

# IEMT OF EMDR

## De belangrijkste verschillen tussen IEMT en EMDR

Zoals gedefinieerd door en met dank aan Andrew T. Austin:

### IEMT (*Integral Eye Movement Therapy*)

- Is een model gebouwd rond het aanpakken en oplossen van de 5 Patronen van Chroniciteit
- Heeft toepassingen in het oplossen van PTSS
- Traumatische beeldmateriaal is grotendeels irrelevant voor het proces
- Adressen afdrukken van emotie voor het creëren van kinesthetische verandering
- Adressen afdrukken van identiteit voor het maken van veranderingen in self-concept
- Maakt gebruik van oogbewegingen als de dominante mechanisme voor verandering
- Door het ontwerp zorgt voor gemakkelijk introspectie en een alpha-staat met vrij zwevende beelden
- Voorafgaand kwalificatie is niet nodig voor de opleiding in IEMT
- Ontwikkeld op basis van een origineel idee van Steve en Connirae Andreas door Andrew T. Austin

### EMDR (*Eye Movement Desensitisation and Reprocessing*)

- Is een model gebouwd rond het oplossen van trauma
- Is een applicatie voor het oplossen van PTSS
- Traumatische beeldtaal staat centraal in het werk en de klant wordt aangemoedigd om "observeren" trauma
- Maakt gebruik van oogbewegingen en tikken en afwisselende geluiden
- Maakt gebruik van affirmaties en positief geloof uitspraken
- Ontwikkeld op basis van een origineel idee van John Grinder door Francine Shapiro