



Carlos en zijn verdwenen ouders

Tekst en foto's: **Janni Dekker**

Carlos is 7 jaar en woont met zijn Nederlandse moeder en Spaanse vader in Spanje. Rond zijn eerste jaar kreeg hij twee broertjes, een tweeling, die vijf weken te vroeg, in het ziekenhuis werden geboren. Toen Carlos met zijn grootmoeder Nana mee mocht om te gaan kijken, zag hij door het glas zijn moeder en vader, elk met een kind op de arm. Carlos begon te huilen, zijn moeder zag dat en Nana voelde hoe hij verstrakte.

Carlos was daarna regelmatig ziek en zijn ontwikkeling verliep moeizaam. Hij kreeg twee jaar lang begeleiding van een psycholoog. Hij was vaak boos, moe en verdrietig en hij heeft langere tijd buitenshuis niet willen praten. De grootmoeder had gehoord over EMDR bij preverbaal trauma en vroeg of dit iets voor Carlos zou kunnen zijn. Ze was er van overtuigd dat Carlos was veranderd van vrolijk naar teruggetrokken, na het bezoek in het ziekenhuis. Ze liet het verschil zien aan de hand van foto's.

Via e-mail nam ik de geschiedenis van Carlos nog een keer met zijn moeder door, en we maakten een afspraak voor EMDR. We bereidden per e-mail de sessie voor. Ik vroeg haar het verhaal van te voren zo uit te schrijven, dat ze het tijdens de sessie met zoveel mogelijk beelden zou kunnen vertellen, terwijl Carlos naar haar zou luisteren en tegelijkertijd zijn aandacht zou richten op de klikjes die door een koptelefoon worden aangeboden.

Doosje met herinneringen

Carlos en zijn moeder zijn naar Nederland gekomen voor de EMDR-behandeling. Om Carlos uit te leggen wat we gaan doen, gebruik ik een juwelendoosje met twee ver-

diepingen. Aan de binnenkant van het deksel zit een spiegeltje waarin Carlos zichzelf kan zien. De bovenste verdieping bestaat uit drie vakjes en daaronder een onverdeelde ruimte. Ik vertel Carlos dat het een doosje is waar je herinneringen in kunt doen. De hele fijne herinneringen in het linkervakje. Als voorbeeld van een fijne herinnering geeft hij de Efteling en voetballen met Papa. Hij schrijft deze woorden op en stopt ze in het betreffende vakje. Het middelste vakje is bestemd voor de gewone herinneringen. Hij noemt hier als voorbeeld 'tandenpoetsen en naar bed gaan', en ook deze schrijft hij op en stopt ze in het vakje. Ik vertel hem dat in het rechternakje de nare herinneringen zitten die naar het onzichtbare onderste laagje gaan, als we ze goed bekijken. Van die laatste soort herinneringen kan Carlos geen voorbeeld geven. Mama wel. Ze vertelt over

de blijdschap die ze voelde toen Carlos geboren werd, en over hun leuke leven met z'n drietjes. Maar ook over de turbulentie die ontstond als gevolg van de komst van de tweeling, en over hoe Carlos niet bij hen mocht zijn omdat de tweeling nog te klein was, en het gebrek aan aandacht voor hem daardoor, en tenslotte over zijn boosheid en verdriet.

Carlos zit dicht bij mama, luistert naar haar en naar de klikjes. Op de vraag wat nou het naaste was om te horen, kan hij geen antwoord geven. Ik vertel hem dat ik, net als hij, heb geluisterd naar mama en dat misschien wel het naaste voor hem was dat hij dacht dat Mama en Papa weg waren toen hij ze zag met elk een ander kind op de arm. Hij knikt. Als reactie op de vraag of Mama en Papa nog steeds weg zijn, breekt hij en schudt ontkennend zijn hoofd. Mama troost hem, stelt

hem gerust, vertelt hoe speciaal hij voor hen is en waarom zo iets nooit meer zal gebeuren. Daarna sluiten we de sessie af.

De moeder van Carlos mailde hierna hoe blij ze was te zien dat hij niet blokkeerde, hoe goed hij de dingen had weten te benoemen en zijn emoties had weten te tonen. Hij was nu lekker open. Ze vertelde dat ze het superfijn had gevonden en er was ook een last van haar afgevallen.

Zes weken later schrijft ze dat het goed gaat met Carlos. Ze vindt hem lossier en heeft het idee dat hij wel lekker in zijn vel zit. Hij praat ook wat meer. Ze had hem gevraagd of hij zich nu wat beter voelt, maar dat vindt hij zelf niet zo merkbaar. Zijn moeder voegt hieraan een *smiley* toe en eindigt met: "Ik vond het ook een fijne ervaring."

