

1.º CONGRESO INTERNACIONAL TRAUMACLINIC

**DEL REPROCESAMIENTO A LA
REESTRUCTURACIÓN:**

**Terapia de EMDR integrada a la
Terapia de Esquemas.**

SÉRGIO FONSECA

Introducción

¿Qué es EMDR?

Creada por Francine Shapiro en los años 80, actúa mediante la estimulación bilateral (visual, auditiva o táctil) para facilitar el reprocesamiento de recuerdos traumáticos, basada en el modelo de Procesamiento Adaptativo de la Información.

¿Qué es la Terapia de Esquemas?

- Desarrollada por Jeffrey Young, en la década de los 80.
- Esquemas Iniciales Desadaptativos (EID).
- Técnicas cognitivas, emocionales y experienciales.
- Tratar dificultades emocionales arraigadas.

Terapia Centrada en Esquemas

NECESIDADES
EMOCIONALES
BÁSICAS

EXPERIENCIAS DE
VIDA TEMPRANAS

TEMPERAMENTO
EMOCIONAL

EID

”

“Cada sujeto vive los eventos estresores de forma singular, tendiendo a relacionar el trauma con sus modelos esquemáticos iniciales desadaptativos, aprendidos y vividos, principalmente en la primera infancia, en la relación con los padres y/o cuidadores”

CAHILL & FOA

”

“Aunque no todos los EID se originan en traumas de la infancia, todos son destructivos y, en gran parte, se deben a experiencias dañinas durante los primeros años de vida”.

JEFFREY YOUNG

Terapia de Esquemas

5 necesidades emocionales básicas esenciales



**Aceptación
y Pertenencia**



**Autonomía
y Competencia**



**Límites
Realistas**



**Respeto
a los Deseos
y Aspiraciones**



**Expresión
Emocional
Auténtica**



Aceptación y Pertenencia

- ESQUEMAS**
- Privación emocional;
 - Abandono;
 - Desconfianza;
 - Defectuosidad;
 - Aislamiento social.



Autonomía y Competencia

- ESQUEMAS**
- Fracaso;
 - Incompetencia;
 - Dependencia;
 - Entrampamiento;
 - Vulnerabilidad.



Límites Realistas

- ESQUEMAS**
- Autocontrol y autodisciplina insuficientes;
 - Merecimiento.



Respeto a los Deseos y Aspiraciones

- ESQUEMAS**
- Autosacrificio;
 - Subyugación;
 - Búsqueda de aprobación y reconocimiento.



Expresión Emocional Auténtica

- ESQUEMAS**
- Inhibición emocional;
 - Estándares inflexibles;
 - Negativismo.

Abandono	Miedo, rabia, tristeza y desesperación
Desconfianza / abuso	Miedo, rabia, soledad, celos y desamparo
Privación emocional	Soledad, desamparo, tristeza y rabia
Defectuosidad / vergüenza	Vergüenza, tristeza y ansiedad
Aislamiento social	Soledad, ansiedad, rabia y vergüenza
Dependencia / incompetencia	Ansiedad e inseguridad
Fracaso	Tristeza, ansiedad, rabia, vergüenza y envidia
Entrampamiento	Ansiedad, culpa y rabia
Vulnerabilidad	Ansiedad
Autodisciplina / autocontrol insuficientes	Ansiedad, irritación, rabia
Grandiosidad / arrogancia	Rabia, soledad, ansiedad
Subyugación	Culpa, rabia y ansiedad
Autosacrificio	Culpa y ansiedad
Búsqueda de aprobación	Ansiedad, tristeza, celos y envidia
Estándares inflexibles	Rabia, ansiedad y culpa
Inhibición emocional	Vergüenza, miedo y soledad
Negativismo	Ansiedad y tristeza

A mayor número de
ESQUEMAS
DESADAPTATIVOS

Mayor riesgo de
TRAUMATIZACIÓN

Dalgleish (2004)

TRAUMA

Desde esta óptica, "trauma" se limitaría a describir el evento impactante que le ocurrió al paciente.

X

TRAUMATIZACIÓN

La "traumatización" son los signos y síntomas que perduran en el tiempo, pudiendo convertirse en patrones de comportamiento, de relación o de enfermedad.

“La traumatización no es lo que te sucede, sino lo que el sistema nervioso no fue capaz de procesar sobre lo que te sucedió”.

PETER LEVINE

LUCHA

Hipercompensación



CONGELAMIENTO

Resignación



HUIDA

Evitación

Cuanto mayor el
congelamiento, mayor el
trauma y la traumatización.

Integración Clínica

- EMDR desensibiliza los recuerdos ligados al esquema.
- La Terapia de Esquemas ofrece el mapa de los traumas y las traumatizaciones.
- La combinación promueve un cambio profundo.

Puntos de Convergencia

- Foco en experiencias tempranas.
- Neurociencia del trauma. • Vivencia emocional.
- Integración clínica complementaria.

Caso Clínico

Paciente X: mujer, 29 años. Problemas de ansiedad extrema y dificultad en las relaciones interpersonales.

- **Identificación del esquema:** Cuestionario de Esquemas de Young (YSQ-S3) — abandono, desconfianza y abuso. Activación de recuerdos de pérdida.
- **EMDR:** desensibilizar y reprocesar recuerdos traumáticos ligados a los esquemas de abandono, desconfianza y abuso, con redefinición de creencias negativas.
- **Terapia de Esquemas:** reparentalización del niño vulnerable, fortalecimiento del Adulto Sano y conexión entre ambos.

Beneficios de la Integración

- Profundidad cognitiva, emocional y experiencial.
- Resultados más rápidos en casos complejos y resistentes.
- Fortalecimiento de recursos internos.
- Transformación de patrones de vida.

Limitaciones y Cuidados

- Formación sólida en ambos enfoques.
- Selección cuidadosa de pacientes.
- Riesgo, en la Terapia de Esquemas, de retraumatización si se aplica mal.

Concluyendo

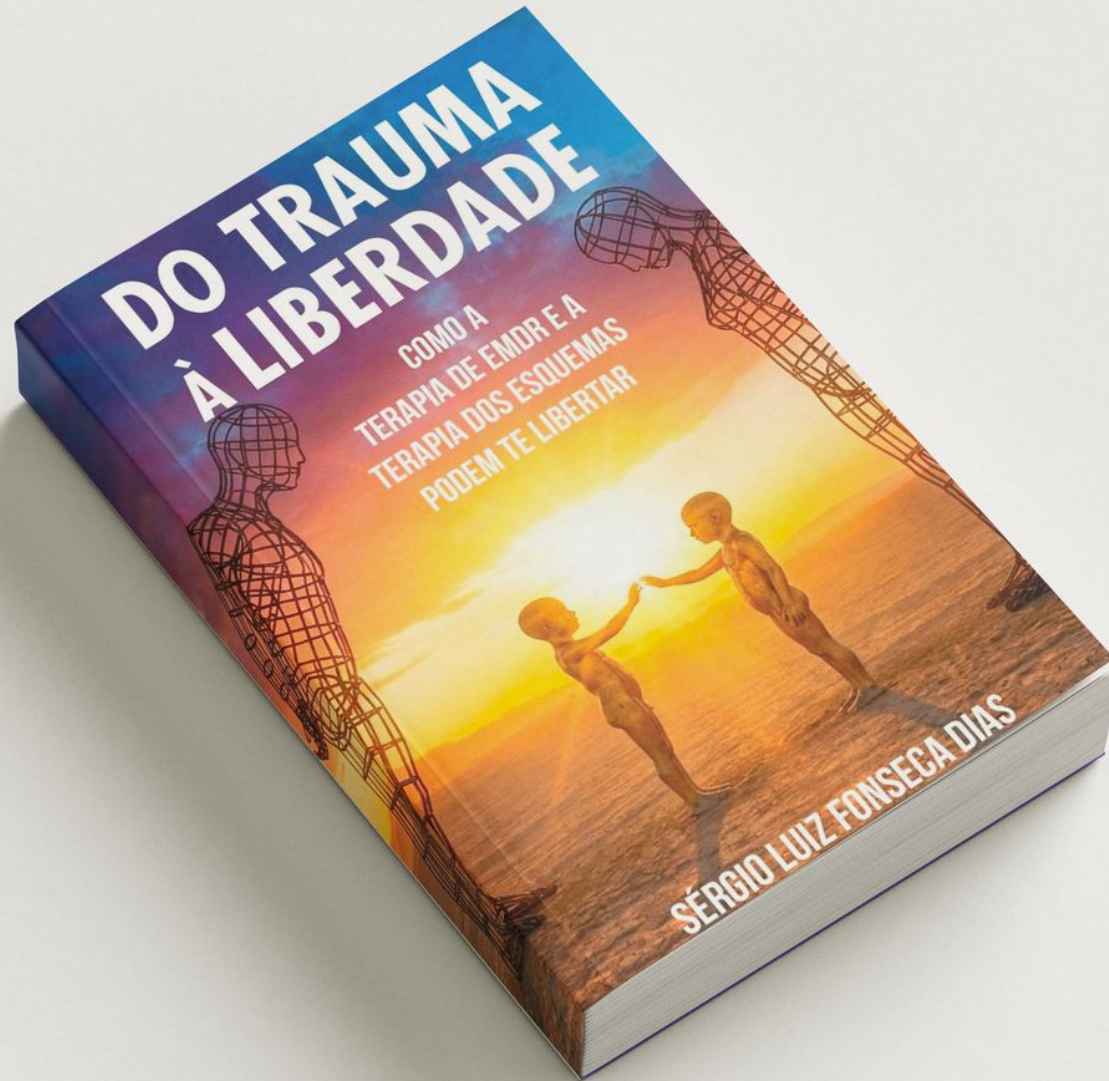
- EMDR libera el recuerdo.
- La Terapia de Esquemas identifica y construye nuevos caminos para la resignificación
- Juntas: transforman no solo recuerdos, sino historias de vida.

Referencias Bibliográficas

- SHAPIRO, Francine. EMDR: teoria de dessensibilização e reprocessamento por meios dos movimentos oculares. 3. ed. São Paulo: Amanuense, 2020.
- SIEGEL, D. J. Mind: a journey to the heart of being human. Nova York: Norton, 2016.
- YOUNG, J. E. Terapia cognitiva para transtornos da personalidade: uma abordagem focada em esquemas. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2003.
- YOUNG, J. E. et al. Schema therapy: a practitioner's guide. Nova York: The Guilford Press, 2003.

A

PRESENTACIÓN DEL PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN BRASILEÑA DE EMDR



Prefacio de Ricardo Wainer, referente brasileiro em Terapia de Esquemas

Editora Sinopsys

GRACIAS

 @sergiofonsecapsicoterapeuta

 (33) 9 9989-3444