

Kötü anılar artık canınızı yakamayacak!

DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü Kurucu Başkanı Psikolog Emre Konuk ve ekibinin yapacağı özel bir araştırma ile tıbben nedenleri tam olarak ortaya konamayan Fibromiyalji, Migren, gibi hastalıklara çözüm arayacak.

PSIKOLOJİK travmaların tedavisinde başarıyla kullanılan ve Dünya Sağlık Teşkilatı (WHO) tarafından geçerliliği onaylanmış bir psikoterapi yaklaşımı olan EMDR, yani Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme; DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü Kurucu Başkanı Psikolog Emre Konuk ve ekibinin yapacağı özel bir araştırma ile tıbben nedenleri tam olarak ortaya konamayan Fibromiyalji, Migren, gibi hastalıklara çözüm arayacak.

Araştırmaya değişik illerde hastanelerde çalışan EMDR camiası üyeleri de katılacak. Konuk ve ekibi bu araştırma önerileri ile EMDR Araştırma Vakfı tarafından 25 bin dolar tutarındaki araştırma ödülüne layık görüldü.

Özellikle 0-18 yaşlarında yaşanan olumsuz yaşam olaylarının yol açtığı duygusal sorunların ve erken dönem travmaların çözülmesinde kullanılan EMDR, Eye Movement Desensitization and Reprocessing yani Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme yöntemi tıpta yeni bir ışık yaktı.

Türkiye'yi, 1999 Marmara Depremi'nden bu yana bir psikoterapi yaklaşımı olan EMDR ile tanıştıran DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü Kurucu Başkanı Psikolog Emre Konuk ve ekibi, "tıbben açıklanamayan semptomlar" adı altında toplanan

hastalıkların tedavisinde yeni bir umut yaratmak için araştırmalarına başladı. EMDR'nin başta, yaygın ve inatçı kas Ağrıları ile sabahtan vücutta tutukluk, yorgunluk gibi yakınmalara neden olan bir hastalık olarak bilinen ve Türkiye'de 1.3 milyon insanı

olarak, fibromiyalji tedavisinde EMDR terapisinin etkinliğini inceleyen bir araştırma yürüten Psikolog Emre Konuk, Sivas Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden Psikiyatrist Dr. Önder Kavakçı ve Psikolog Zeynep Zat elde ettikleri sonuçları EMDR Araştırma Vakfı ile paylaştı.

dolar tutarındaki araştırma ödülünü aldı.

EMDR ile ilgili bilimsel literatürün giderek genişlediğini anlatan Emre Konuk, "Daha önce yaptığımız Migren ve EMDR Araştırması bizi çok heveslendiren çalışma oldu. Migren, ve Fibromiyalji gibi hastalıkların nedenleri tıbben tam olarak ortaya konamıyor. Bu hastalıklar literatürde "tıbbi hastalıklar" olarak geçiyor ve bunlara "yakalananlar" da doğal olarak hekime başvuruyor. Ancak bu hastalıkların ortak özelliği, nasıl ortaya çıktıklarının tıbben kesin bir açıklamasının olmaması. Biz bu hastalıklara travma perspektifinden bakıyoruz. Yani, söz konusu sorunların yaşanmış olumsuz yaşam olaylarıyla (travmalarla) ilgili olduğunu var sayıyoruz. Hastalıklara bir psikoterapi yöntemi olan EMDR ile çözüm üretiyoruz" dedi.

EMDR Nedir?

EMDR, Eye Movement Desensitization and Reprocessing yani Göz Hareketleriyle Duyarsızlaştırma ve Yeniden İşleme yöntemi; danışanı, yaşadığı kötü anılar ile güvenli bir ortamda yüz yüze getiriyor. Geçmişte yaşanan ve bugüne taşınan olaylar, danışan ve uzman tarafından değerlendiriliyor. Bu anıların yol açtığı hoş olmayan duygular veya bedensel belirtiler zayıflatılıyor. Böylelikle hastalara acı vermesinin önüne geçiliyor.



etkileyen Fibromiyalji olmak üzere, kronik ağrı, migren, kronik yorgunluk ve diğer somatoform bozuklukların tedavisinde etkili olduğu gözlemlendi. Migren tedavisinde şimdiki kadar EMDR ile alınan sonuçları referans

Vakfı; EMDR terapisinin somatoform bozuklukların tedavisinde daha sistematik ve bilimsel sonuçlara ulaşabilmek için yapılan araştırma önerisini değerli buldu ve fonla destekleme kararı verdi. Böylece Emre Konuk ve ekibi yaklaşık 25 bin