

Kind van zeven heeft geen plaatje

Ik heb een vraag over een meisje van zeven: zij kan geen 'plaatje' aangeven! Haar vriendinnetje is een paar jaar geleden overleden en nu is ze bang dat ook haar ouders iets zal overkomen, dus durft ze niet meer af te spreken of naar feestjes te gaan. Als ze aan haar vriendinnetje denkt, zegt ze tegen zichzelf: "Ik heb nog een heel leven te gaan, dus IK voel me blij...en mijn vriendinnetje niet meer." Als ik er naar vraag, ontkent ze overigens zich op een bepaalde manier schuldig te voelen. Ze herinnert zich dat de begrafenis 'mooi was' en dat ze het de eerste drie nachten na het overlijden van haar vriendinnetje heel erg vond, maar dat ze daarna kon denken dat haar vriendinnetje nu misschien ook juist wel blij is, nu ze geen pijn meer heeft: iets dat haar moeder haar heeft uitgelegd. Daarnaast is ze bang dat haar ouders iets overkomt omdat haar moeder een keer op weg naar haar werk in een slootje is gereden. Het meisje was hier niet bij en zegt er ook geen beeld bij te hebben. Oftewel: best wel aanknopingspunten, maar vooral gedachten en geen concreet plaatje...

Antwoord

Ik vroeg me af hoe oud ze was toen haar moeder in het slootje reed? Als kinderen jonger zijn dan vier jaar hebben ze er meestal geen herinneringsbeelden meer van. Maar natuurlijk heeft ze wel *andere* plaatjes! Ze is bang dat haar ouders iets zal overkomen. Als je vraagt: "Wat zou je ouders dan kunnen overkomen?", dan zal ze een plaatje in haar hoofd maken, en dat is dan je target.

Misschien een misverstand: het gaat er bij EMDR niet om of je daadwerkelijk iets hebt meegemaakt, maar om welke mentale representaties klachten veroor-

zaken. Toen ze hoorde dat haar moeder in de sloot was geraakt en bijna was verdrongen, heeft ze daar direct plaatjes van in haar hoofd gemaakt. Iedereen doet dat nu eenmaal. Fantasieplaatjes, dat wel, maar precies *die* plaatjes moet je hebben. De NC is dan standaard 'Ik kan er (dwz. indringend beeld) niet tegen'. De PC mag je dan overslaan, dus je kunt direct beginnen!

Overigens in Vraagbaak EMDR staan heel veel antwoorden op vragen, ook: 'Als een patiënt geen plaatje heeft...'

Reactie

Ik dacht dat het een plaatje zou worden over het overlijden van haar vriendinnetje, omdat ze dat ook als eerste noemde en daarbij begon te huilen. Maar inderdaad, haar huidige angst is nu dat haar ouders iets overkomt....

Antwoord

Ja, kijk altijd naar de klachten van de patiënt. Dat moet het uitgangspunt zijn, van welke interventie dan ook. Succes!

Reactie

Ja, je hebt helemaal gelijk! Normaal werk ik uiteraard altijd zo, maar omdat ik nu met EMDR aan de slag ging, zocht ik enthousiast naar een herinnering waarvan ik dacht dat die verwerkt moest gaan worden...oeps, beginnersfout!

Reactie (vervolg)

Zoals beloofd hierbij een berichtje over hoe het is gegaan met mijn patiënt. Bij het begin van de sessie gaf ze aan dat ze nog wel iets extra's had dat ze nu lastig vond als beeld. Dat was het angstwekkende beeld dat haar moeder naar de huisarts moet, hetgeen haar de angst gaf dat ze in

het ziekenhuis zou worden opgenomen. Daarover pratend benoemde ze ineens een grote hond waar ze ook nog bang voor was (!)

Ik heb met haar de plaatjes op een rij gezet: "Oké, je noemde mama die een bijna-ongeluk had met de auto in de sloot; je noemt mama die naar de huisarts moet en je noemt de grote hond: wat is nu het naartst om naar te kijken?"

"Mama die in het ziekenhuis ligt", antwoordde ze. Daar ben ik vervolgens mee aan de slag gegaan. Ze tekent haar moeder in bed aan een infuus. Al vertellend komt ook nog haar gedachte aan haar overleden opa er tussendoor...(!)

"Oké, wat is nu het naartst?"

"Toch mama."

Ze kan de spanning goed aangeven. Deze gaat van SUD 7 naar 0. Tussendoor valt me op dat ze een heel verhaal voor zich ziet, in verhalende vorm (en toen, en toen), van iedereen die in het ziekenhuis misselijk wordt, haar moeder die uit haar bed komt om te helpen, artsen die komen en van ook haar vader die helpt, etc.

Ik heb haar terug gehaald door te vragen: "En wat ervaar je nu?"

"Dat het fijn is om dit allemaal te vertellen", zei ze toen. Er kwam net daarvoor een positieve wending in haar verhaal en na dit terughalen, begon ze opnieuw over misselijke mensen die zich verwonden. Terug naar target bleek de SUD van 7 naar 0 te zijn gegaan. Daarna ging haar PC ('Ik kan het aan!') van 4 naar 7. Ze was zichtbaar moe, maar gaf ook aan zich rustig te voelen en wees naar de plek op haar borst waar ze zich bij aanvang misselijk voelde. Thuis was ze nog een paar dagen moe, huilerig en boos. Daarna ging het beter. Vanmiddag zie ik haar weer.

Antwoord

Oké, fijn. Het loopt. Er zijn twee dingen waarop je echt goed moet letten:

1. Houd in de gaten wat de klachten zijn. Het is niet zo zeer de bedoeling om het kind te laten kiezen wat zij het meest *naar* vindt, maar het gaat er om die targets uit te kiezen die relevant zijn voor haar *klachten*. Dus eerst moet jij bepalen welke *klachten* er op de voorgrond staan. Jij bepaalt de targets (waarvan jij als deskundige immers weet dat ze relevant zijn) en niet het kind. Leidt dus het kind in die richting onder jouw regie. Zie Praktijkboek EMDR: Links-om procedure.

2. Veel kinderen en ook volwassenen, gaan door het protocol met associatieketens van: "...en toen, en toen, en toen, en toen gebeurde er dit." We noemen dit *horizontaal associëren*. Dat is dus goed. We halen bij EMDR het kind er niet uit omdat je als therapeut vindt dat het anders moet. Terug naar target ga je alleen als er niets opkomt, als er *geen* veranderingen meer zijn, of na een minuut of vijf. Hetzelfde geldt voor het voorbeeld waarbij de associaties qua inhoud van positief naar negatief gaan. Ook dat is nog steeds verandering. Dus doorgaan in plaats van back to target. Oké?

Reactie

Dank je. Ja, we hebben de videoband van deze behandeling in de terugkomdag besproken en daarbij bleek dat ik te vroeg naar de herinnering heb gevraagd. Dus voordat precies duidelijk was welke gebeurtenis de klachten had veroorzaakt. Het loopt bij mijn patiënt nogal door elkaar, dus beter een tijdlijn maken!

Inmiddels ben ik weer een stukje verder. We hebben gefocust op het herinneringsbeeld van de moeder in het ziekenhuis, omdat de herinnering aan deze gebeurtenis ook de week daarvoor heftige klachten had opgeroepen. Maar eigenlijk was hierdoor de eerste aanpak meteen een *flash-*

forward: "Stel dat mama in het ziekenhuis komt." Dit target hebben we behandeld en de SUD ging vrij snel van 7 naar 0 en ook de VOC ging van 4 naar 7.

De week hierna bleek dat zij een aantal dingen zelf heeft gedurfd, zoals alleen met een vriendinnetje blijven wachten, terwijl de ouders even iets gingen ophalen; alleen met haar broer in de caravan blijven, terwijl haar moeder de hond uitliet, en met een ander, dus zonder ouders naar de film gaan! Haar ouders zijn hier heel positief over.

Bij het navragen van de tijdlijn blijkt nu dat het beeld van de moeder in het ziekenhuis toch weldegelijk een herinnering geweest kan zijn. Haar moeder blijkt namelijk opgenomen te zijn geweest in een astmacentrum, toen mijn patiëntje drie jaar oud was. Haar moeder vertelde me nu dat haar dochter destijds boos was op de verpleegkundige die opnieuw het infuus bij haar had aangebracht. Haar dochter was namelijk verteld: "Als het infuus er uit is, mag mama weer naar huis." (!)

Ik hoor nu dat zij nog steeds in paniek raakt wanneer wordt voorgesteld dat ze bij oma mag gaan logeren, en dat ze in paniek raakt wanneer ze wordt uitgenodigd bij het vriendinnetje dat een grote hond thuis heeft... Ik ben nog even aan het puzzelen wat een goede volgende stap kan zijn.

Antwoord

Met EMDR behandel je klachten. Daar zoek je vervolgens targetherinneringen bij die je kunt desensitiseren. Dat heb je nu gedaan met betrekking tot de angsten rondom de moeder. Dat gaat nu een stuk beter. Nu blijken er andere klachten op de voorgrond te staan. Zijn dit nieuwe klachten of dezelfde klachten (angst om alleen te zijn zonder ouders) die slechts op een andere manier worden gepresenteerd? In ieder geval

zijn het klachten die geworteld zijn in (herinneringen aan) gebeurtenissen. Het is nu belangrijk precies die herinneringen te vinden die de klachten aansturen, waarbij jij de hypothese hebt dat als die gebeurtenis zich niet zou hebben voorgedaan, zij ook niet deze klachten zou hebben. Dus in dit geval: wanneer (met welke gebeurtenis) is de angst om bij de oma te logeren begonnen? Daarnaast is het belangrijk om door te vragen waar zij precies bang voor is, wat er zo erg aan is om bij deze oma te logeren. Is zij bang dat haar moeder dan iets overkomt?

Let op: bij kinderen van zeven jaar zijn tijdsbesef en logisch redeneringsvermogen nog maar net in ontwikkeling. Zij denken vaak nog associatief, kunnen herinneringen niet goed in de tijd plaatsen en al helemaal niet het verband tussen de klacht en relevante herinneringen aangeven. Betrek dus altijd de ouders bij het verkrijgen van informatie voor het maken van de tijdlijn en de casusconceptualisatie.

Reactie

Het gaat inmiddels goed met mijn patiënt! Na mijn vorige verslagje heb ik nog een situatie met EMDR aangepakt die voor haar van invloed was op het afspreken met vriendinnetjes, namelijk een voorval met een vader van een vriendinnetje die in boosheid hard had geschreeuwd, waarna zij bang is geworden.

Tijdens de desensitisatie kwamen weer het ziekenhuis en beelden van de operatie naar boven. Dit heb ik zo gelaten. In de weken hierna durfde zij meer. Ze had een heel lijstje aan dingen die ze had gedurfd en zelfstandig had gedaan. Ik heb nog een ouderbegeleidingsgesprek gevoerd, omdat het voor haar ouders moeilijk leek om met haar 'mee te groeien', haar los te laten en haar af en toe het benodigde duwtje in de goede richting te geven. Ik heb nu met haar nog een gesprek gehad over het ziek zijn van

haar moeder. Wat bleef er nog over? Het bleek te gaan om haar kennis over de ziekte (astma) van haar moeder. Zij had het idee dat haar moeder vreemde toevallen zou kunnen krijgen (niet reëel). We hebben afgesproken dat haar moeder haar op begrijpelijke wijze gaat uitleggen wat er wel, en wat er niet aan de hand is. We hebben nu enkel nog een follow-up gesprek gepland. Dus ik denk dat we een heel eind gekomen zijn!

Reactie (half jaar later)

Ik heb geen contact meer gehad met het gezin, dus ik ga er vanuit dat de positieve ontwikkeling zich heeft voortgezet. Er waren, vanwege een nieuwe spannende ziekenhuisopname, aanvankelijk wel weer wat spannende momenten voor het gezin, maar het meisje leek zich daar steeds goed doorheen te slaan.

Antwoord

Dit is een mooi resultaat.
Gefeliciteerd, joh!

Met dank aan Carlijn de Roos voor aanvullend commentaar