


לא כל מטפלי ה- EMDR שווים זה לזה מבחינה מקצועית - ולכן לא כולם שווים מבחינת יכולתם לסייע לך. ישנם פערים גדולים מאד ברמות הידע, הנסיון והמומחיות, שיכולים להגיע לפערים של עשרות ומאות אחוזים במשך הטיפול (וכמובן משפיעים מאד על סיכויי ההצלחה שלו).

כיצד תוכל לדעת כיצד לבחור מטפל EMDR מתאים? ריכזנו לנוחיותך מספר שאלות חיוניות כדי לקבל החלטה מושכלת:

אזהרה: 

היות והשאלה היא לא רק 'האם טיפול עוזר' אלא עד כמה עוזר, ובאיזה קצב עוזר, מי שלא מודדים גם את הפרמטרים האלו משלמים מחירים כבדים מאד גם כספיים כמובן, **אבל כסף אפשר להשלים, שנים על גבי שנים של סבל מיותר והמחירים האישיים הנלווים לו - את זה לא ניתן להשיב.**

הבחירה בשיטת טיפול היא קריטית מאין כמוה. זו אחת ההחלטות הכי חשובות שאדם יכול לקבל על חייו. אלו החיים האמיתיים, לא חזרה גנרלית, אל תסתפקו במועט, בחרו מתוך איסוף מידע בכובד ראש.

קריטריון	דרגת החשיבות מבחינתך	קליניקות מומחים בשיטת EMDR	מטפלת/ EMDR אחר/ת 1	מטפלת/ EMDR אחר/ת 2
ידע בסיסי - האם המטפלת/טיים/ה את שני חלקי ההכשרה הבסיסית של EMDR	5 4 3 2 1	√		
ידע מתקדם - האם המטפלת/עברה הכשרות מתקדמות ב-EMDR	5 4 3 2 1	√		
התפתחות מקצועית מתמדת - האם מקבלת/עשרות הדרכות EMDR כל שנה?	5 4 3 2 1	√		
הדרכה ובקרה - האם יש מדריך/ת EMDR שנגישה/למטפלת/להתייעצות באופן שוטף (גם יום לאחר יום לאחר יום אם יש צורך)	5 4 3 2 1	√		
מי מדריכת/ה-EMDR שמלווה אותו/ה באופן קבוע?	5 4 3 2 1	ד"ר טל קרויטורו		
המטפלת/ יודעת/ לעשות EMDR ברמתה הגבוהה יותר כפסיכותרפיה ולא רק ברמה הנמוכה יותר של כלי שיש לשלב עם שיטות טיפול אחרות	5 4 3 2 1	√		
המטפלת/ יודעת/ ומתחייב/ת לטפל ב-EMDR טהור	5 4 3 2 1	√		
המטפלת/ טיפלה/ לפחות בעשרות מטופלים ב- EMDR ועשה/תה מאות שעות EMDR כתנאי לטיפול בך	5 4 3 2 1	√		
המטפלת עושה שעות EMDR כל שבוע (לא פעם ב...)	5 4 3 2 1	√		
המטפלת/ נמצאת/ במסגרת עם בקרה בה עליה לדווח באופן שוטף על הטיפול עימך	5 4 3 2 1	√		