

## EMDR bij kinderen en adolescenten

Ook kinderen en adolescenten maken schokkende gebeurtenissen mee. Er zijn verschillende soorten gebeurtenissen waardoor kinderen en adolescenten beschadigd kunnen raken. Zie in tabel I een overzicht van mogelijke schokkende gebeurtenissen.

### *Tabel I.*

#### ***Overzicht van soorten schokkende gebeurtenissen***

- natuurramp
- technische ramp
- (verkeers)ongeluk
- seksueel misbruik
- lichamelijk geweld
- verwaarlozing (emotioneel, pedagogisch)
- oorlogsgeweld
- terrorisme
- plotseling verlies van een dierbare door een ongeval of een andere gebeurtenis
- medische situaties
- pestervaringen



Gelukkig verwerkt  $\pm 80\%$  van de kinderen, die iets heel ergs meemaken, deze gebeurtenis(sen) op eigen kracht, zonder inschakeling van hulpverlening door de ouders of verzorgers. Bij  $\pm 20\%$  van de kinderen ontwikkelen zich problemen ten gevolge van deze gebeurtenis(sen). Óf zich problemen ontwikkelen en zo ja, welke, wanneer en hoe lang ze blijven bestaan hangt af van meerdere factoren.

Enkele factoren waarvan we weten dat ze een rol spelen zijn:

- de aard van de gebeurtenis(sen)
- hoe het kind functioneerde vóór de gebeurtenis(sen)
- het temperament van het kind
- de vaardigheden van het kind om met moeilijkheden om te gaan
- de vaardigheden van ouders/gezinsleden om met moeilijkheden om te gaan
- de reacties van de ouders / gezinsleden op de gebeurtenis (sen)
- de reacties van het kind op de gebeurtenis en hoe de ouders daarmee omgaan

Er is dus geen direct verband tussen de aard van de gebeurtenis(sen) en te verwachten reacties van het kind daarop. Ook de leeftijd van het kind op het moment dat het de gebeurtenis(sen) meemaakt, is een factor van betekenis. Kinderen laten verschillende reactievormen zien op verschillende leeftijden. Zie in tabel II hieronder een overzicht van mogelijke kenmerkende reacties in verschillende ontwikkelingsfasen.

## **Tabel II.**

### **Overzicht van mogelijke reacties in verschillende ontwikkelingsfasen**

#### **Peuters en kleuters:**

- cognitieve verwarring
- angstig hechtgedrag
- (separatie)angsten
- regressief gedrag
- posttraumatisch spel
- agressief of destructief gedrag

#### **Basisschoolleeftijd:**

- verminderde schoolprestaties
- afgenomen concentratie
- agressieve of angstige fantasieën
- onterechte schuldgevoelens
- bezorgdheid over veiligheid
- bezorgdheid om anderen

#### **Pubers en adolescenten:**

- problemen op school
- schaamte voor gevoel van kwetsbaarheid
- schaamte voor afhankelijkheid van ouders
- radicale gedragsveranderingen
- gevaarlijk gedrag
- neiging om gebeurtenis in gedrag te herhalen
- toename conflicten met ouders
- alcohol- en/of drugsmisbruik
- destructieve en agressieve fantasieën
- angst om controle te verliezen over deze fantasieën
- beperkt toekomstperspectief

EMDR komt in aanmerking wanneer het kind of de adolescent kampt met problemen, waarvan vermoed wordt dat ze te maken hebben met eerder meegemaakte ingrijpende gebeurtenissen.

Toepassing van EMDR bij kinderen kan al vanaf de leeftijd van  $\pm 2$  jaar. Ook ingrijpende gebeurtenissen die plaats vonden, nog voordat taalontwikkeling op gang is gekomen, kunnen met behulp van EMDR worden verwerkt. Bij heel jonge kinderen krijgen ouders of verzorgers een belangrijk aandeel in de behandeling.

Er zijn verspreid over ons land nu meer dan 650 kinder- en jeugdbehandelaars opgeleid in de toepassing van EMDR. Deze zijn werkzaam bij instellingen of in een eigen praktijk. Indien u hulp vraagt voor uw zoon of dochter, zal de behandelaar / instelling waarmee u in contact komt zelf bepalen op grond van zorgvuldige diagnostiek of EMDR voor uw kind in aanmerking komt.

Bij volwassenen is met meer dan 20 gecontroleerde studies overtuigend aangetoond dat EMDR een effectieve en efficiënte behandelmethodede is.

Bij kinderen komt wetenschappelijk onderzoek pas op gang. In een onderzoek (Chemtob, 2002) werd aangetoond dat EMDR effectief was voor kinderen die een eenmalige gebeurtenis (een orkaan) hadden meegemaakt. In een ander onderzoek (Jaberghaderi et al, 2004) werden de resultaten van EMDR vergeleken met cognitieve gedragstherapie bij adolescenten, die langdurig seksueel waren misbruikt. EMDR liet ook hier duidelijke effecten zien.

En in ons land is na de vuurwerkramp in Enschede een vergelijkingsstudie uitgevoerd tussen EMDR en een cognitief-gedragstherapeutisch protocol. Resultaten - van deze nog niet gepubliceerde studie- tonen eveneens aan dat EMDR effectief is voor kinderen van 4-18 jaar en mogelijk zelfs iets efficiënter is dan het gebruik van het cognitief-gedragstherapeutische protocol.

De afgelopen vijf jaar is in Nederland veel ervaring opgebouwd in de praktijk. Zowel ervaringen uit de dagelijkse praktijk als resultaten uit wetenschappelijk onderzoek stemmen hoopgevend. In de praktijk blijkt dat EMDR bij kinderen vaak nog sneller resultaten te zien geeft dan bij volwassenen. De komende jaren hopen we met wetenschappelijk onderzoek deze positieve resultaten verder te kunnen onderbouwen.

