

Is een geurherinnering ook te behandelen met EMDR?

Een patiënt van mij durft een EMDR-behandeling maar moeilijk aan, nadat ze in de eerste sessie het meest last had (en ook naderhand bleef houden) van de geur van de herinnering. Nou komt zo'n geur anders je hersenen binnen. Mijn vraag is of ik nog iets kan doen om het wat dragelijker voor haar te maken. Het betreft een ervaring waarbij de cliënte als kind van 6 jaar van haar moeder haar overleden broertje van 4 verplicht een zoen moest geven, net voor de kist werd gesloten. Ik ben er een dubbele sessie mee aan de slag geweest, maar de keer erna speelden er andere zaken waardoor we er sowieso niet mee verder konden. Maar toen ik aan het eind van die sessie aangaf de volgende keer met de EMDR verder te willen, kwam zij dus met haar huiver. Het praten erover zorgde er al voor (het waren maar 4 minuten!) dat ze misselijk werd. Ik hoor graag wat je ervan vindt.

Antwoord

Misschien snap ik het niet goed, maar de geur is toch gewoon deel van de mentale representatie, ofwel de akelige herinnering? Dus als ze er nog last van blijft

houden, is dat niet anders dan dat mensen ook na een EMDR-behandeling (waarbij de SUD nog geen 0 is) last van herbelevingen kunnen hebben (meestal alleen de eerste drie dagen). Dat betekent dat je, als je de herinnering volledig hebt gedesensitiseerd (maar dat heb je nu nog niet begrip ik), ook dit geuraspect hierin hebt meegenomen? Of bedoel je iets anders?

Reactie

Ja, je begreep me goed hoor. Ik had vaag ergens het idee dat ik iets extra kon zeggen waardoor het sneller zou gaan. Dat was ook een soort stille hoop, want het ging steeds tot bijna overgeven aan toe (de emmer staat naast ons) en ik heb erg met haar te doen. Soms heb je dat. Ik heb haar inmiddels weer gezien en ik ben gewoon daar verder gegaan waar we waren gebleven. Ze geeft nu ook vaak de geur aan wanneer ik vraag wat er bij haar opkomt. Ik zeg dan gewoon dat ze zich erop moet concentreren, net als bij andere associaties, en de SUD daalt gewoon mooi. Het gaat wel langzaam, maar de emmer is gelukkig niet nodig geweest.