

Beantwoord door: **Wieke Visser** Illustraties: **Richard Raaphorst**

Achtjarige bang voor autorijden

Ik heb een meisje van acht jaar in behandeling dat een ernstig auto-ongeluk heeft meegemaakt, waar ze wonder boven wonder ongeschonden uitgekomen is. Haar moeder zat achter het stuur en het meisje is er met wat lichte verwondingen vanaf gekomen, maar nu heeft ze last van herbelevingen en nachtmerries. Daarnaast is ze nog erg angstig in de auto. Het ongeluk gebeurde drie maanden geleden. Ik zag haar samen met haar ouders voor de intake en merkte dat haar moeder ook nog erg emotioneel werd, toen ze vertelde over het ongeluk. Bij navraag bleek dat ze zelf ook forse PTSS-klachten heeft.

Nu weet ik uit de voorinformatie dat deze moeder een erg belaste voorgeschiedenis heeft, onder andere doordat zij is opgegroeid in kindertehuizen. Ze wordt in de voorinformatie van de huisarts beschreven als een getraumatiseerde vrouw. Normaal gesproken zou ik een ouder die zelf PTSS heeft naar aanleiding van de gebeurtenis, eerst zelf daarvoor behandelen, maar nu durf ik dat eigenlijk niet aan. Zal ik haar doorsturen naar een eigen therapeut, die ook haar voorgeschiedenis kan meenemen in de behandeling? Wat kun je me adviseren?

Antwoord

Inderdaad is het heel goed om een ouder met PTSS naar aanleiding van dezelfde gebeurtenis, eerst te behandelen met EMDR, voordat je het kind gaat behandelen. En als het gaat om enkelvoudig trauma, dan kun je dat prima zelf doen.

We weten dat het vreesstelsel van een kind referentieel werkt: om gevaar te detecteren kijkt het kind naar het gezicht van de ouder of een andere beschikbare volwassene. Als een ouder zelf met angst blijft reageren op een situatie, in dit geval het autorijden, dan zal het kind zich nooit veilig kunnen gaan voelen in die situatie.

Jij vraagt je af of je deze ouder wel kunt behandelen voor haar PTSS met betrekking tot dit ongeluk, in verband met de traumatisering vanuit haar jeugd. Ben je bang dat je eerdere trauma's 'openmaakt' met de EMDR over het ongeluk? Of ben je bang dat ze de EMDR niet aankan, omdat ze over onvoldoende emotieregulatievaardigheden beschikt? Stel dat je haar zou verwijzen naar een eigen behandeling, dan zou ook deze behandelaar beginnen met behandelen van de PTSS ten gevolge van het ongeluk. De stelregel is immers: 'machteloosheid eerst', omdat de intrusies die bij een dergelijke traumatische gebeurtenis horen, ernstig interfereren met het dagelijks functioneren en bovendien betrekkelijk eenvoudig op te lossen zijn.

Het lijkt me van belang dat je eerst met deze moeder in gesprek gaat, haar uitlegt dat haar PTSS van invloed is op de klachten van haar dochter en dat haar eigen PTSS ook met EMDR te behandelen is. Uiteraard vraag je haar dan of ze hiervoor behandeld wil worden.

Vervolgens bevestig je haar globaal over haar eerdere traumatisering en de gevolgen daarvan. Maak daarbij helder onderscheid tussen de PTSS ten gevolge van het



ongeluk en haar eerdere traumatisering. Mocht nu blijken dat er in haar voorgeschiedenis sprake is van onverwerkt trauma, dat direct verbonden is aan dit ongeluk (bijvoorbeeld een eerder ongeluk) en daarmee lading geeft aan de actuele PTSS, dan kun je een eenvoudige linksom-conceptualisatie maken. Als die directe link er niet is, dan kun je deze PTSS gewoon zelf met het basisprotocol behandelen. Je bespreekt met de moeder wat je gaat doen en vraagt haar zelf een inschatting te maken of ze het aankan, of wat er voor nodig is om het aan te kunnen.

Reactie

Ik heb de moeder de uitleg gegeven die jij voorstelde, en zij wilde inderdaad ook graag zelf behandeld worden met EMDR voor haar PTSS ten gevolge van het ongeluk. Ze heeft me globaal verteld wat haar geschiedenis is, en voor haar zelf was het onderscheid tussen de klachten als gevolg van het ongeluk en andere klachten duidelijk. Ze dacht EMDR wel aan te kunnen, als haar man erbij zou kunnen zijn. Dat vond ik een prima idee, en een week later hebben we de EMDR gedaan. Dat ging heel goed, en zij was zeer opgelucht over het resultaat. De intrusies verdwenen en de angst in de auto verminderde sterk. Nu is mijn tweede vraag of het verstandig is om deze moeder aanwezig te laten zijn bij de EMDR van haar dochter? Enerzijds denk ik dat het niet nodig is, omdat een meisje van acht jaar goed in staat is om de EMDR zonder ouders te doen, anderzijds kan ik me voorstellen dat het voor deze moeder en haar dochter ook een verbindende ervaring zou kunnen zijn. Wat zou jij doen?

Antwoord

Heel goed dat je zo hebt doorgepakt met de EMDR voor de moeder. Mogelijk heeft dat ook meteen invloed op de klachten van haar dochter. Ze krijgt nu immers van haar moeder het signaal dat het veilig is in de auto.

Je tweede vraag is of je de moeder bij de EMDR-sessie van haar dochter laat zijn of niet. Dit meisje zal zeker in staat zijn om de behandeling alleen te doen, maar ik denk inderdaad dat het een meerwaarde kan hebben om de moeder erbij te betrekken. Het zal haar een gevoel van competentie geven als ze haar dochter kan bijstaan in dit proces, door erbij aanwezig te zijn. Zeker voor een moeder met een beschadigd verleden kan dat een belangrijke positieve uitwerking hebben. Kortom, het meemaken van de behandeling zal zeker verbindend werken, omdat het een gezamenlijke ervaring wordt.

Wel een reden om een ouder niet aanwezig te laten zijn bij de EMDR-behandeling van een kind zou kunnen zijn dat het kind het niet wil. Het kan zijn dat het gaat om een zeer schaamtevolle ervaring van het kind. Als dat niet het geval is, dan is het wel verstandig om uit te vragen waarom het kind het niet wil, want ook in dat geval zou er sprake kunnen zijn van een eenvoudig te behandelen PTSS van de ouder. Kinderen hebben immers vaak de neiging om hun ouders te beschermen.

Ook als de ouder aangeeft niet in staat te zijn om kalm en ondersteunend aanwezig te zijn bij de behandeling van het kind, kan dat een reden zijn om de ouder er niet bij te hebben in de kamer. Eventueel zou je bij deze ouder nog een *Resource Development and Installation* (RDI)-procedure kunnen toepassen om het toch mogelijk te maken aanwezig te zijn bij de behandeling van haar kind, als je denkt dat dit van belang is voor de behandeling.

Reactie

Ik heb de behandeling inmiddels gedaan met de moeder erbij. De SUD van het meisje was inderdaad al een eind gezakt. De behandeling ging super. Voor moeder en dochter was het inderdaad een verbindende ervaring. Binnenkort gaat het gezin met de auto op vakantie en ze hebben er zin in!

