

Man met enorme boosheid: oogbewegingen schieten te kort

Ik hoop dat je me op weg wilt helpen met een patiënt van mij. Het gaat om een jonge man met een traumatische jeugd. De NC is 'Ik ben machteloos'. De situatie is dat zijn vader zijn slaapkamer binnenkomt. Hij is zelf dan nog maar vijf jaar oud. De vader kijkt geschrokken omdat zijn zoon nog wakker blijkt te zijn. En mijn patiënt beseft dat zijn vader nu ook weet, dat hij weet, dat deze vader net zijn zus seksueel heeft misbruikt.

We hebben er nu een EMDR-sessie opzitten. We zijn met het volgen van mijn hand begonnen. Hij lijkt er echter niet voldoende door afgeleid. Hij voelde enorm veel woede opkomen (naar zichzelf en naar zijn vader), en deze wilde maar niet zakken. Er bleef alleen maar meer woede opkomen. Hij wist zich maar net te beheersen. Ter afsluiting heb ik onder meer geprobeerd hem wat afstand te laten nemen van zijn woede, maar dat lukte niet.

Aan het einde liet hij zien dat hij heel veel controle over zijn oogspieren heeft: hij kon zijn ogen heel snel kort heen en weer bewegen (zoiets heb ik nog nooit gezien). Mijn vraag is: moet ik doorgaan of zal ik er eerst aan werken dat hij zijn woede meer onder controle krijgt? In het dagelijks leven heeft hij daar namelijk veel moeite mee. Ik ben bang dat hij een keer te ver zal gaan, als ik zo doorga.

Antwoord

Als de woede wordt aangestuurd door gebeurtenissen ('plaatjes') uit het verleden, dan kan deze aansturende werking vanuit het verleden teniet worden gedaan, door het verwerken ervan. Dat is altijd de eerste keus. Ik zou dat pad verder inzetten. Maar begrijp ik goed dat je ook nog maar een enkele zitting hebt gedaan? Je bent gewoon nog (lang) niet klaar. Niet zo snel opgeven; maak dit target nu eerst af. Het kan zijn dat de oogbewegingen te

weinig afleiden ook al doe je je best om de uitslagen zo breed mogelijk, en de handbewegingen zo snel mogelijk te doen. In dat geval gebruik je de koptelefoon erbij, dus naast de handbewegingen, als een extra belastende taak. Je kunt daarvoor de onregelmatige klikjes, als je die nog niet hebt, downloaden van de site www.emdropleidingen.nl. Je vraagt de patiënt dan ook daar naar te luisteren. Die kun je gewoon tijdens de hele zitting door laten lopen. Heb je hier iets aan?

Reactie

Zijn kernopvatting is dat niemand te vertrouwen is. Dit heeft ertoe geleid dat hij woede als zijn beschermingsmechanisme ziet, waarvan hij nu zegt dit nooit los te zullen laten (wat te begrijpen valt vanuit zijn referentiekader).

We hebben diverse 'bewijsmaterialen' op een rij gezet, (van zijn overtuiging dat niemand te vertrouwen is) en zijn dus nu begonnen met de eerste ervaring daarvan met behulp van EMDR te bewerken.

Bij dit plaatje (dat zijn vader in zijn slaapkamer staat nadat hij zijn zus heeft misbruikt) kwam er veel woede boven, en dit zakte niet. Hij gaf aan dat hij in staat was zijn vader te vermoorden.

Vervolgens zij hij dat, als hij dat tijdens de therapie zou uitwerken, hij niet kon garanderen dat hij dit niet in het echt zou doen. In dit geval durfde ik hem daar niet verder op door te laten gaan, want ik weet dat hij agressie in het echte leven niet uit de weg gaat (al heeft hij nooit iemand vermoord, zegt hij).

Nu ik het zo opschrijf, realiseer ik me dat hij wel door had kunnen gaan op de gedachte dat hij zijn vader zou kunnen vermoorden, wanneer hij het plan verder in zijn hoofd zou uitwerken. Dan zou hij zich dus niet gaan voorstellen hoe hij zijn vader vermoordt (want dat wilde hij zich schijnbaar niet voorstellen, anders

was hij er niet over begonnen tegen mij), maar erover als het ware gaan reflecteren. Ik zie hem morgen en zal de onregelmatige klikjes toevoegen.

Antwoord

Ja, inderdaad. Stel nu dat als jij hem vraagt door middel van een *cognitive interweave* zich voor te stellen dat hij zijn vader vermoordt, en dat plaatje wordt SUD=0 en zijn woede naar zijn vader wordt minder (zijn woedegevoelens naar zijn vader heeft hij dus onder controle en hij vindt zijn vader na de EMDR interventie bijvoorbeeld alleen nog zielig), zou de kans dan meer of juist minder zijn dat hij zijn vader iets aandoet?

Reactie

Als de SUD inderdaad richting 0 zou gaan, zou dat zeker het gevolg zijn.

Ik heb nu oogbeweging en klikjes tegelijk aangeboden. Dit was dus de tweede EMDR-sessie. De SUD bleef gedurende de hele sessie even hoog. Qua inhoud ging het bijna alleen over woede. Het enige verschil met de eerste keer vond ik dat de woede bij hem minder zichtbaar was (de eerste keer waren de aderen in zijn nek bijvoorbeeld opgezet). Ik ben echter bang dat de SUD de komende keren ook niet zakt, en dat hij met een SUD van 10 zijn vader per ongeluk tegen het lijf zou kunnen lopen.

Antwoord

Als je op de woede zelf – en op de plek waar die in zijn lichaam zit – focust, moet het goed komen. Is het niet deze keer, dan wel de volgende. Kijk nog even goed naar hoe je de *back to targets* doet. Laat je hem steeds focussen op wat er (nu) in het plaatje te zien is? Pas op dat je ook weer niet te veel afleiding aanbiedt, en dat de herinnering wel in zijn werkgeheugen blijft tijdens het aanbieden van de taken.