

Research tracks op het Europese EMDR congres

Tekst: Suzanne van Veen Foto: Zout Fotografie

Tijdens het Europese EMDR congres vonden de *research tracks* plaats in de Kilimanjaro zaal. Met een wirwar aan gangen was deze zaal niet bepaald goed te vinden, toch werden de *research tracks* goed bezocht. Het niveau van de gepresenteerde studies was hoog en zeer gevarieerd: van grote multicenter *randomised controlled trials* (RCT's) tot kleine fundamentele studies uit het lab.



De *research track* op de eerste congresdag werd geopend door Tonnie Staring, klinisch psycholoog bij Altrecht. Hij presenteerde de resultaten van een RCT, waarin de EMDR-‘rechtsom methode’ werd vergeleken met de *Competitive Memory Training* (COMET) bij angstpatiënten met een laag zelfbeeld. Daar waar EMDR zich richt op het desensibiliseren van negatieve herinneringen die gevoelsmatig als bewijs dienen voor een negatief zelfbeeld, richt COMET zich op het activeren van positieve herinneringen om het zelfbeeld te verstevigen.

De methoden zijn direct met elkaar vergeleken in een *cross-over design*: patiënten kregen eerst zes EMDR-sessies en daarna zes COMET-sessies, of vice versa. Wat bleek? Het zelfbeeld knapte beduidend meer op na COMET dan na EMDR. Daarnaast was er ook een volgorde-effect: wanneer patiënten eerst COMET kregen en daarna EMDR, zette het behandel-effect na de eerste termijn nog door naar de tweede termijn, maar wanneer patiënten eerst EMDR kregen, gebeurde er vrij weinig tijdens deze behandeltermijn en werd ook het effect van COMET daar-

na gedrukt. De studie is onlangs gepubliceerd in *Behaviour Research and Therapy*.

Generalisatie-effect

Markus Stingl en zijn collega's voerden in Duitsland een multicenter RCT uit naar de effectiviteit van EMDR bij 139 patiënten met PTSS. Het design was simpel: voor en na de behandeling werden verschillende vragenlijsten afgenomen. Stingl was geïnteresseerd in het generalisatie-effect van EMDR. Oftewel: leidt EMDR, naast een afname in PTSS-symptomen, mogelijk ook tot een afname in comorbide pathologie, zoals depressieve-, angst- en somatisatieklachten? Deze hypothese kon worden bevestigd. Naast klachtenvermindering werd ook verbetering gevonden op het gebied van emotieregulatie en zelfbeeld. Helaas ontbrak in deze studie een controleconditie, zodat we niet weten of het effect kan worden toegeschreven aan het verstrijken van de tijd of aan unieke elementen van de behandeling zelf. Daarnaast is het ook nog onduidelijk hoe een mogelijk generalisatie-effect verklaard zou kunnen worden.



EMDR bij alcoholverslaving

Wiebren Markus opende op de tweede congresdag de *research track* over verslaving, depressie en neurobiologie. Hij presenteerde de voorlopige resultaten van een grote RCT (N>100) naar de effectiviteit van EMDR in vergelijking met *treatment as usual* (TAU) bij patiënten met een alcoholverslaving. Deze indrukwekkende RCT voerde hij uit in het kader van zijn promotietraject in samenwerking met Hellen Hornsveld. Twee jaar geleden presenteerden Markus en Hornsveld op het Nederlandse congres al het onderzoeksdesign en behandelprotocol voor deze studie. Bij verslaving kan gewerkt worden aan verschillende targets, onder andere negatieve ervaringen uit het verleden, positieve *flash forwards* (bijvoorbeeld het inbeelden van een biertje op het terras) en negatieve *flash forwards* (bijvoorbeeld uitgaan met vrienden wanneer je gestopt bent met drinken). De RCT werd uitgevoerd in zes verslavingsklinieken in Nederland en de data werd verzameld over een periode van acht maanden per patiënt (pre, post en follow-up na één en zes maanden).

Uit de data blijkt geen verschil tussen de twee behandelcondities op het gebied van zelfgerapporteerde en objectief gemeten (aan de hand van bloedsamples) alcoholconsumptie. De condities verschilden ook niet in mate van *craving* en duur tot terugval. De gevonden resultaten impliceren dat EMDR in de huidige toegepaste vorm geen effectieve behandeling is voor verslavingsproblematiek. De onderzoekers zijn van plan om gerichte experimentele studies uit te voeren om meer te weten te komen over de mechanismen van verandering bij deze moeilijke doelgroep.

Angst aanleren bij PTSS-patiënten

De Franse onderzoekster Stéphanie Khalfa bracht EMDR terug naar het lab. Zij haalde eerder onderzoek aan waarin getoond werd dat de mechanismen van angst af- en aanleren bij PTSS-patiënten verstoord zijn. In het kort: angst wordt sterker aangeleerd en moeilijker afgeleerd. Khalfa

toonde met behulp van een *fear conditioning* paradigma aan dat deze kwetsbaarheden verminderen na EMDR-behandeling. Zij vond een significante verbetering op fysiologische maten en in de hersenen (amygdala, hippocampus en ventro-mediale pre-frontale cortex), gemeten met fMRI. Helaas werd ook in deze studie geen controleconditie meegenomen. Om de processen van leren, geheugen en emotie nog beter te begrijpen voeren de Franse onderzoekers nu experimenten uit bij muizen. De eerste studie toonde aan dat muizen waarbij angst is aangeleerd, minder *freezing* laten zien na het maken van oogbewegingen dan muizen die geen oogbewegingen kregen. Een spannende onderzoekslijn waar hopelijk volgend jaar tijdens het EMDR Europe congres in Barcelona meer over wordt verteld.

Levendige discussie

Op het congres in Den Haag werden in totaal drie studies tijdens de research tracks gepresenteerd die zich bogen over een controversie binnen de EMDR-literatuur: het wel of niet toepassen van oogbewegingen bij het *resource development and installation* (RDI)-protocol. Dit protocol werd door Andrew Leeds ontwikkeld voor het verstevigen van positieve representaties. Hij pleit voor het toepassen van oogbewegingen bij deze procedure om het positieve materiaal zo beter te 'installeren'. Hornsveld vond daarentegen in haar studies dat het maken van



oogbewegingen het positieve materiaal juist verzwakte, wat verklaard kan worden vanuit de werkgeheugentheorie. De drie studies hadden ieder een ander design (onder andere steekproef, gebruik van controlegroep, behandel-/manipulatieuur en uitkomstmaten).

De resultaten waren verre van eenduidig en dit leverde een levendige discussie op, zowel tussen de onderzoekers onderling als tussen de onderzoekers en het publiek. Een mooi congresmoment was de enthousiaste reactie van de Japanse onderzoekster Tamaki Amano toen Leeds en Hornsveld zich vanuit het publiek kenbaar maakten. Het is duidelijk dat het laatste woord over de rol van oogbewegingen in het RDI-protocol nog niet is gezegd. Misschien is het tijd voor een collectieve replicatiestudie in onafhankelijke onderzoeksgroepen? ■