

Contribuições do modelo IFS ao EMDR no tratamento do trauma complexo

*Contribuciones del modelo IFS al EMDR
en el tratamiento del trauma complejo*

O papel do Self e das Partes internas

El papel del Self y de las Partes internas

Rosalina de J. Moura

Psicóloga | Psicoterapeuta EMDR | IFS-informed
Psicóloga | Psicoterapeuta EMDR | Informada en IFS

Internal Family Systems



Trauma complexo: o que é e por que **desafia** o tratamento

Trauma complejo: qué es y por qué desafía el tratamiento



Traumas repetidos,
prolongados e
relacionais

*Traumas repetidos,
prolongados y relacionales*



Desregulação
emocional

*Desregulación
emocional*



Dissociação e
mudanças de estado

*Disociación y
cambios de estado*



Dificuldade de acesso
às memórias traumáticas

*Dificultad de acceso a los
recuerdos traumáticos*



O desafio não é **apenas** acessar a memória traumática.

El desafío no es solo acceder al recuerdo traumático.



IFS: Self e Partes internas

IFS: Self y Partes internas
Internal Family Systems



Self

Presença, calma, curiosidade, compaixão e liderança interna.

Presencia, calma, curiosidad, compasión y liderazgo interno.



Partes protetoras

Gerentes e bombeiros tentam evitar dor, vergonha e desorganização.

Gerentes y bomberos intentan evitar dolor, vergüenza y desorganización.



Exilados

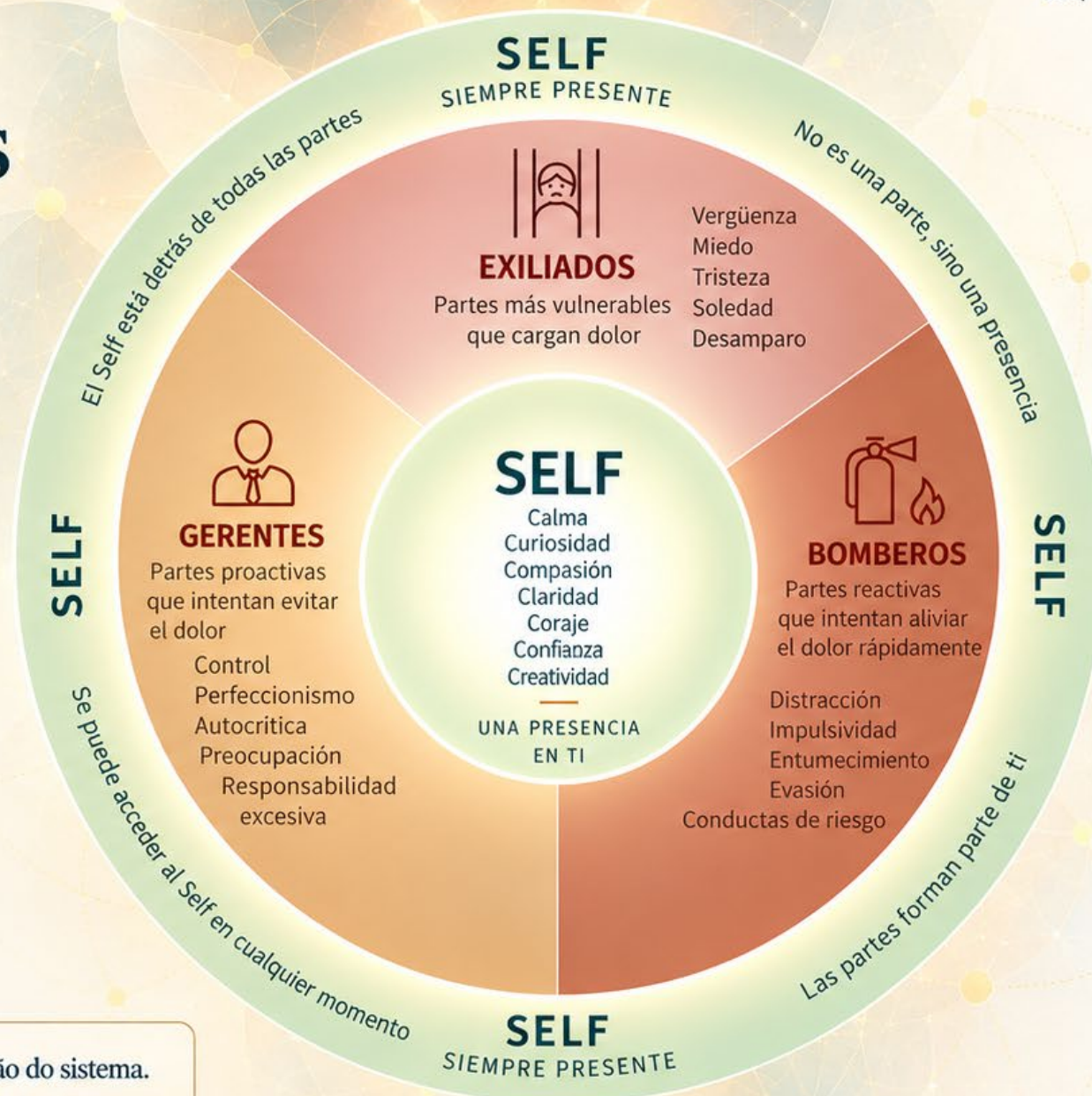
Partes vulneráveis que carregam medo, tristeza, vergonha e desamparo.

Partes vulnerables que cargan miedo, tristeza, vergüenza y desamparo.



O objetivo não é eliminar Partes, mas favorecer liderança do Self e integração do sistema.

El objetivo no es eliminar Partes, sino favorecer el liderazgo del Self y la integración del sistema.





O encontro entre PAI e a multiplicidade da mente

El encuentro entre el PAI y la multiplicidad de la mente

EMDR / PAI



Redes de memória
Redes de memoria



Processamento adaptativo
Procesamiento adaptativo



Memória-alvo
Memoria diana



IFS



Partes protetoras
Partes protectoras



Exilados
Exiliados



Self

A memória-alvo pode ser compreendida como uma **parte exilada** presa no tempo; os bloqueios, como **protetores em alerta**.

La memoria diana puede comprenderse como una parte exiliada atrapada en el tiempo; los bloqueos, como protectores en alerta.



Micro-prática experiencial

Micropráctica experiencial



1



Aterrar no corpo

Aterrizar en el cuerpo

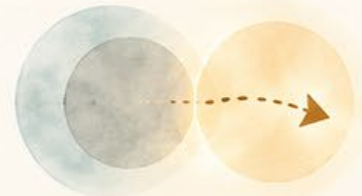
2



Notar uma Parte ativa

Notar una Parte activa

3



Pedir um pequeno passo para o lado

Pedir un pequeño paso al lado

4



Checar calma ou curiosidade

Comprobar calma o curiosidad



Objetivo: abrir espaço para a energia do Self.

Objetivo: abrir espacio para la energía del Self.

Protetores, diferenciação e prontidão para o processamento

Protectores, diferenciación y disponibilidad para el procesamiento



Estar dentro da janela de tolerância não significa necessariamente estar em Self.

Estar dentro de la ventana de tolerancia no significa necesariamente estar en Self.

Sinais de maior disponibilidade de Self

Señales de mayor disponibilidad de Self



Curiosidade
Curiosidad



Calma
Calma



Compaixão
Compasión

Sinais de outra Parte no comando

Señales de otra Parte al mando



Crítica
Crítica



Medo
Miedo



Urgência
Urgencia



Repulsa
Rechazo



Pergunta clínica: Como você se sente em relação a essa Parte?

Pregunta clínica: ¿Cómo te sientes en relación con esa Parte?

O bloqueio vira pergunta relacional.

El bloqueo se convirtió en una pregunta relacional.

Qual Parte protege? Do que protege? O que precisa para permitir maior aproximação?

¿Qué Parte protege? ¿De qué protege? ¿Qué necesita para permitir mayor acercamiento?

Da memória-alvo à Parte: ampliando a escuta clínica

De la memoria diana a la Parte: ampliando la escucha clínica

EMDR



Imagem / representação sensorial

Imagen / representación sensorial



Crença negativa

Creencia negativa



Emoções

Emociones



Sensações corporais

Sensaciones corporales

IFS



Que Parte está presente?

¿Qué Parte está presente?



O que ela sente e acredita?

¿Qué siente y cree?



Do que tenta proteger?

¿De qué intenta proteger?



Há Self suficiente para se relacionar com ela?

¿Hay suficiente Self para relacionarse con ella?



A mesma experiência pode ser escutada como memória traumática e como expressão de uma Parte.

La misma experiencia puede escucharse como memoria traumática y como expresión de una Parte.



Fases 2 e 3 do EMDR: mapeamento e consentimento

Fases 2 y 3 del EMDR: mapeo y consentimiento

6 Fs



**Sem o consentimento dos protetores,
não se avança para o alvo.**

*Sin el consentimiento de los protectores,
no se avanza hacia la memoria diana.*



Fase 4 do EMDR: dupla atenção relacional

Fase 4 del EMDR: doble atención relacional

1

O Self entra na cena

El Self entra en la escena

2

EBL + testemunho compassivo

EBL + testimonio compasivo

3

Descarregamento e nova cognição

Descarga y nueva cognición



“Eu sou adulta, sou segura e posso acolher minha história.”

“Soy adulta, estoy segura y puedo acoger mi historia.”



O terapeuta centrado em Self como **diapasão**

El terapeuta centrado en el Self como diapason



Da postura de
especialista que conserta

*De la postura del especialista
que repara*



Para a postura de
facilitador da autoliderança

*Hacia la postura de facilitador
del autoliderazgo*



A presença do terapeuta
favorece a emergência do Self

*La presencia del terapeuta
favorece la emergencia del Self*



“A cura do trauma complexo restaura o **vínculo interno.”**

La curación del trauma complejo restaura el vínculo interno.”





Caso clínico: Mariana

Caso clínico: Mariana



38 anos, TEPT-C
38 años, TEPT-C



Negligência emocional e trauma relacional na infância
Negligencia emocional y trauma relacional en la infancia



Travamento na Fase 4: looping cognitivo e dissociação
Bloqueo en la Fase 4: bucle cognitivo y disociación



Mapear o sistema antes de forçar o processamento.
Mapear el sistema antes de forzar el procesamiento.



Síntese final

Síntesis final



Respeito aos protetores

Respeto a los protectores

Defesas e dissociação são tentativas de proteção.

Las defensas y la disociación son intentos de protección.



Mapeamento sistemático

Mapeo sistemático

Os 6 Fs facilitam o preparo e o fluxo do protocolo.

Los 6 Fs facilitan la preparación y el flujo del protocolo.



O Self como agente de cura

El Self como agente de curación

A sabedoria inata do cliente impulsiona a integração.

La sabiduría innata del cliente impulsa la integración.

Mapear partes é dar segurança; reprocessar a partir do Self é libertar.

Mapear partes es dar seguridad; reprocesar desde el Self es liberar.

“Ao reconhecermos que temos partes, mas não somos apenas as nossas partes, restauramos a Clareza, a Compaixão e a Confiança na capacidade inata de cura da psique humana.”

“Al reconocer que tenemos partes, pero no somos solo nuestras partes, restauramos la Claridad, la Compasión y la Confianza en la capacidad innata de sanación de la psique humana.”

Rosalina de Jesus Moura | Psicóloga (CRP 06/41867-1)

E-mail: rosalina@rumosaudavel.com.br | Instagram: [@rosalinamoura_psicologa](https://www.instagram.com/rosalinamoura_psicologa)

**Capítulo de livro publicado em 2026:
Terapia dos Sistemas Familiares Internos na Prática Clínica, Ed Eruditus**