

# ELENCO TRIGGER

## EYE MOVEMENT INTEGRATION THERAPY™

NOME:

PSICOLOGO

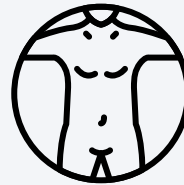
OBIETTIVO TERAPEUTICO :

Indica immagini,  
suoni, odori,  
sensazioni fisiche  
persone, luoghi,  
sogni che inescano  
pensieri  
disfunzionali e  
preoccupazioni

Emozioni



Localizzazione



impulsi



pensieri



# ELENCO RICORDI

## EYE MOVEMENT INTEGRATION THERAPY™

INDICHI LE ESPERIENZE DI VITA PIÙ SIGNIFICATIVE A PARTIRE DALLA SUA NASCITA. INSERISCA SIA QUELLE POSITIVE CHE QUELLE NEGATIVE. INDICHI SE NELLE SITUAZIONI NEGATIVE CI SIA STATO QUALCUNO CHE LA AIUTATA A CAVARSELA

**ETÁ ALL'EPOCA  
DELL' EVENTO  
RIPORTATO**

**FATTORI  
STRESSANTI IN  
ATTO E  
ESPERIENZE  
NEGATIVE**

**PRISULTATI  
SIGNIFICATIVI  
PERSONE E  
RISORSE CHE VI  
HANNO AIUTATO A  
CAVARSELA**

# OBIETTIVI TERAPEUTICI E PREOCCUPAZIONI

EYE MOVEMENT INTEGRATION THERAPY™

COMPORTAMENTALI:  
VUOLE PIÙ...

VUOLE MENO

PREOCCUPAZIONI

AFFETTIVI  
VUOLE PIÙ:

VUOLE MENO

PREOCCUPAZIONI

COGNITIVI  
VUOLE PIÙ:

VUOLE MENO

PREOCCUPAZIONI

SOMATICI  
VUOLE PIÙ:

VUOLE MENO

PREOCCUPAZIONI

# TECNICHE PONTE COME IMPULSO AFFETTIVO, SOMATICO E DIFENSIVO

## EYE MOVEMENT INTEGRATION THERAPY™

WATKINS 1971 SHAPIRO 1992 YOUNG 2002

### EFFETTO PONTE

IMMAGINE PEGGIORE  
DELL' ESPERIENZA,  
TOXIC WORD (CN),  
EMOZIONI NEGATIVE

.....

ORA RICHIAMI ALLA  
MENTE QUESTI PENSIERI  
E SENTIMENTI E LASCI  
CHE LA SUA MENTE  
SCIVOLI INDIETRO NEL  
TEMPO E VEDA QUANDO  
PER LA PRIMA VOLTA  
NELLA SUA VITA HA  
PENSATO E PROVATO  
QUELLE COSE.  
CHE RICORDO LE VIENE  
IN MENTE?

.....

IL TERAPISTA SEGNA IL  
RICORDO HOTSTONE

### EFFETTO SOMATICO

IMMAGINE PEGGIORE  
DELL' ESPERIENZA,  
TOXIC WORD (CN),  
EMOZIONI NEGATIVE:  
DOVE LE SENTE  
LOCALIZZATE NEL  
CORPO?

.....

ORA RICHIAMI ALLA  
MENTE QUESTI PENSIERI  
EMOZIONI E LA  
LOCALIZZAZIONE  
CORPOREA E LASCI CHE  
LA SUA MENTE SCIVOLI  
INDIETRO NEL TEMPO E  
VEDA QUANDO PER LA  
PRIMA VOLTA NELLA SUA  
VITA HA PROVATO  
QUESTE SENSAZIONI IN  
QUELLA PARTE DEL  
CORPO

.....

CHE RICORDO LE VIENE  
IN MENTE?

.....

IL TERAPISTA SEGNA IL  
RICORDO HOTSTONE

.....

### PONTE DELL'IMPULSO AD AGIRE

IMMAGINE PEGGIORE  
DELL' ESPERIENZA,  
TOXIC WORD (CN),  
EMOZIONI NEGATIVE:  
DOVE LE SENTE  
LOCALIZZATE NEL  
CORPO?

.....

ORA RICHIAMI ALLA  
MENTE QUESTI PENSIERI  
EMOZIONI E LA  
LOCALIZZAZIONE  
CORPOREA E PRENDA  
NOTA DEI SUOI IMPULSI  
O SPINTE AD AGIRE CHE  
EMERGONO

.....

COSA NOTA ?

.....

PRENDA NOTA DEI SUOI  
IMPULSI AD AGIRE E  
LASCI CHE LA SUA  
MENTE VADA INDIETRO  
NEL TEMPO E CERCHI DI  
VEDERE DOVE HA  
IMPARATO PER LA  
PRIMA VOLTA AD AGIRE  
CON QUEL IMPULSO

IL TERAPISTA SEGNA IL  
RICORDO HOTSTONE

.....