

Plaatje bij het praatje

Tekst: **Deana de Zwart** Foto: **Nienke Hofstede**

Sommige patiëntengroepen hebben baat bij het gebruik van visuele middelen in hun behandeling. Petra Spuijbroek heeft daar als autismedeskundige veel ervaring mee. Ze staat aan de wieg van de ontwikkeling van pictogrammen die het EMDR-protocol ondersteunen. De VEN stelt deze pictogrammen via haar website beschikbaar voor de leden. Hoe gebruik je deze pictogrammen? En wat vraagt een EMDR-behandeling bij patiënten met een Autisme Spectrum Stoornis (ASS) van een behandelaar?



Petra Spuijbroek heeft al ruim twintig jaar ervaring met patiënten met een Autisme Spectrum Stoornis. In het Centrum Autisme in Leiden geeft ze onder andere EMDR-behandelingen aan kinderen, volwassenen en gezinnen. Vol enthousiasme vertelt Petra over haar werk: "Ik hoor vaak dat EMDR-therapeuten het moeilijk vinden om mensen met ASS te behandelen, omdat deze patiënten niet kunnen aangeven wat ze denken of voelen, of omdat ze zeggen dat er niets opkomt tijdens de EMDR-procedure. Toch is EMDR juist zeer geschikt voor patiënten met ASS omdat het een heel overzichtelijke en voorspelbare behandeling is. Het is altijd hetzelfde en dat is voor mensen met autisme heel prettig. Wel hebben ze extra ondersteuning nodig van de therapeut. Zo hebben mensen met ASS veel moeite met het benoemen van hun gevoelens. Niet omdat ze niets zouden voelen, maar omdat ze niet weten of dat gevoel nu bang, boos of verdrietig heet. Ook vinden ze het moeilijk om een NC te benoemen of om aan te geven wat ze liever over zichzelf zouden denken, omdat ze het moeilijk vinden om op zichzelf te reflecteren. Dat vraagt om een meer directieve benadering vanuit het kinderprotocol, ook bij volwassenen. Per patiënt moet je erg op zoek gaan naar datgene wat werkt. Elke behandeling is zo'n uitdaging! Visuele middelen helpen daarbij. Zo hebben we ook pictogrammen ontwikkeld."

Goed doordachte pictogrammen

Ontwerper Mischka Zeldenrust vertaalde op verzoek van het Centrum Autisme het EMDR-protocol in pictogrammen. "Dat was een hele procedure van ontwerpen, bespreken van de ontwerpen in de Special Interest Group (SIG) Autisme, verbeteringen voorstellen en bespreken en de ontwerpen aanpassen", vertelt Petra. "Zo stond er op

het plaatje bij de stap 'Wat komt er op/ wat merk je?' eerst een poppetje met een denkwoolkje naast zijn hoofd, maar na overleg is dat een poppetje geworden met een denkwoolkje dat uit zijn hoofd komt én een 'voelwoolkje' dat uit zijn hart komt!" Het resultaat van alle overleg en aanpassingen is een reeks van ruim twintig goed doordachte pictogrammen. Petra laat een blad met zwart-wit pictogrammen zien die met klittenband op een groot vel geplakt zijn. "Aan de hand van deze pictogrammen leg ik patiënten uit hoe de EMDR-procedure verloopt. Ik laat bijvoorbeeld een pictogram zien met een pratend hoofd en zeg dat we vandaag gaan praten. Vervolgens neem ik zo het hele protocol met ze door. Ze krijgen alle pictogrammen in de juiste volgorde verkleind gekopieerd mee naar huis, zodat ze kunnen zien wat we de volgende keer gaan doen. Tijdens de EMDR-procedure haal ik dan van elke stap die we hebben gedaan het pictogram van het blad en doe deze in een bakje. Zo heeft de patiënt letterlijk overzicht over hoe ver we zijn in het proces en welke stappen we nog moeten doen. Als we klaar zijn, komen we uiteindelijk bij deze 'picto'." Petra wijst naar een pictogram van een opgestoken duim. "Dan heb je het goed gedaan!"

De pictogrammen zijn bruikbaar voor iedereen die een concrete benadering en meer visuele ondersteuning nodig heeft. Dus bijvoorbeeld ook voor de groep met een licht verstandelijke beperking. Inmiddels zijn de pictogrammen overgedragen aan de VEN en via de website beschikbaar voor alle leden.

Meer visuele middelen

Naast de pictogrammen heeft Petra nog andere visuele middelen in haar EMDR-koffertje: "Ik ga bij elke patiënt opnieuw op zoek naar wat werkt. Zo gebruik ik voor ▶

jongens en meisjes de SUD/VOC-kaarten die Silverkit uitgeeft, maar als de tekeningetjes die daarop staan afleiden in plaats van ondersteunen, dan werk ik alleen met een balkje met getallen erop. Soms gebruik ik een balk met grijze kraaltjes die wit worden als patiënten aanwijzen wat de SUD/VOC is, of hoe naar het nu nog is om aan het beeld te denken. Deze kraaltjes gebruiken we dan in plaats van de SUD/VOC-kaarten of het getallenbalkje. Soms vergeten kinderen met hun ogen de bewegingen te volgen of ze vinden het eng, en dan werk ik ook met de koptelefoon of de buzzers. Ouders maken weleens een heel beeldverhaal van de traumatische gebeurtenis aan de hand van de foto's die ze hebben. Waar mogelijk laat ik tekeningen maken bij het kiezen van een targetbeeld of van een prettige plek bij de start van een behandeling."

"EMDR is juist zeer geschikt voor patiënten met ASS omdat het een heel overzichtelijke en voorspelbare behandeling is."

"Patiënten met ASS zijn net als getraumatiseerde mensen sneller boos of verdrietig, dus heb ik ook de *Window of Tolerance* in A4-formaat geplastificeerd bij me om deze uit te leggen. Op de ene kant staat een *Window of Tolerance* met de stress van een gemiddeld persoon, en op de andere kant de versie van het verkleinde raampje van mensen met ASS en/of trauma." Petra laat twee grafische weergaves van de *Window of Tolerance* zien. "Ik laat kinderen tekenen hoe hun dag eruit heeft gezien, en bijvoorbeeld de moeder tekent hoe háár dag eruit heeft gezien. Vervolgens vergelijken we die tekeningen met mijn 'geplastificeerde uitleg' en bespreken wat er is gebeurd. Aan de hand van de tekeningen en de *Window of Tolerance* kun je het stressniveau en de emoties goed bespreken. Naast het zo concreet mogelijk maken van de behandeling door de visuele middelen is het ook belangrijk om geen lange verhalen te vertellen, maar zo compact en concreet mogelijk te praten."

EMDR en diagnostiek

Bij het Centrum Autisme worden kinderen ook aangemeld met de vraag of er sprake is van autisme. "Nu we diagnostiek van trauma mee laten lopen in onze diagnostiekfase, zien we dat vermeend autistisch gedrag ook traumagerelateerd gedrag kan zijn. We willen heel graag onderzoek doen naar het beeld van ASS. Ik heb een kind behandeld dat niet sprak, maar dat wel weer ging doen na EMDR. Dat

kan natuurlijk toeval zijn, maar dat is nooit onderzocht. Ook zie ik vaak dat een kind socialer wordt en meer zelfvertrouwen krijgt na een EMDR-behandeling. Als er sprake is van een onderliggend trauma, dan bieden we eerst EMDR aan voordat we diagnostiek doen. Dan zie je een kind soms in zes weken zó opknappen, dat we bespreken om de diagnostiek nog even uit te stellen en eerst het effect van de EMDR-behandeling af te wachten. Want misschien is het alleen het trauma geweest dat het bijzondere gedrag veroorzaakte."

Cursus EMDR en Autisme

Petra's werkplek in Leiden bevindt zich op twee verdiepingen. Op de bovenste verdieping liggen de kantoorruimtes met flexwerkplekken. De verdieping daaronder met de behandelruimtes oogt prikkelarm, maar wel vriendelijk door de lichte fotoprints op de muren en ramen. De spreekkamers zijn eenvoudig gemeubileerd en in de spelkamers staan de materialen zoveel mogelijk in gesloten kasten om niet af te leiden. Petra werkt bij voorkeur in de spelkamer voor adolescenten. "Voor patiënten met ASS is het prettig als de behandeling steeds in dezelfde ruimte plaatsvindt. Bovendien hangt hier een camera in een bol aan het plafond, zodat ik alles kan opnemen."

Petra maakt beeldopnames van al haar EMDR-sessies. Niet alleen om deze zelf, met collega's of met patiënten terug te kunnen kijken en tijdens de sessies zo min mogelijk te schrijven, maar ook om het beeldmateriaal te kunnen gebruiken tijdens de cursussen die ze geeft. "In de cursus 'EMDR en autisme' bespreken we de bijzonderheden van het werken met patiënten met ASS, geïllustreerd met video's. Bijvoorbeeld hoe patiënten kunnen uitwijden en met oneindig veel details komen als je ze vraagt wat er opkomt, of wat te doen als ze juist aangeven dat er niets opkomt. Cursisten nemen ook zelf casuïstiek mee die we dan bespreken. We staan stil bij het gebruik van de pictogrammen en andere middelen. Het is wel belangrijk dat je de vervolgopleiding EMDR Kind en Jeugd hebt gevolgd voordat je de cursus EMDR en autisme kunt volgen. Je moet het kinderprotocol goed in de vingers hebben, voordat je de benodigde uitzonderingen kunt maken."

Deze drie uur durende cursus EMDR en autisme wordt een paar keer per jaar gegeven voor groepen van ongeveer vijftien personen. ■

Petra Spuijbroek werkt sinds 2000 bij Centrum Autisme (Rivierduinen) in Leiden als GZ-psycholoog en systeemtherapeut. Daarnaast heeft ze haar eigen praktijk waar ze onder andere cursussen aanbiedt (www.ziezo-praktijk.nl).