

Beantwoord door: **Ad de Jongh** Naschrift door: **Carlijn de Roos** Illustratie: **Charlotte Tasma**

# Vierjarige wil zijn zus niet meer zien



Pieter is net 4 jaar oud. Zijn halfzus van 11 jaar heeft door een ongeluk een dwarslaesie opgelopen. Pieter is nu heel angstig voor zijn zus. Hij wil haar liever niet zien, niet spreken en ook niet op Skype zien. Als hij met zijn ouders in het ziekenhuis gaat kijken, kruipt hij achter zijn moeder en is hij slechts heel soms met een kiekeboe-spelletje te verleiden tot contact met zijn zus. Thuis reageert hij niet als het over zijn zus gaat; het is niet bespreekbaar.

Hij is nog niet heel taalvaardig. Ik heb hem nu twee keer gezien, en in spel heeft hij kort benoemd dat zijn zus in het ziekenhuis is en in een rolstoel zit. Verder zwijgt hij over dit onderwerp. Ik merk dat hij sociaal-emotioneel nog erg jong is.

Hij heeft naast deze heftige gebeurtenis ook de scheiding van zijn ouders meegemaakt, daarnaast de depressie en *burn-out* van zijn moeder, met wie hij ook een tijd in een opvanghuis heeft gezeten, omdat ze geen huis hadden. Nu hebben ze gelukkig een eigen plek en is er meer rust.

Ik heb de ouders nu gevraagd een verhaal te schrijven, om EMDR te gaan proberen over het ongeluk van de zus van Pieter. Ik weet echter niet of Pieter hiervoor teveel gesloten is en het verhaal misschien niet toe zal laten. Verder weet ik niet precies wat nu het target moet zijn: toen hij zijn zus voor het eerst weer zag of toen hij hoorde van het ongeluk? Wat denk jij? Alvast hartelijk dank voor het meedenken!

Dit schrijven de ouders aan mij (ze zijn gescheiden, daarom zijn het twee verhalen):

Vader: "Op een dag in een weekend was Pieter bij mij en kreeg ik een telefoontje uit Spanje, waarin we werden medegedeeld dat mijn dochter een zwaar ongeluk had gehad.

Daarop ben ik zelf heel boos geworden en in tranen uitgebarsten. Pieter is hiervan geschrokken en hij begon zelf ook te huilen. Ik denk dat hij dacht dat ik boos op hem was, wat dus niet het geval was. Vervolgens heb ik hem de situatie uitgelegd, en heb toen zijn moeder gebeld en gezegd wat er gebeurd was. Vervolgens heeft zij hem opgehaald en is hij bij haar gebleven. In de weekenden daarop is Pieter maar kort bij mij geweest wegens deze gebeurtenis. Toen mijn dochter uit Spanje terugkwam, is haar moeder met Pieter dezelfde dag naar het ziekenhuis gekomen. Daar heeft Pieter haar in het bed aangetroffen. Het was een in- en uitlopen van artsen in blauwe pakken met maskers, omdat voor een besmettelijke bacterie werd gevreesd. Daarna is hij nog een paar keer in het ziekenhuis geweest. Onze dochter wil graag haar broertje zien, maar het leek ons momenteel niet goed voor hem. Verder merk ik de laatste tijd dat hij afhankelijk is en graag bij me is.”

Moeder: “Ik heb het nieuws over onze dochter nog eens herhaald, nadat Pieter het nieuws van zijn vader te horen kreeg. Wij zaten samen op de bank, en ik vertelde hem over het ongeluk en dat zijn zus niet meer kon lopen. Hij reageerde daarop en zei: ‘Ze ligt in ziekenhuis, motor heeft pijn gedaan.’ Dus het was hem wel duidelijk wat er was gebeurd. Toen we samen naar het ziekenhuis reden, heb ik het hem allemaal nog eens uitgelegd. Ik weet niet meer hoe hij hierop heeft gereageerd.

Eenmaal binnen hield hij zoals altijd mijn hand vast en was hij vrij rustig. Bij binnenkomst in de kamer van zijn zusje werd hij erg afhankelijk, bleef bij mij op schoot zitten. Hij keek niet naar zijn zusje. Hij heeft de artsen in speciale pakken naar binnen zien gaan, dat zou hem ook angstig kunnen hebben gemaakt. Tijdens ons bezoek was er veel in- en uitloop van artsen. Ook werd zijn zusje verschoond en dat heeft hij allemaal gezien. Even ging het goed met hem en had hij meer contact met zijn zusje, maar naarmate de tijd verstreek, zag je dat hij moeite had met de omgeving. Zijn vader heeft hem toen meegenomen naar beneden voor een ijsje, dacht ik, om hem gerust te stellen en even weg van alle onderzoeken en artsen te zijn. Eenmaal terug was hij weer hangerig en wilde hij steeds naar huis. We zijn toen gegaan. Ik vroeg nog of hij blij was om zijn zusje te zien, maar hij reageerde daar niet op. Vanaf toen begon hij zich af te sluiten voor vragen rondom zijn zusje. Hij zei ook dat hij bang was voor haar, maar niet waarom. We zijn eigenlijk op aandringen van mij een tweede keer op bezoek gegaan, maar hij wilde eigenlijk niet gaan omdat hij bang was. Toen

besepte ik dat er toch meer speelde dan ik dacht. Het was me duidelijk geworden dat Pieter dit niet aan kan. We zijn daarna niet meer samen op bezoek geweest. Ik dacht: ‘Het wordt dan misschien minder’, maar het werd juist erger. Hij wilde niet met haar praten of op Skype komen. Ik heb uiteindelijk contact gezocht met mijn huisarts, omdat het niet beter werd.”

## Antwoord

Dit lijkt me tamelijk simpel. Het gaat er (enkel) om wat er in zijn hoofd zit. Dan hoeft je alleen maar de herinnering te activeren (zus, artsen in speciale pakken, niet meer kunnen lopen, motorongeluk, alleen al die woorden: alles waarvan je denkt dat het schokkend geweest kan zijn) en dan te zorgen voor afleiding (tapping). Er is geen enkele reden om te wachten of iets anders te doen. Zoiets is in een uur behandeld. Niet wachten hoor!

## Reactie

Echt? Dus ik hoeft dan ook niet het gebeurde door de ouders in een verhaal te laten vertellen via het peuter-verhalen-protocol?

## Antwoord

Het gaat er altijd om het geheugenbestand te activeren en daarna te desensitiseren door het aanbrenge van werkgeheugenbelasting. De meest directe manier om dat te doen is er simpelweg naar te vragen. Maar, inderdaad, als dat helemaal niet lukt, kun je vragen dit de ouders te laten doen met gebruik van de verhalenmethode. Niet nodig, als het niet nodig is. Aan de slag ermee!

## Reactie

Wow! Het heeft geweldig resultaat gehad! Het voelde als een grote ‘hocus pocus-truc’;-). Ik ben tijdens de twee sessies met poppetjes, aantikken en ‘handjeklap’ in de weer gegaan, terwijl ik het gebeurde aan Pieter vertelde. Zijn moeder mailde me daarna dit:

“Pieter heeft uit zichzelf aangegeven dat hij naar zijn zus in het ziekenhuis wilde gaan. Ik heb hem voorbereid op het bezoek. Het ging heel goed! Bij binnenkomst lag ze nog in haar bed. Hij heeft haar gegroet en meteen cadeautjes gegeven. Eenmaal in haar rolstoel, kwam hij nog meer los. Hij heeft op haar schoot gezeten en haar zelfs geduwd in haar rolstoel. Ze waren samen een

*computerspel aan het spelen. Bij ons vertrek heeft hij haar gekust en geknuffeld. We zijn allemaal erg blij dat hij geen angst meer laat zien."*

Bedankt voor het meedenken!

### Naschrift van Carlijn de Roos

Fantastisch resultaat. Een kind van vier heeft meestal al een eigen representatie van de gebeurtenis, die gewoon geactiveerd kan worden via het standaardprotocol met de aanpassingen voor kleuters (K- en J-standaardprotocol). Omdat kinderen van die leeftijd zelf geen feedback kunnen geven op de EMDR-procedure en de associatieketens meestal kort zijn, is het belangrijk om het EMDR-protocol zo scherp mogelijk in te zetten. Dit verhoogt namelijk de kans op activatie van alle bij de herinnering betrokken modaliteiten en daarmee op een zo compleet mogelijke desensitisatie van de herinnering. Dat geeft de meeste kans op volledige klachtenreductie op korte, en op lange termijn. De instructie is dan:

*"Tekenaar wat nu nog het allernaarst is. Wat voel je nu als je naar de tekening kijkt (bang, boos, verdrietig), hoe naar is het om naar de tekening te kijken (SUD kan worden aangegeven met de handen: handen wijd is heel naar/handen tegen elkaar is niet naar) en waar voel je dat nare gevoel in je lijf?"*

Daarna zet je de afleidende taak in. Omdat kleuters meestal de oogbewegingen niet goed kunnen volgen, kun je het best de 'tapping' inzetten, door hem op je handen beurtelings links en rechts te laten trommelen. Regelmatig vraag je wat er op komt. Het heeft de voorkeur om de representatie van het kind zelf na te vragen.

Een andere methode is om dit te doen via de verhalenmethode en de ouder, in plaats van zelf als behandelaar het verhaal te vertellen. Ouders voelen namelijk goed aan waar hun kind nog spanning voelt ten aanzien van de gebeurtenis(sen). Bovendien gaan de ouders zich competentier voelen als zij een actieve rol vervullen tijdens de EMDR-behandeling, doordat zij hun kind kunnen ondersteunen bij de verwerking. Mocht een 4-jarige toch zelf niet kunnen aangeven wat nu nog het naarst is, dan kan je – zoals Ad al adviseerde - de ouder vragen het verhaal te vertellen met behulp van de verhalenmethode.

