

# Indice

Prefazione.....	V
Presentazione.....	VII
Introduzione.....	XI
<b>1. NATURA E DEFINIZIONE DEL DISTURBO DI PANICO .....</b>	<b>1</b>
<i>Elisa Faretta e Mariella Dal Farra</i>	
Definizione del Disturbo di Panico (DP): i criteri del DSM-5 .....	1
Fenomenologia del panico.....	7
<b>2. COMPRENDERE L'EZIOLOGIA DEL PANICO.....</b>	<b>15</b>
<i>Elisa Faretta e Mariella Dal Farra</i>	
La Teoria Polivagale di Stephen W. Porges.....	15
La neuroscienza affettiva di Jaak Panksepp.....	18
Le basi della sicurezza: la Teoria dell'Attaccamento.....	24
<i>Introduzione a John Bowlby .....</i>	24
<i>La Strange Situation e gli stili d'attaccamento .....</i>	27
Dall'infanzia all'età adulta: il ruolo dei MOI.....	29
Stili di attaccamento e psicopatologia .....	32
Dal trauma alla dissociazione .....	34
<i>La dissociazione come fattore di mediazione fra attaccamento e DP.....</i>	34
<i>Trauma e dissociazione.....</i>	38
<i>Il trauma infantile: gli studi sulle Esperienze Sfavorevoli infantili (ACEs).....</i>	41
<i>Il trauma relazionale .....</i>	45
<i>Inquadramento del Disturbo di Panico secondo il modello Adaptive Information Processing (AIP) e stato della ricerca sull'EMDR applicato al DP.....</i>	47
<b>3. IL LAVORO CLINICO CON EMDR NEL DP.....</b>	<b>65</b>
<i>Elisa Faretta</i>	
Il paradigma AIP alla base del lavoro clinico nel Disturbo di Panico e il meccanismo di autoguarigione innato .....	65
<i>La teoria dei network associativi e il Modello AIP nel trattamento del DP con EMDR....</i>	69
<i>Il Modello AIP e il ruolo dei MOI nei network associativi .....</i>	70
<i>MOI, trauma infantile e dissociazione .....</i>	71

---

Aspetti neurobiologici di EMDR e DP. Perché il panico tende a ripetersi?.....	73
L'EMDR come approccio clinico globale utile nel DP?.....	74
Come e perché l'EMDR può aiutare nel trattamento del DP?.....	75
Dalla rielaborazione degli attacchi di panico al collegamento e rielaborazione degli eventi antecedenti il DP.....	79
Aspetti di base nel lavoro con EMDR nel DP.....	80
La stabilizzazione dei sintomi ansiosi nel DP.....	81
La Dual Attention: "un piede nel presente e un piede nel passato".....	82
La relazione cooperativa: l'alleanza terapeutica e il legame d'attaccamento nel DP.....	83
Empowerment e difese nel disturbo di panico.....	84
<b>4. IL PROTOCOLLO EMDR NEL DISTURBO DI PANICO.....</b>	<b>99</b>
Elisa Faretta	
Introduzione al protocollo standard EMDR.....	99
Il protocollo EMDR specifico per il DP (Faretta 2003, 2013).....	103
Strumenti diagnostici.....	104
Il ruolo delle esperienze infantili predisponenti e modalità di intervento .....	104
Alcune precauzioni per il trattamento dei pazienti con DP .....	106
Le otto fasi del protocollo EMDR per il DP e modalità d'intervento:	
una guida per il terapeuta.....	107
Prima fase: raccolta dati, concettualizzazione del caso e pianificazione del trattamento...	110
Seconda fase: la preparazione.....	114
Terza fase: assessment e definizione dei target.....	117
Quarta fase: desensibilizzazione e rielaborazione.....	119
Quinta fase: installazione.....	121
Sesta fase: scansione corporea.....	122
Settima fase: chiusura.....	123
Ottava fase: rivalutazione finale.....	124
Risultati attesi nell'applicazione del protocollo EMDR per il DP.....	126
<b>5. APPLICAZIONE PRATICA DELL'EMDR NEL DISTURBO DI PANICO.</b>	
<b>FORMULAZIONE DI UN CASO .....</b>	<b>131</b>
Elisa Faretta	
Caso clinico: "Nicola e la paura di non respirare" .....	133
Insorgenza e storia del panico .....	134
Storia personale.....	135
Piano terapeutico .....	137
L'EMDR nelle sue fasi.....	138
Prima fase: indagine della storia del paziente .....	138
Seconda fase: preparazione e formulazione del piano di lavoro .....	139
Terza fase: assessment.....	140
Quarta fase: desensibilizzazione .....	141
Quinta fase: installazione.....	142
Sesta fase: scansione corporea.....	142
Settima fase: chiusura.....	143
Ottava fase: rivalutazione .....	143

## INDICE

---

Elaborazione degli episodi di panico.....	144
Lavoro sul presente: i <i>triggers</i> .....	145
Lavoro sul futuro .....	146
Conclusioni .....	147
<b>6. IL PROTOCOLLO EMDR DI GRUPPO PER IL DISTURBO DI PANICO.....</b>	<b>149</b>
<i>Elisa Faretta, Tiziana Agazzi, Elisa Poli</i>	
Il lavoro di gruppo .....	149
<i>Uno sguardo alla storia.....</i>	149
<i>Lo stato dell'arte della terapia di gruppo EMDR .....</i>	150
<i>Il gruppo come risorsa.....</i>	154
Terapie di gruppo e disturbo di panico.....	157
La struttura del modello EMDR di gruppo per il Disturbo di Panico.....	158
<i>Modifiche al protocollo standard e accorgimenti specifici.....</i>	160
<i>Fasi del Protocollo .....</i>	161
<b>APPENDICE. STRUMENTI PER IL TRATTAMENTO DEL DP .....</b>	<b>175</b>
Ringraziamenti.....	203

# **Ringraziamenti**

La stesura di questo testo non sarebbe stata possibile senza il supporto e il contributo di colleghi e amici che mi sono stati accanto dalle fasi iniziali, di ideazione e progettazione del volume, ai momenti complessi di redazione degli aspetti tecnici relativi all'applicazione clinica del metodo EMDR, fino a quelli di vero e proprio confronto sul risultato finale e sugli spunti per ricerche future, che mi auguro possano essere incentivate anche grazie alla pubblicazione di questo volume.

Il mio grazie va innanzitutto a Isabel Fernandez, Presidente dell'Associazione EMDR, che fin dal 1999 ho l'onore di poter affiancare. I suoi suggerimenti, il suo incoraggiamento, le sue parole di presentazione al mio testo, così come in altre occasioni, sono e saranno sempre motivo di crescita personale e professionale.

Ringrazio Andrew Leeds, che in passato ha condiviso con me studi sull'applicazione dell'EMDR nel Disturbo di Panico e che ha generosamente scritto la Presentazione. Questo mio libro va ad aggiungersi alla bibliografia sull'argomento, arricchitasi negli ultimi anni proprio grazie alle pubblicazioni di Leeds, oltre che di altri autori.

Grazie a Tiziana Agazzi, Mariella Dal Farra, Elisa Poli, le colleghes che hanno collaborato con me per la stesura di alcuni capitoli ma che, soprattutto, condividono con me le riflessioni, i risultati, i dubbi, le gioie che la nostra attività ci riserva ogni giorno. Mariella Dal Farra, oltre ad affiancarmi nella stesura della parte teorica del libro, ha svolto anche un lavoro di editing e revisione del testo.

Infine, ma in realtà come primo ringraziamento personale oltre che professionale, un grazie di cuore a tutti i pazienti, che, pur arrivando alle nostre cure spesso con grande timore e dopo lunga sofferenza, si affidano a noi con speranza, riconoscimento, fiducia. La storia di ogni singolo percorso vissuto con loro pervade questo testo, anche quando non esplicitamente raccontata. Le loro testimonianze sono per me e per i miei colleghi il pungolo più forte di esortazione a continuare nella ricerca, nello studio, nell'applicazione di un metodo ormai universalmente riconosciuto per la sua grande efficacia e potenzialità terapeutica.