Indice

Prefazione di *Dolores Mosquera* 7
Introduzione 9

1. La terapia EMDR: una panoramica 15
2. L'impatto del lutto e della perdita 29
3. L'impatto della perdita: cambiamenti personali e interpersonali 41
4. Il lutto traumatico 59
5. Il lutto complicato 69
6. La teoria dell'attaccamento 79
7. Modelli teorici del lutto. La teoria dei *continuing bonds* e il *Dual process model* 97
8. Modelli teorici del lutto I sei processi R di Terry Rando 111
9. Trauma complesso e dissociazione della personalità generata da trauma *Kathy Martin, Roger Solomon, Onno Van der Hart* 129
10. Concettualizzazione del caso, scelta dei target, impostazione del trattamento 149
11. Il focus sui ricordi 155
12. Protocollo EMDR a tre stadi: trigger attuali e scenari futuri 175
13. Fase 1: anamnesi e pianificazione del trattamento 195
14. Fase 2: preparazione 215

15. Introduzione alle fasi di rielaborazione 223
16. Fase 3: assessment e individuazione delle componenti del ricordo target 229
17. Fase 4: desensibilizzazione 241
18. Fasi 5-8: installazione, scansione corporea, chiusura e rivalutazione 261
Conclusioni 275
Postfazione. Cosa questo libro non è 281

APPENDICI
1. Terapia EMDR nel trattamento del dolore e del lutto dovuto al Covid-19 285
2. Alcuni esempi di seduta 297
3. Pronto Soccorso Psicologico 317

Ringraziamenti 323
Bibliografia 325
Indice dei casi clinici 339
Indice analitico 341

Prefazione

Dolores Mosquera[*]

Chi di voi ha avuto la possibilità di ascoltare Roger Solomon in una delle sue lezioni o presentazioni tenute in tutto il mondo sarà d'accordo con me nel dire che egli è un terapeuta e un insegnante straordinario e dotato. Lo conosco ormai da oltre dieci anni e, dopo aver avuto il privilegio di lavorare con lui in molte occasioni e in diversi contesti, posso affermare con fermezza che Roger sa descrivere con arte come essere presente con i nostri pazienti nei momenti più difficili e cosa fare per aiutarli ad affrontare le loro paure e dolori più profondi.

Il trattamento EMDR presentato in questo volume offre al lettore l'opportunità di guardare più da vicino l'intervento sul dolore e sul lutto che Roger ha sviluppato negli ultimi decenni. Apre una finestra sul suo pensiero, così approfondito e coerente, su come affrontare questi ricordi e momenti estremamente duri. In tutto il libro Roger ci insegna come accompagnare le persone in questi momenti di tremendo disagio, come incoraggiarle a connettersi con le emozioni complicate che li pervadono e come adattare la terapia EMDR nelle diverse fasi in modo che i nostri pazienti possano guarire dal loro dolore.

L'autore si concentra in particolare sull'applicazione della terapia EMDR alla questione universale del dolore per la scomparsa di una persona cara, illustrando prima di tutto i diversi modelli di lutto, l'impatto della perdita, lo sviluppo del lutto traumatico e del dolore complicato, insieme a una trattazione approfondita della terapia EMDR. Viene posta una particolare attenzione alla teoria dell'attaccamento e alla comprensione dei diversi stili

* Psicologa e psicoterapeuta specializzata nel trattamento dei disturbi della personalità, è EMDR Europe Trainer e dirige l'Instituto para el Estudio del Trauma y los Trastornos de la Personalidad (INTRA-TP) a La Coruña.

che questa stessa delinea. La ricerca indica che lo stile di attaccamento è un fattore importante nel determinare come una persona affronti la perdita della connessione con una persona cara, elemento che è una dinamica clinica importante in queste situazioni.

Inoltre, il modo in cui la terapia EMDR porti spesso a far emergere ricordi toccanti e molto significativi appare di particolare interesse: questi ricordi formano una "rappresentazione interna adattativa" che fornisce alla persona in lutto un positivo senso di connessione con il caro defunto. Questo senso di connessione può essere successivamente rafforzato da un'ulteriore stimolazione bilaterale.

Personalmente ho apprezzato molto il modo in cui coinvolgenti spiegazioni teoriche si intrecciano a esempi pratici di casi clinici e parziali trascrizioni di sessioni di terapia EMDR, così da coprire l'anamnesi, la concettualizzazione del caso, la selezione della memoria target, la fase di preparazione e la fase di elaborazione del trauma in modo semplice e chiaro. Roger sottolinea l'importanza di comprendere come gli attuali fattori scatenanti possano essere dei dolorosi promemoria dell'assenza della persona amata e di identificare quali aspetti debbano essere affrontati, integrando così il protocollo a tre tempi nell'applicazione delle diverse fasi della terapia EMDR al dolore e al lutto.

Lutto e EMDR. Dalla diagnosi all'intervento clinico è un regalo meraviglioso per gli psicoterapeuti EMDR e una guida completa per chiunque sia interessato ad aiutare chi ha perso i propri cari a percorrere la strada della guarigione dal dolore della perdita e del lutto complicato.