

Waarom dit boek?



Met EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) kunnen kinderen en jongeren snel en goed over schokkende ervaringen heen komen, inclusief ervaringen met ziekte en ziekenhuizen. Het Handboek EMDR bij kinderen en jongeren geeft een overzicht van onder meer de toepassingsmogelijkheden, indicatiestelling en het betrekken van ouders en gezin bij de behandeling. Het is bedoeld voor EMDR-therapeuten, maar geeft ook verwijzers zoals (kinder)artsen inzicht in de mogelijkheden. De therapie is geschikt voor kinderen vanaf één jaar.

Bij EMDR wordt aan de patiënt gevraagd om te denken aan een traumatische ervaring en tegelijkertijd naar de bewegende hand van de therapeut te kijken of een andere afleidende taak te doen. Door de afleiding ontstaat ruimte voor verwerking en wordt de herinnering minder emotioneel beladen. Aanvankelijk werd EMDR alleen voor volwassenen met PTSS (posttraumatische stressstoornis) gebruikt, maar inmiddels is de therapie een volwaardige behandelmethode voor veel meer traumagerelateerde klachten bij volwassenen en kinderen. EMDR voor kinderen en jongeren is in Nederland geïntroduceerd door psychotherapeuten Carlijn de Roos en Renée Beer. Sinds 2000 geven ze EMDR-trainingen aan (gezondheids-)psychologen en orthopedagogen. In het handboek hebben ze hun eigen kennis en die van andere EMDR-therapeuten gebundeld en geïntegreerd.

HERINNERINGEN

De vraag of EMDR nuttig is voor kinderen die ziek zijn (geweest) beantwoordt Beer met een volmondig ja. "Zieke kinderen kunnen op allerlei manieren getraumatiseerd raken. Het horen van een diagnose kan schokkend zijn, ze kunnen herinneringen hebben aan pijnlijke interventies, of ze hebben bijvoorbeeld nare herinneringen aan de manier waarop ze bejegend zijn in het ziekenhuis. Op de kinderafdeling gaat het meestal goed, maar daarbuiten tonen artsen en verpleegkundigen soms te weinig empathie. Door de werkdruk kunnen ze snel geïrriteerd zijn en vaak beseffen ze niet goed wat kinderen en ouders doormaken. Kinderen kunnen in reactie daarop nachtmerries krijgen, zich dwars gedragen of

ander probleemgedrag vertonen. Met EMDR kunnen beangstigende herinneringen worden opgehaald uit het geheugen en onschadelijk worden gemaakt, waardoor het probleemgedrag en de nachtmerries verdwijnen. Ik heb bijvoorbeeld een jongetje geholpen dat leukemie had en verschillende keren was geopereerd. Hij was zo bang geworden dat hij weigerde mee te werken aan een nieuwe operatie. De EMDR hielp hem om zijn ervaringen te verwerken. Daarnaast heb ik hem geholpen om sterker te worden voor toekomstige ervaringen. Na vijf keer was hij klaar en kon de operatie alsnog doorgaan."

Volgens Beer beseffen artsen vaak onvoldoende wat psychologen kunnen doen voor kinderen die last hebben van angsten, stemmingswisselingen en depressie of dwars gedrag. "Als ouders zeggen dat hun kind zo moeilijk geworden is nadat het ziek is geweest of in het ziekenhuis heeft gelegen, zouden artsen vaker verwijzing naar een EMDR-therapeut moeten overwegen." Ze hoopt dan ook dat ook kinderartsen het handboek onder ogen krijgen en dat het wordt opgenomen in ziekenhuisbibliotheken.

Heleen Schoone

Handboek EMDR bij kinderen en jongeren, Renée Beer, Carlijn de Roos e.a., Uitgeverij LannooCampus, ISBN 978 94 014 1490 6, €55,-

Informatie over EMDR, opleidingen en geregistreerde EMDR-therapeuten: Vereniging EMDR Nederland, www.emdr.nl