etten, M. L. & Taylor, S. (1998). Comparative efficacy of treatments for posttraumatic stress disorder: A meta-analysis. Clinical Psychology and Psychotherapy, 5, 126-144.

Williams, J. M. G., Watts, F. N., MacLeod, C. & Mathews A. (1997). Cognitive psychology and emotional disorders, 2a ed. Chichester: Willey.