

## EMDR tegen stotteren. Kan dat?

Ik heb een jongeman (30 jaar) met ernstige stotterklachten succesvol behandeld met EMDR. Deze patiënt stotterde vanaf zijn vierde jaar en hij heeft daarna vele therapieën gehad. Hij gaf aan dat hij in de categorie van de zwaardere gevallen zat als het ging om zijn stotterklachten. Een deel van de inspiratie voor de behandeling hebben wij samen gehaald uit het verhaal van Dale Sander (<https://sites.google.com/site/stutteringemdr/>). Mijn patiënt geeft zelf aan dat het stotteren voor 90 procent is verminderd. Het is hem duidelijk geworden dat stotteren voor hem een door angst gestuurde aandoening was.

In de Vraagbaak EMDR staat een hoofdstuk waarin jullie aangeven dat er vaak 'vage targets' zijn met weinig lading. Ik vroeg me af of dit gebaseerd is op eigen ervaringen of dat er onderzoeksgegevens over zijn?

Uit mijn N=1-ervaring kwam naar voren dat zijn eerste herinnering (voorlezen in groep 3) op dit terrein een nare herinnering was, maar desensitisatie van dit target bleek nauwelijks invloed op het stotteren te hebben. We gingen daarom op zoek naar 'verborgen' herinneringen. In zijn geval leverde dit veel op. Hij had een herinnering aan een valse kroepaanval op 1,5-jarige leeftijd. De desensitisatie was heftig, maar gaf mijns inziens een verbetering ten aanzien van de stotterklachten. Ook was er een herinnering waarbij hij achterna werd gezeten door andere kinderen in de speeltuin. Dit gaf voor hem eenzelfde gevoel van spanning in zijn middenrif. Bovendien was er een herinnering van toen hij in groep 3 zat en in een zwembad onder water was geduwd. EMDR gaf na het desensitiseren een snelle afname van zijn actuele lichamelijke spanning. Zijn negatieve kernopvatting was 'Ik ben minderwaardig'. Hierop heb ik een behandeling 'rechtsom' ingezet.

Ik ga er op basis van deze casus vanuit dat voor een succesvolle aanpak van stotteren met behulp van EMDR drie elementen opgenomen zouden moeten worden:

- De eerste ervaring. Deze geeft wel lading, maar is (waarschijnlijk) niet de bron.
- De echte bron(nen). Deze kun je proberen te vinden via een focus op het lichamelijke aspect. Hierbij zou je ook navraag moeten doen bij de ouders. Doorvragen tot dat je het gevonden hebt.
- Een negatief zelfbeeld. Dit vormt altijd onderdeel van de problematiek.

### Antwoord

Erg interessant! Ik heb nog weinig goede verhalen over EMDR bij stotteren gehoord. Zelf was ik er ook nog weinig succesvol in. Misschien dat het toch kan, maar ik vraag het me af. De beschadiging van het zelfbeeld is logisch, er zullen ook zo veel gebeurtenissen zijn die potentieel schaamtevol zijn: dat moet wel invloed hebben op je zelfbeeld. Maar ik betwijfel of door desensitisatie van deze herinneringen de stotterklachten minder worden. Maar het zou natuurlijk mooi zijn als je meer van deze casus zou kunnen beschrijven. We kunnen via deze casus in EMDR Magazine lezers vragen naar hun ervaringen met stotteren en EMDR.

### Reactie

Ik heb volgende week een afspraak met een logopediste om mijn kennis over stotteren en de mogelijke behandelvormen bij te spijkeren en om te kijken hoe ik in contact kan komen met kandidaat-patiënten.

Ik vond op internet een scriptie van een paar studenten van de Hogeschool Utrecht. Zij hadden de effecten van traumabehandeling op stotteraars onderzocht. Zoals jij ook al aangaf, leverde dit nauwelijks effect op stotteren op, maar wel ten aanzien van de kwaliteit van leven. Ik moet die scriptie nog eens goed nalezen. Het levert in ieder geval wel een aantal instrumenten op om de mate van stotteren te scoren.

### Reactie (vervolg)

Ik heb al weer een tijdje geleden mijn initiatief gestaakt om mensen die stotteren in behandeling te krijgen. Vorig jaar heb ik drie mensen binnen gekregen langs verschillende wegen. Eentje heeft na een eerste kennismaking geen contact meer opgenomen. De tweede stopte na twee sessies omdat hij er geen vertrouwen in had dat het hem iets op ging leveren, en hij gaf aan weinig last van zijn stotteren te hebben. De derde jongeman is zeker zes keer geweest en gaf tijdens de sessies aan dat de EMDR-behandeling hem goed deed. Maar even snel als hij gekomen was, was hij ook weer, zonder kennisgeving, verdwenen...

Mijn eerste patiënt heb ik van mei tot november vorig jaar in behandeling gehad. Over hem gaat de casusbeschrijving. Ik heb hem net een mail gestuurd met de vraag om in zijn eigen woorden aan te geven wat de be-

handeling hem gebracht heeft. Ik verwacht dat hij dit op korte termijn wel zal doen.

### Antwoord

*Dit is toch wel wat ik vermoedde. Dat EMDR heel goed kan werken tegen de gevolgen van het stotteren, maar niet per se bij de aanpak van de oorzaken, waardoor het stotteren verdwijnt. Best wel logisch ook, vind ik. Ik ben heel benieuwd naar het verhaal van jouw patiënt.*

### Reactie

Ik kreeg een reactie terug van mijn (ex-)patiënt. Het levert mij eerder meer vragen op dan dat het me conceptueel antwoorden geeft op de werking van de behandeling:

- Zijn angst om te spreken is kleiner geworden en in bepaalde situaties zelfs verdwenen.
- Hij geeft aan dat het een soort zelfhulptechniek is geworden waarmee hij lichamelijke spanning kan verminderen, met minder stotteren als gevolg.
- Hij geeft zelf aan dat hij door allerlei negatieve ervaringen als stotteraar meer is gaan stotteren. 'Welk target heb ik gemist?', denk ik dan, 'waardoor hij nu nog steeds ongecontroleerde spanning krijgt en gaat stotteren, in situaties die hem nu nog wel spanning geven?'

Positieve veranderingen als gevolg van EMDR in zijn zelfbeeld lijken zeker een positief effect te hebben gehad op zijn stotterklachten. Dit had niet alleen met stotterervaringen te maken, maar ook met reacties van zijn vader op hem ('Ik kan niets'/'ik ben een mislukkeling'), als het om andere dingen gaat. Wat blijft is dat hij bij ervaren spanning een kwetsbaarheid lijkt te hebben, waardoor verschillende spieren in zijn middenrif en rug verstarren, met stotteren als gevolg. De patiënt zelf is er van overtuigd dat het geen hersenaandoening is maar een aangeleerde lichamelijke reactie.

Wat in de behandeling ook vaak goed werkte, was de vraag om een beeld te maken van de 'stotterspanning' die hij in zijn lichaam ervoer, en zich daarop te concentreren (vergelijkbaar met een opdracht in het pijnprotocol). Met een afleidende stimulus leidde dit in alle gevallen tot een afname van de spanning, en ook vaak tot een inzicht bij hem over de reden van zijn spanning. Hij lijkt

het nu te gebruiken als 'ontspanningstechniek'.

De patiënt heeft er nu voor gekozen om een gerichte behandeling te gaan volgen (was laatst te zien in een televisie-uitzending) om van zijn lichamelijke gewenning af te komen. We hebben afgesproken dat we na die behandeling weer contact zullen hebben om te kijken hoe het dan met hem is.



*Keizer Claudius  
(68-37 v Chr.)*