***Lignes directrices pour pratiquer la thérapie EMDR en ligne***

Généralement, la thérapie EMDR n'est pas encouragée à être pratiquée par Skype, Zoom, Facetime, Whatsapp, etc. pour le traitement des patients, car par ces plateformes, il n'est pas toujours possible d'accorder un cadre thérapeutique avec toute sa complexité, comme vous pouvez le faire dans votre bureau. Il est possible que le client ne puisse pas percevoir la proximité empathique du thérapeute et sa présence thérapeutique. D'un autre côté, le client pouvait ressentir ce paramètre comme distant ou aseptique; par conséquent, ces problématiques peuvent bloquer le traitement et / ou le rendre plus difficile.

De plus, le traitement typique qui se produit pendant les sessions EMDR est profond, riche et il ouvre des canaux importants qui sont non seulement associatifs et cognitifs, mais aussi émotionnels et somatiques.

Étant donné qu'il existe une situation d'urgence exceptionnelle concernant le coronavirus et que ces plateformes sont notre moyen de communication actuel, nous avons pensé à proposer des directives pour pratiquer la thérapie EMDR en ligne uniquement pendant la durée de l'urgence. De nombreux clients ont besoin de continuité dans leur programme thérapeutique.

**Par conséquent, il est possible d'utiliser EMDR uniquement avec des clients connus que vous avez déjà traités et avec lesquels vous entretenez une bonne relation thérapeutique. Vous ne pouvez rencontrer aucune grande difficulté à pratiquer l'EMDR en ligne avec les clients avec lesquels vous avez déjà utilisé l'EMDR auparavant, et par conséquent, vous connaissez bien ses mécanismes et processus de traitement.**

Il est conseillé d'éviter de pratiquer l'EMDR avec:

- Nouveaux clients

- Clients avec lesquels vous n'avez jamais utilisé EMDR auparavant

- Clients présentant des aspects de troubles dissociatifs ou de mécanismes dissociatifs

- Clients avec blocages de traitement et résistances

- Clients complexes (par exemple, à risque de suicide)

Dans tous les cas où l'utilisation d'EMDR en ligne n'est pas recommandée, que faisons-nous?

- Stabilisation

- Psychoéducation

- Interventions au niveau cognitif

- Lieu sûr

- Installation et amélioration des ressources

Quel protocole utilisons-nous en ligne?

- Protocole des événements récents

- Séances individuelles avec protocole EMDR standard (de nombreux clients doivent poursuivre leur thérapie sans nécessairement se concentrer sur le covid-19)

Vous pouvez utiliser le câlin papillon comme un moyen de stimulation bilatérale. Le client peut le faire lui-même pendant la session en ligne, car cela stimule non seulement le traitement, mais facilite également la stabilisation. Les clients peuvent également taper sur leurs genoux pendant la session EMDR en ligne comme une stimulation bilatérale.