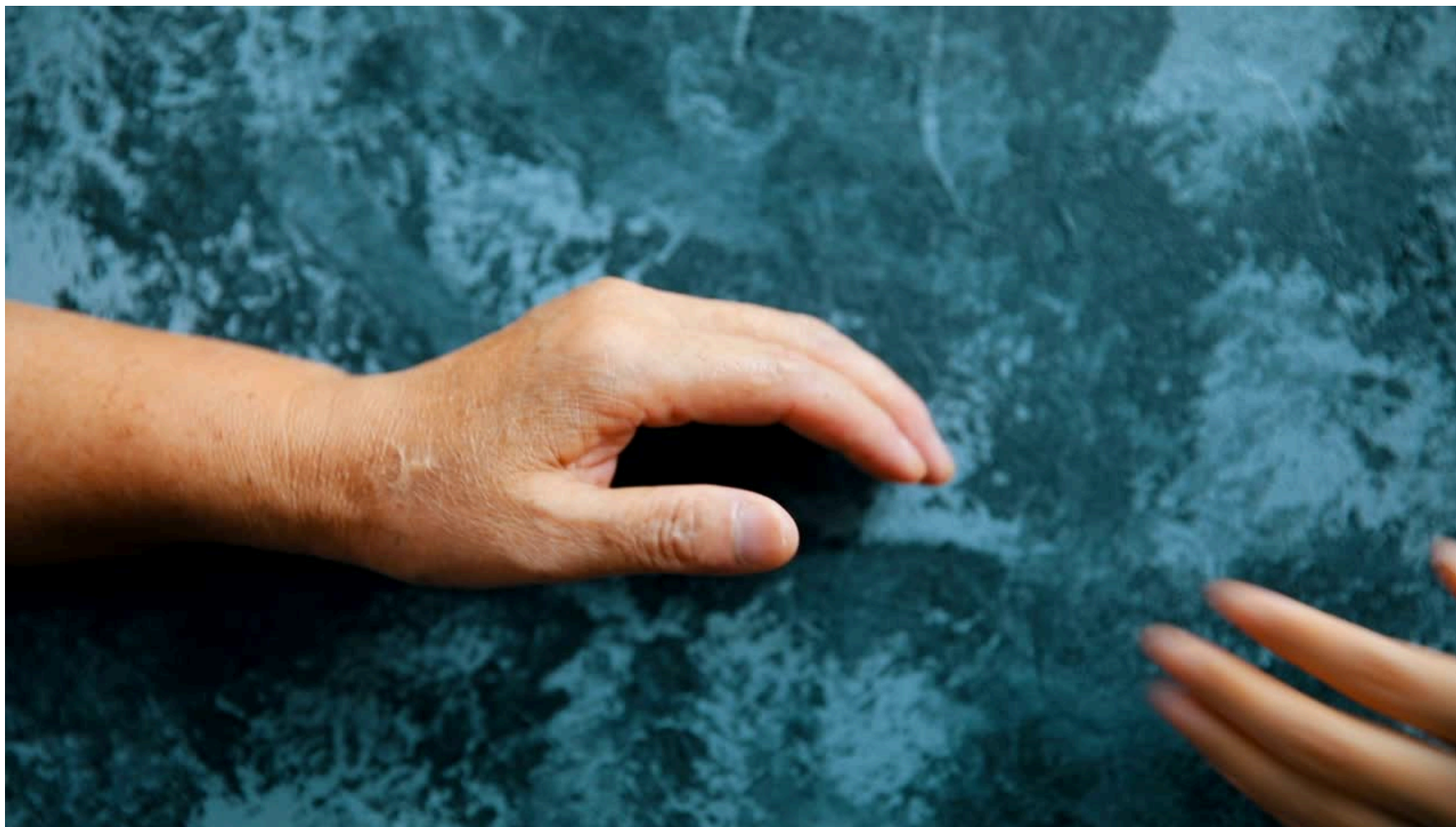


REAGIRE, DARE UN SENSO E RIELABORARE UN EVENTO TRAUMATICO



**11 SETTEMBRE 2024,
BIBLIOTECA TILANE, PADERNO DUGNANO
DOTT.SSA GIADA MASLOVARIC
PSICOTERAPEUTA SUPERVISORE EMDR
EMDR 018**

PERCHÈ SIAMO QUI



QUALI SONO GLI EVENTI CHE POSSIAMO CONSIDERARE TRAUMATICI?

COME POSSO AIUTARE ME STESSO E I MIEI FIGLI?

REAGIAMO TUTTI ALLO STESSO MODO?

COME SI REAGISCE A UN LUTTO TRAUMATICO?

COME FACCIAMO A RICONOSCERE E A METTERE IN CAMPO LE

RISORSE NECESSARIE?

QUANTO TEMPO SERVE PER SUPERARE QUANTO ACCADUTO?

TRAUMA PSICOLOGICO



COME REAGIAMO?

1. Punto zero: l'evento accade
2. Fase di shock emotivo: fight, flight, freeze, faint
3. Fase dell'impatto emotivo
4. Fase di coping
5. Imparare a convivere



I NORMALI SEGNALI DI SOFFERENZA

IPERAROUSAL

INTRUSIVITÀ

EVITAMENTO



COLPA DEL SOPRAVVISSUTO, IDENTIFICAZIONE E MARCHIO DI CAINO



IL CERVELLO DEL PRE ADOLESCENTE

**IL CERVELLO È IN FASE DI SVILUPPO E OLTRE AD OFFRIRE GRANDI POTENZIALITÀ
PRESENTA ASPETTI DI VULNERABILITÀ**

**ÈMOZIONI PRENDONO IL SOPRAVVENTO SULLA CAPACITÀ DI RIFLETTERE
(CORTECCIA PREFRONTALE NON MATURA)**

ÈTERNO PRESENTE

REAZIONI PSICOLOGICHE DIPENDONO DA...

- LIVELLO DI COINVOLGIMENTO**
- LIVELLO DEL CONTROLLO**
- LIVELLO DELLA MINACCIA O PERDITA**
- LIVELLO DI ASSURDITÀ**
- LIVELLO DI PREAVVISO**
- LIVELLO DI STRESS NELLA PROPRIA VITA**
- NATURA E GRADO DI SUPPORTO SOCIALE SUBITO DOPO L'EVENTO**
- SUPPORTO DI COLLEGHI E AMICI**
- SUPPORTO DI FAMILIARI E POSSIBILITÀ DI COMUNICAZIONE**

....E IL FUNERALE?



COME AIUTARE

RIMANERE IN ASCOLTO E DISPONIBILI

RACCONTARE LA VERITA' CON PAROLE ADEGUATE ALL'ETA'

EVITARE FRASI COME "DEVI ESSERE FORTE"

ABBASSARE LE ASPETTATIVE SUI RISULTATI SCOLASTICI LE PRIME SETTIMANE

PROTEGGERE DALLE INFORMAZIONI DEI MASS MEDIA-NOTIFICHE CELLULARI

PROMUOVERE ATTIVITÀ FISICA E SPORT

RISPETTARE I SILENZI

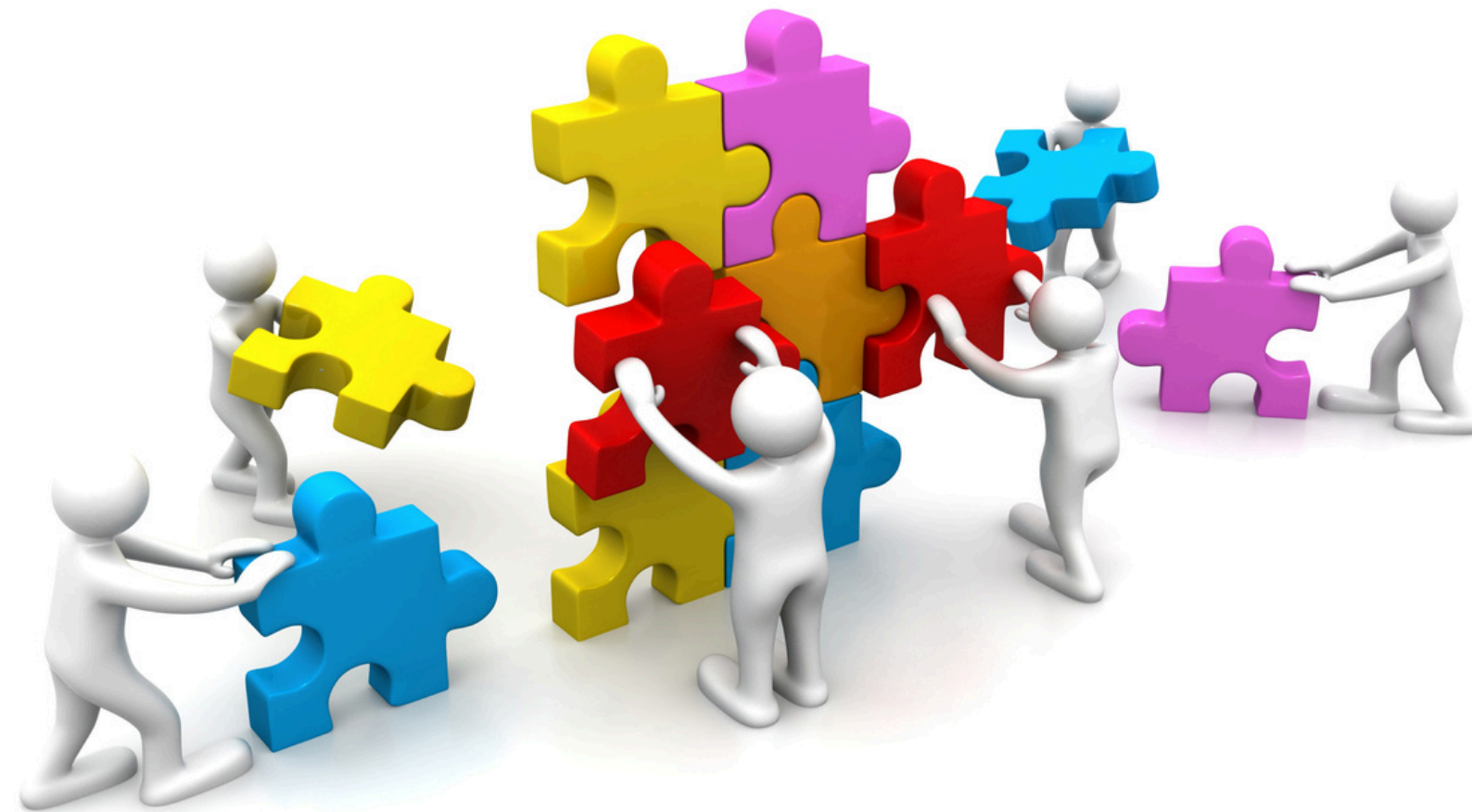
VALORIZZARE LE RISORSE AMICALI



IL RITORNO ALLA NORMALITÀ



ROMPERE ISOLAMENTO E IMPOTENZA



EYE MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING (EMDR)

CHE COS'E' L'EMDR?

E' UN METODO PSICOTERAPEUTICO

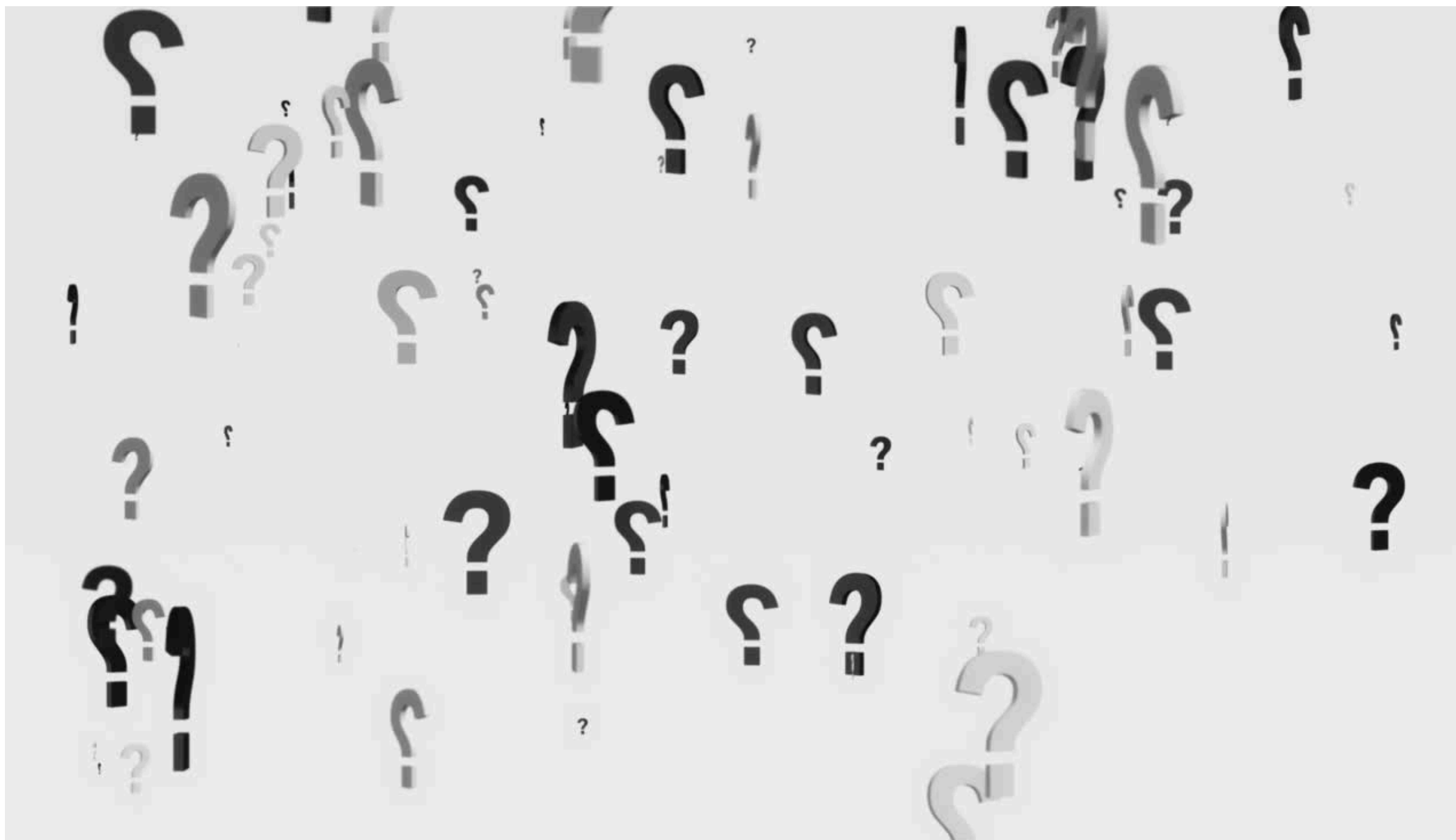
EMDR è sinonimo di:
EYE MOVEMENT DESENSITIZATION AND REPROCESSING ovvero
"desensibilizzazione e rielaborazione attraverso i movimenti oculari".
È una terapia provata scientificamente per aiutare a ridurre i sintomi legati a:

COME FUNZIONA L'EMDR?

L'EMDR ha un effetto sul modo in cui il cervello elabora le informazioni.
Aiuta a riconnettersi con le esperienze emozionali traumatiche e stressanti che sono rimaste intrappolate nella memoria.

ANSIA
TRAUMA & PTSD
DEPRESSIONE
DIPENDENZE
FOBIE
ALTRI PROBLEMI EMOTIVI





CONTATTI

WWW.EMDR018.COM

GIADA.MASLOVARIC@GMAIL.COM



EMDR 018

Per il Benessere di Bambini e Adolescenti