# Prefazione all'edizione italiana

*Isabel Fernandez**

È veramente un'esperienza molto significativa per me poter presentare la seconda edizione del manuale di Francine Shapiro rivolto ai terapeuti che utilizzano il metodo EMDR. Guardare indietro, ripercorrere gli ultimi 20 anni e rendersi conto dello sviluppo che ha raggiunto la terapia EMDR in Italia è molto emozionante.

Nel 2001 ebbi l'onore di scrivere la prefazione italiana alla prima edizione del volume. Allora l'EMDR era presente in Italia da 2 anni e a quel tempo probabilmente erano stati formati circa 500 terapeuti. Il metodo EMDR cominciava a essere conosciuto e da subito si era percepito che avrebbe fatto la differenza nel campo della psicoterapia. Da allora sono stati formati quasi 18.000 psicoterapeuti in Italia, che lavorano in ambito pubblico, privato, nelle associazioni non-profit, nelle forze dell'ordine e nelle forze armate. Migliaia di pazienti sono stati trattati con l'EMDR in Italia, e molti di questi hanno contribuito alla diffusione della sua efficacia. Pazienti, terapeuti, ricercatori, docenti, giornalisti, vittime di disastri collettivi, istituzioni, tutti hanno condiviso le proprie esperienze con questa terapia e l'hanno consigliata ad altri, o hanno fatto in modo che altre persone ricevessero un supporto specialistico con l'EMDR.

In Italia c'è stata molta attività di ricerca, con varie università, con il CNR, con gli ospedali e le ASL. Molte delle pubblicazioni scientifiche citate in questo manuale sono state realizzate da autori italiani. La ricerca, la professionalità e la competenza che i terapeuti italiani hanno dimostrato in questi anni nel campo della terapia EMDR è ormai riconosciuta e apprezzata non solo a livello nazionale, ma anche internazionale.

* La dottoressa Isabel Fernandez è Presidente dell'Associazione EMDR Italia e Presidente dell'EMDR Europe Association.

Attraverso l'Associazione EMDR Italia, la comunità professionale e scientifica EMDR si è concentrata sul rafforzare la conoscenza e la competenza nell'applicazione di questo trattamento innovativo e profondo a diversi disturbi mentali e fisici.

L'Associazione EMDR Italia, oggi probabilmente la più grande associazione di psicoterapeuti in Italia (conta circa 7000 soci), ha promosso e supportato questi sviluppi, rivolgendo in modo incondizionato e con dedizione il suo lavoro verso i propri soci e allo stesso tempo verso l'esterno, facendo cultura e dando un contributo alla salute pubblica.

È stato molto significativo l'impegno in campo umanitario, dove in 20 anni sono stati fatti più di 600 interventi in collaborazione con le istituzioni, tra cui il Servizio sanitario nazionale, le scuole, le forze dell'ordine ecc., raggiungendo circa 20.000 bambini, adolescenti e adulti che altrimenti non avrebbero avuto accesso a un'assistenza specialistica dopo essere stati esposti a eventi critici e devastanti. È così che si è fatta prevenzione e che si è dato sollievo, già dalle prime ore, in situazioni acute di stress: l'intervento precoce con l'EMDR si è rivelato particolarmente efficace; i feedback da parte delle persone trattate, così come i dati pubblicati in questi anni, lo confermano.

Per quanto riguarda questo manuale, grazie all'esperienza di migliaia di terapeuti che lavorano con l'EMDR quotidianamente e alle ricerche condotte negli ultimi 30 anni, Francine Shapiro ci dà l'opportunità di trovare riuniti, in un unico testo, sia il modello teorico dell'EMDR sia la comprensione di molti disturbi e disagi psicologici attraverso la lente del trauma, il tutto esposto con estrema chiarezza.

Il manuale è stato realizzato con lo scopo di condividere informazioni e strategie con i terapeuti, in modo che siano in grado di aiutare i loro pazienti con efficacia e professionalità. Questo manuale tiene conto del fatto che la sofferenza psicologica può assumere molte sfaccettature e guida il lettore nella direzione della comprensione delle cause che contribuiscono allo sviluppo di molti disturbi mentali e che precipitano l'esordio della sintomatologia.

In questo senso riconosce a pieno titolo il ruolo degli eventi di vita difficili, stressanti e/o traumatici e come questi abbiano un impatto devastante sulle traiettorie di sviluppo dall'età infantile a quella adulta.

Francine Shapiro in questo libro ci insegna non solo tutto questo, ma anche come lavorare con questi pazienti con il protocollo EMDR, e lo fa con la convinzione che per aiutare questi pazienti sia fondamentale intervenire su tutti quei ricordi estremamente dolorosi che hanno contribuito a generare i loro disturbi. Lo fa con la convinzione che il metodo EMDR, in particolare, possa essere davvero efficace nel perseguire tali obiettivi.

È solo attraverso un lavoro specifico sui ricordi traumatici che si può spezzare il circolo vizioso di alcuni disturbi, favorendo uno sviluppo fun-

zionale e adattivo nel paziente. Sono ormai lontani i tempi in cui l'EMDR veniva considerata efficace esclusivamente nel campo del disturbo da stress post-traumatico. Da allora sono state pubblicate numerose ricerche scientifiche che attestano la sua efficacia anche in altri ambiti di utilizzo, sostenendo sempre più fermamente la convinzione che l'EMDR possa essere utilizzata con la maggior parte dei pazienti e per ogni tipo di patologia per risolvere ed elaborare le conseguenze di eventi di vita stressanti.

Nelle pagine di questo libro si resta piacevolmente colpiti dalla delicatezza e dal profondo rispetto dell'autrice per la sofferenza che si nasconde dietro a un disturbo spesso considerato ostico da trattare: sono questi gli ingredienti principali che lo rendono un'opera completa, profonda e utile, che insieme alla formazione certificata in EMDR offre ai terapeuti la possibilità di aiutare meglio le persone nella loro pratica clinica. I pazienti, e la loro straordinaria capacità di insegnarci sempre qualcosa di nuovo, faranno il resto.