

## FULLA DE TREBALL DE LA PRÀCTICA DE GRUP

**RECORDAR:** Clínic i client estaran d'acord en treballar un problema, com a part del pla de tractament global. L'incident representa el problema, i la imatge representa l'incident seleccionat.

Si us plau, **escrigui les respostes del seu client a les següents preguntes** -escriure a sota de les preguntes-.

-----  
**Fase 3 Presentar esdeveniment o record pertorbador.**

-----  
**Imatge:**

**La més pertorbadora:** "Quina imatge representa la pitjor part del record?"

**Si no hi ha imatge:** "Quan pensa en aquest record què nota?"

-----  
**Cognició Negativa:**

"Quines paraules es corresponen millor amb aquesta imatge, que expressin la seva creença negativa sobre si mateix, ara?"

-----  
**Cognició Positiva:**

"Quan vostè recorda la imatge, què li agradaria creure sobre si mateix, ara?"

-----VOC

**(Validesa de la Cognició):**

"Quan pensa en la imatge, Quant de creïbles sent les paraules.....  
(Repetir la Cognició Positiva) en una escala de 1 a 7, on 1 es sent completament fals i 7 es sent completament veritable?"

**1 2 3 4 5 6 7**

**(Completament fals) (Completament veritable)**

-----

### **Emocions/ Sentiments:**

"Quan pensa en aquest fet i en les paraules "Jo.....(Repetir la Cognició Negativa)..... Quines emocions sent ara?"

---

### **SUDs:**

"En una escala de 0 a 10, on 0 és cap pertorbació o neutral, i 10 és la pertorbació més alta que pugui imaginar, Quanta pertorbació **sent ara?**

**0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**

**(no pertorbació/neutra) (pertorbació més alta)**

---

### **Localització de la Sensació Corporal:**

"En quina part del seu cos ho sent?"

### **Fase 4. Dessensibilitzar:**

#### **Instruccions Específiques:**

**"El que farem és una simple revisió del que està experimentant. Necessito saber exactament el que passa, tan clar com sigui possible. De vegades les coses canvien i de vegades, no. No hi ha "suposo que" en aquest procés. Així doncs, el que necessito és la retroalimentació tan exacta com pugui del que passa, sense jutjar si hauria d'estar passant o no. Deixi que el que hagi de passar, passi". ( Recordi comentar al client en relació a la senyal de PARAR amb la mà ).**

"Porti a la seva ment aquesta imatge, aquestes paraules negatives (repeteixi la cognició negativa) i registri on l'està sentint en el seu cos i segueixi els meus dits, amb els seus ulls, sense moure el cap".

(Feedback després d'una tanda/set d'estimulació bilateral).

"Deixi-ho anar i respiri a fons" i preguntí: "Què li ve a la ment ara?" o "Què està notant ara?"

---

### **Processament i revisió de canals nous:**

Continuar processant amb diverses sèries de MO, (tàctils o tons), fins que no sorgeixi material nou. Preguntar: "Quan torna a l'experiència original, Què li ve ara? Concentri's en aquest moment".

---

### **Examinar SUDs:**

"Quan agafa l'experiència, en una escala de 0 a 10, on 0 és no pertorbació i 10, la pertorbació més alta que pugui imaginar, com la sent de pertorbadora **ara**? (Si el SUD és 1 o més elevat, continuar el processament. Si la SUD és 0, efectuar una sèrie més d'estimulació bilateral i passar a la Instal·lació).

---

### **Fase 5 Instal·lació**

Unir la Cognició Positiva desitjada amb l'incident / record original:

- 1) "Les paraules (repetir la Cognició Positiva), encara són adequades o hi ha un altre enunciat positiu que li sembli més adequat?"
  - 2) "Pensi en l'incident original i en aquestes paraules, (Repetir la Cognició Positiva seleccionada). De 1 ( completament fals) a 7, (completament veritable), com les sent de certes?"
  - 3) "Mantingui-les juntes". Fer MO.
  - 4) "En una escala de 1 a 7, Com **sent** de certes aquestes paraules, (cognició Positiva), **ara**, quan pensa en l'incident original?"
  - 5) Continuar la instal·lació, fins que el material es vagi fent més adaptatiu. Si el client informa de 6 o 7 , efectuar una altra vegada Moviments Oculars per a enfortir, i continuar mentre faci falta. Avançar cap a l'Examen Corporal.
  - 6) Si el client informa de 6 ó menys, comprovar l'adequació i localitzar la creença bloquejadora, (si és necessari), amb reprocessament addicional.
- 

### **Fase 6 Examen Corporal.**

“Tanqui els ulls, centri’s en el fet i en les paraules...(Cognició Positiva) i mentalment observi TOT el seu cos. Digui’m on sent quelcom, tensió etc...”

Si informa d’alguna sensació, fer Moviments Oculars. Si hi ha sensació de benestar/ positiva, fer Moviments Oculars per a enfortir-la. Si informa de sensació de malestar- reprocessar fins que desaparegui.

---

### **Procediment per tancar sessions incompletes:**

Una sessió incompleta és aquella en la que encara hi ha material no resolt, (p. ex. encara manifesta malestar o la SUDs és major que 1, i la VOC menor que 6). Segueix un procediment per a tancar la sessió incompleta. La proposta és reconèixer als pacients el que han assolit, i deixar-los arrelats abans d’abandonar la consulta.

#### **Etales:**

- 1) Donar al client la raó de parar. "Gairebé hem esgotat el temps i necessitarem parar aviat. Animar i oferir recolzament per l’esforç realitzat. "Has fet una bona feina i valoro l’esforç que has efectuat. Com et sents?"
  - 2) Eliminar la Instal·lació de la Cognició Positiva i l’Examen Corporal, (és evident que encara resta material per processar).
  - 3) Fer un exercici de contenció. "M’agradaria que féssim un exercici de relaxació abans de parar. Em sento bé fent\_\_\_\_\_ (el clínic suggereix una forma de relaxació, p. ex. Lloc Segur, Feix/Raig de Llum, etc.).
  - 4) Llegir la secció de Tancament/ Supervisió de l’Experiència al client.
- 

### **Fase 7 Tancament: Supervisar l’experiència**

“El reprocessament que hem fet avui pot continuar després de la sessió. Pot o no advertir nous insights, pensaments, records o somnis. Si es així, simplement estigui a l’aguait del que està experimentant, faci una foto del que està veient, sentint, pensant i del disparador, i porti un registre. Podem treballar sobre aquest nou material la propera vegada. Si en té necessitat, truqui’m.”