

Het ontstaan, de nieuwste ontwikkelingen en de toekomst



De VEN vierde op 12 december 2013 een netwerk- en jubileumavond vanwege haar tienjarig bestaan. Gedurende de feestelijke avond vertelde VEN-lid van het eerste uur Ad de Jongh over de nieuwste, meest revolutionaire ontwikkeling binnen EMDR: de Flashforwards. Na de pauze vond er een discussie plaats met de circa 175 aanwezige leden op basis van stellingen die Joany Spierings inluidde met 'Het Scheppingsverhaal van EMDR'.

De feestelijk aangeklede netwerkvond gaat van start met de *Flashforward*-lezing van Ad de Jongh. Een *Flashforward* is het meest catastrofale beeld wat iemand denkt te zullen kunnen overkomen: de grootste ramp-fantasie, de kern van iemands anticipatieangst. Als je die kern 'eruit' weet te halen, wat blijft er dan nog over van de angst? Iris Engelhard deed een tweetal studies met EMDR gericht op *Flashforwards* en ontdekte dat de helderheid en de emotionaliteit van de beelden verminderden, onder invloed van de door oogbewegingen veroorzaakte werkgeheugenbelasting.

De ontdekking dat EMDR dus niet alleen kan worden toegepast op herinneringen uit het verleden, maar even goed op toekomstige rampfantasieën, is misschien wel de meest revolutionaire ontwikkeling op EMDR-gebied van de laatste jaren.

Tijdens de presentatie toont Ad een filmpje van een jonge vrouw met vlieg angst die, al snel na EMDR gericht op *Flashforwards*, het uiterst nare beeld van zichzelf in een neerstortend vliegtuig überhaupt niet meer in haar geheugen kan terugvinden. Omdat de *Flashforward* was verdwenen, was ook het idee om in het vliegtuig te stappen ineens veel minder beladen! Ad geeft vervolgens nog meer voorbeelden, waaruit blijkt dat de behandeling van de *Flashforward* uiterst effectief kan zijn in de behandeling van angststoornissen.

Ad vertelt dat in een EMDR-behandeling gericht op iemands *Flashforward* het belangrijk is het targetbeeld zo concreet mogelijk te maken. Vaak gaat het om een beeld van de ramp achter de ramp. Dus niet 'de spin op mijn lijf', maar 'de spin die in mijn vagina kruipt', of nog erger... De NC bij een dergelijk beeld is standaard: 'Ik ben machteloos', je bent immers niet bestand tegen de rampfantasie. En natuurlijk dienen daarna de *Future Template* en de *Video Check*, niet te worden vergeten.

De toepassing van EMDR gericht op iemands *Flashfor-*

ward betreft vooralsnog vooral angstklachten. Een gebied waar veel winst te behalen valt. De vraag is wat dit kan gaan betekenen voor het gebruik van het klassieke fobie-'protocol' of de 'linksom'-benadering. Er is wetenschappelijk onderzoek nodig om de effectiviteit van de behandeling van angst volgens deze 'aanvliegroutes' te vergelijken.

Toekomst van EMDR

In de pauze van de netwerkvond voeren de aanwezige leden geanimeerde gesprekken. Onder hen ook de jongere leden Inge, Evelien, Floor, Lidwien, Rahav, Nienke en Chris die filosoferen over de toekomst van EMDR. Ze verwachten dat EMDR nog veel meer zal worden toegepast en dat de neuropsychologische kant meer aandacht gaat krijgen. Er gaat duidelijk een hoopvol geluid uit van de jongere garde: geen uren lange sessies 'navelstaren' meer! En er gaat vast een EMDR-App komen. Ook verwachten de jonge leden dat EMDR een duidelijkere plek zal krijgen in de aanpak van werkgerelateerde problemen. Bovendien zullen we, door experimenteel onderzoek, meer te weten komen over de werkingsmechanismen, waardoor de toepassingsmogelijkheden van EMDR zullen toenemen. Daarnaast spreken ze de hoop uit dat de onterechte angst voor EMDR bij behandelaren zal verdwijnen. EMDR zal eerder in de opleidingen aan de orde komen. Zo krijgen studenten op de universiteit nu wel te horen over *Imaginaire Exposure*, maar niet over EMDR. Bovendien verwachten de jonge collega's dat er een geïntegreerd aanbod van EMDR, Schematherapie en Cognitieve therapie zal ontstaan.

Na de pauze luidt Joany Spierings een zaal discussie in aan de hand van Het Scheppingsverhaal van EMDR (zie blz. 32).



'Het scheppingsverhaal

Voordracht Joany Spierings over EMDR in Nederland

Bij de overgang van Netwerk naar Vereniging op 10 December 2003 in De Amershof in Amersfoort hield Joany Spierings een inleiding over de geschiedenis van EMDR en haar Vereniging. Precies tien jaar later, op hooguit 200 meter afstand van die Plek, in de Eenhoorn, vertelde ze haar 'Scheppingsverhaal van EMDR' opnieuw.

"Het eerste deel van het verhaal speelt zich af aan de andere kant van de oceaan. Veel mensen willen nu weleens de echte ontstaansgeschiedenis van EMDR horen; hoe is het nu echt gegaan? Want laten we nu eerlijk zijn, dat parkverhaal is wel erg onwaarschijnlijk; welke vrouw gaat nu in een park met haar ogen lopen zwaaien? Dat doe je toch niet? En al helemaal niet om van trauma's af te komen. Zo kan het nooit gebeurd zijn, het is een *cover-up* van het echte verhaal. Wij insiders spreken dan ook liever van het Scheppingsverhaal, en het gaat zo:

In den beginne was er Francine Shapiro, en het traumaland was woest en leeg en er was veel lijden. Toen schiep zij het Beeld. En zij zag dat het goed was. Maar toen ontbrak nog het Woord, en het Woord was de Negatieve Cognitie. En als Licht in de duisternis de Positieve Cognitie. Maar ja, daar geloofde natuurlijk geen hond in, en zo ontstond de VOC. Dat riep natuurlijk meteen veel Emoties op, dat begrijpt u wel. Maar hoeveel dan precies? Van 0 tot 10?

En nu we toch het echte verhaal vertellen, ook maar meteen dit: veel

mensen denken vandaag de dag nog dat trauma tussen de oren zit. Nou, mooi niet. Het zit in je lijf. En zo schiep Francine het Protocol, en zij zag dat het goed was.

Het verhaal verplaatst zich nu naar Nederland.

Fase I: De Pioniersfase

Aan de andere kant van de aardbol was EMDR geboren. En in Nederland lezen twee onbekende jongens een artikel en de vonk slaat over. Erik ten Broeke denkt: wat zij kan, kan ik ook en waarschijnlijk zelfs beter, en hij begint te doe-het-zelven. Erik ten voeten uit.

Ad de Jongh pakt het anders aan: hij reist af naar *Stanford University*, laat zich trainen en weet het daarna beter. Ad ten voeten uit. Verschil in aanpak hou je altijd. En deze Ad de Jongh en Erik ten Broeke vinden elkaar. Het is het begin van een vriendschap en samenwerking die legendarisch zal worden. Je hebt Koot en Bie, je hebt Arendsoog en Witte Veder, je hebt Wipneus en Pim, en je hebt Ad en Erik.

Deze fase zou ik de Pioniersfase willen noemen. Ze mailen elkaar in die tijd enkele malen per dag, ze bellen elkaar voortdurend met hun allernieuwste mobieltje, en ze hebben het samen voor elkaar gekregen om EMDR in Nederland van de grond te krijgen. Chapeau!

Fase II: De Researchfase

Terwijl Ad en Erik de eerste verbijsterende successen behalen met EMDR, trekken donkere wolken samen boven hun hoofd. Want succes roept tegenkrachten op, en de tegenkrachten laten niet lang op zich wachten. Merkelbach en trawanten beramen aanval na aanval; de helden Ad en

al van EMDR'

Erik dienen hen vaardig van repleik; therapeutisch Nederland kijkt ademloos toe. Een Vete die vele jaren zal duren, waarbij de roep om research steeds luider weerklinkt. De jonge EMDR-beweging ligt zwaar onder vuur, en alleen data kunnen de overwinning brengen.

Fase III: De Voortplantingsfase

Francine Shapiro komt aanvankelijk nog in eigen persoon naar Nederland, naar Krasnapolsky. Voor minder deden we het niet. De eerste generatie EMDR-therapeuten in Nederland. *The chosen few.*

Het EMDR-Netwerk wordt opgericht. We leven voorjaar 1994, een klein groepje mensen komt bij elkaar in het zaaltje van de Vereniging voor Hypnotherapie in Utrecht. Nu zou je er nog niet dood gevonden willen worden, maar toen was het heel wat. De allereerste supervisoren worden opgeleid, toen nog 'facilitators' geheten, maar u mag ook Apostelen zeggen.

Fase IV: De boodschap verspreidt zich

Het Netwerk groeit in de jaren die hierop volgen. Ikzelf heb de eer om gevraagd te worden voor een van de eerste presentaties: een presentatie over mislukte EMDR-behandelingen. Ad en Erik konden daar niet over meepraten, maar ik werd toen kennelijk al gezien als expert op dit gebied. Het Netwerk verhuist naar de Amershof, waar we de eerstvolgende jaren onze thuisbasis zullen hebben.

Fase V: De boodschap krijgt poot aan de grond

In de eerste jaren wordt EMDR verdacht gemaakt, belachelijk gemaakt, vals beschuldigd, voor de leeuwen

gegooid, noem het maar op. Zo gaat dat met Apostelen. Maar we blijven erin geloven, en onze jongens Ad en Erik weten slag na slag te pareren. De publieke opinie keert, en meer en meer collega's bekeren zich. We dópen wat af! De supervisie, zeg maar de biecht, wordt verplicht gesteld.

Zo Gij uw supervisieformulier niet laat aftekenen, zult ge het Rijk der Vervolgcurcus niet binnengaan! En laat de kinderen tot mij komen, met eigen trainingen. Carlijn de Roos en Renée Beer schrijven de EMDR-kinderbijbel.

Fase VI: De Hamerfase

Ad en Erik ontwikkelen zich tot de ongekroonde koningen van EMDR in Nederland, maar eenmaal per jaar komt er nog een afgezant van Francine om het werk te doen, waar Ad en Erik vervolgens weer de klauwen aan vol hebben om de fouten eruit te halen die hij erin brengt. Het Nederlandse Protocol ondergaat de ene na de andere verbetering, de domeinen worden geboren, het Beeld viert hoogtij. Ad en Erik timmeren niet alleen aan de weg, ze hameren ook. Ze hameren op het beeldje, op de cognities. Jezus wat hameren die mannen op de cognities. Ze brengen zelfs hun eigen versie van de Tien Geboden uit!!

Fase VII: De Overwinningsfase

Dan gaan de ontwikkelingen heel snel. De eerste CD met klikjes komt uit. Het is meteen een hit. Geen Amerikanen meer, het is nu allemaal Nederlandstalig wat er klinkt. Het boek. Als warme broodjes over de toonbank, mevrouwetje. De Ernst Sillemhoeve barst alweer bijna uit zijn voegen en de opmars gaat door. Hoe moet dit verder gaan?"

Discussie over de toekomst

In de daarop volgende discussie met de leden staat de toekomst van de VEN centraal: een openbaar debat over mogelijke toekomstplannen voor de VEN, wat de zaal al snel op zijn kop zet. Welke kansen liggen er op het gebied van automatisering? Is gezichtsherkenning bij het inloggen op de VEN -website een goed idee? Willen we nu wel of niet die 'EMDR App'? Kan de *Flashforward* niet gewoon op internet als *e-health*? Nee, vindt een deel van de zaal als antwoord op deze laatste vraag, de therapeut is onontbeerlijk en moet goed blijven nadenken.

"Zoek bij een Flashforward altijd naar de ramp achter de ramp"

Ad de Jongh

Andere toekomstvragen gaan over de positie van de VEN: waar staat de VEN in de politisering van de gezondheidszorg? Moet de VEN zich bezig houden met de inhoud en voor de politiek aansluiten bij grote verenigingen als NVGzP, NVVP, NIP? of moet de VEN juist geld uittrekken voor een professionele lobbyist? De VEN zou kunnen uitrekenen wat wij met EMDR besparen voor verzekeraars en politiek, vindt een deel van de zaal. Protestgeluiden zijn belangrijk, de zorgverzekeraar bemoeit zich veel te veel met de inhoud van de therapie. Bovendien is meer onderzoek naar EMDR bij andere diagnoses broodnodig, dan hebben we het bewijs aan onze kant.

Andere opties uit de zaal zijn onder meer: Hoe staat het met de *Future Templates* voor de VEN? Is het verstandig om EMDR-leertherapie op te nemen in het traject tot het practitionerschap? En hoe kunnen we ervoor zorgen dat EMDR eerder in de opleidingen onder de aandacht wordt gebracht? Een grote variëteit van meningen. Stof genoeg om over na te denken, de komende tien jaar.

Het VEN-bestuur kan terugkijken op een zeer geslaagde en inspirerende jubileum-netwerkavond.

