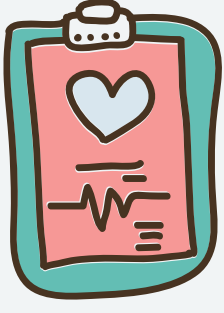


1

مسئلے کی تفصیلات معلوم کرنا اور علاج کی منصوبہ بندی



کلائنٹ کے مسئلے کی تفصیلات حاصل کرنا۔
اور پراسیڈنگ کے لیے تکلیف دہ واقعات کو ذہن میں رکھتے ہوئے علاج کی منصوبہ بندی کرنا۔
کلائنٹ کے اندرونی اور بیرونی وسائل کا اندازہ لگانا۔

2

تیاری

علاج سے متعلقہ تعلق (Therapeutic Alliance) قائم کرنا۔
EMDR تھراپی
تعیین کرنا۔
کلائنٹ کے خدشات اور سوالات کا جواب دینا۔
کلائنٹس کو پیدا ہونے والے جذباتی خلل سے مخصوص طریقوں
سے نمٹنے کے لئے تیار کرنا۔



3

تشخیص

دوبارہ عمل (ری پروسیڈنگ) میں لانے کیلئے کسی ایک واقعہ
بشمول تصاویر، عقائد، احساسات، اور احساسات کی
شناخت کرنا۔
ری پروسیڈنگ سے پہلے پریشانی کے درجے D
اور مثبت سوچ پر یقین کے درجے
کا تعین کرنا۔

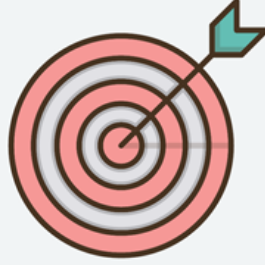
4

(Desensitization)

E

1

BS



5

Installation

Strengthen a positive belief that the client wants to associate with the target event until it feels completely true.

6

Body Scan

The client is asked to hold in mind both the target event and the positive belief while scanning the body from head to toe. Process any lingering disturbance from the body with dual attention BLS.

7

Closure

Assist client to return to a state of calm in the present moment whether the reprocessing is complete or not. Reprocessing of an event is complete when the client feels neutral about it (SUD=0), the positive belief feels completely true (VOC=7), and the body is completely clear of disturbance.



8

Reevaluation

At the beginning of each new session, therapist and client discuss recently processed memories to ensure that distress is still low and positive cognition is strong. Future targets and directions for continued treatment are determined.

