

# Nieuwe producten voor EMDR-therapeuten

Tekst: Tina Vreys

Het veld rondom EMDR is continu in beweging. Zo is er recent een aantal producten op de markt gekomen die EMDR-therapeuten kunnen ondersteunen in hun werk. EMDR Magazine licht een aantal bijzondere producten nader toe.



## Boekje *The Window of Tolerance*

Om te voorkomen dat patiënten afhaken tijdens trauma-verwerking is het belangrijk om ze goed voor te bereiden op oplopende spanning, problemen positief te labelen als 'nuttig' voor de behandeling en de patiënten bekend te maken met het concept van de *Window of Tolerance*. Het boekje hierover heeft als doel om de uitleg van dit concept visueel te ondersteunen, waarbij een getekend raampje als 'taal' wordt gebruikt.

Het boekje is geïnspireerd door, en ontwikkeld in een behandelsetting waar fors getraumatiseerde meiden vaak tegen de bovengrens van hun 'raampje' zitten. Aanvankelijk waren er losse schetsen die ter plekke gemaakt werden; inmiddels is er dit boekje dat op tafel kan worden neergezet. De afbeeldingen zijn telkens in twee versies afgedrukt: een bladvullende tekening zonder tekst voor de patiënt en aan de andere kant dezelfde tekening met een tekstsuggestie.

De eerste tekening toont een raam, waarbij de ruimte tussen de vensterbank en het rolgordijntje het gebied van optimale spanning voorstelt. Als je te laag in je spanning zit, word je onvoldoende uitgedaagd. Dat lijkt een comfortabele positie, maar je leert niets. Dit komt overeen met hypoarousal, en de illustratie toont dat je blik

niet boven de vensterbank uitkomt. Met hyperarousal wordt juist bedoeld dat je te hoog in je spanning zit. Op de tekening kijk je dan letterlijk tegen het rolgordijntje aan en niet meer door het raam naar buiten.

De laatste tekeningen in dit boekje geven de mogelijkheid om een eigen raam te kiezen en daarin aan te geven hoe hoog de actuele spanning is. Er is gekozen voor verschillende soorten raampjes, omdat de situaties van patiënten erg van elkaar kunnen verschillen. De een kan bijvoorbeeld meer hebben dan de ander, vanwege verschillen in aanleg, in wat ze meemaakten, in hoe ze daarop reageerden of in hoe ze zijn opgevangen. Je kan vanaf de start een betrekkelijk klein raampje hebben gehad, maar het kan ook zijn dat je rolgordijntje door al je ervaringen wat is gezakt en je nu heel snel aan je bovengrens bent. Te bestellen via [www.graviant.nl](http://www.graviant.nl) voor €15,95.

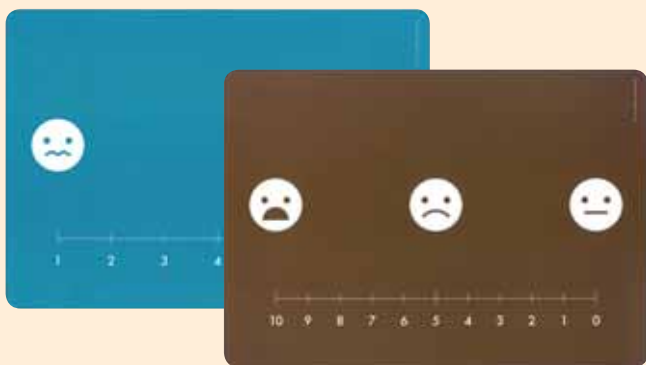
## SUD- en VoC-kaarten voor patiënten met een beperking

Tamara Konings, werkzaam bij Silver, werd geconfronteerd met de vraag om, in navolging van de SUD- en VoC-kaarten bij kinderen, iets soortgelijks te ontwikkelen voor volwassenen. Voor sommige doelgroepen, zoals volwassenen met een verstandelijke beperking, zijn de begrippen SUD en VoC te abstract. Andere doelgroepen, zoals doven en slechthorenden, of mensen met een afasie, kampen met een taalbarrière.

De nieuwe kaarten zijn getekend door Suus van de Akker. Er is een kaart voor mannen en voor vrouwen gemaakt. En net als bij de kinderkaarten is er gekozen om de voorkant en de achterkant van de kaart te voorzien van een andere kleur, om het verschil in meetinstrument te benadrukken. Oranje staat bijvoorbeeld voor het vaststellen van de SUD. Tekeningen van gespannen en rustige poppetjes geven verduidelijking. De andere kant van de kaart is groen en wordt gebruikt voor het vaststellen van de



VoC. Ook hier helpen de universele tekeningen om vast te stellen welk cijfer het meest passend is voor de patiënt. De kaarten lijken goed toepasbaar bij de behandeling van volwassenen met een beperkt intelligentieniveau of een lager verworven taalniveau. De kaarten worden onder andere gebruikt bij de Geestelijke Gezondheid en Maatschappelijke Dienstverlening (GGMD), en de GGZ voor doven en slechthorenden. De kaarten zijn verkrijgbaar via [www.silverkit.nl](http://www.silverkit.nl) en kosten €5,- per kaart.



### SUD- en VoC-kaarten voor positieve en negatieve targets

Het desensibiliseren van disfunctionele positieve emoties is een nieuwe toepassing binnen EMDR. Met name vanuit de klinische praktijk komen steeds meer aanwijzingen dat EMDR een buitensporige behoefte aan verslavende middelen of seksueel grensoverschrijdend gedrag kan verminderen. Nina ten Hoor, GZ-psycholoog bij de Waag, heeft onderzoek gedaan naar het verminderen van positieve gevoelens bij exhibitioneren, waarbij ze deze behandeling heeft vergeleken met cognitieve gedragstherapie. Omdat de patiëntengroep voornamelijk bestond uit mensen met een verstandelijke beperking en omdat er niet alleen met negatieve maar ook met positieve targets gewerkt werd, heeft zij een visuele ondersteuning ontwikkeld in de vorm van *rating*-kaarten.

Om de negatieve targets te bespreken, heeft zij gekozen voor een bruine kaart, omdat dit een kleur is die gevoelsmatig negatief aandoet. Deze wordt dan gebruikt om de SUD aan te geven. Aan de achterkant is de kaart blauw, een kleur die kan staan voor vertrouwen, hoop en stabiliteit. Deze kant gebruikt de therapeut dan voor het bepalen van de VoC.

De positieve targets worden besproken met een oranje kaart. Deze kleur staat hier voor een sterke energie of aantrekkingskracht zoals dat bij een drang of *craving* het geval is. Voor de *rating* van de oranje kaart kan gedacht worden aan termen als *Level of Urge* of *Level of Positive affect*. De *rating* wordt als een liniaal weergegeven om het zo concreet mogelijk te maken voor de doelgroep. Geïnteresseerden kunnen de kaarten bij Nina ten Hoor bestellen voor €5,- per stuk via [ntenhoor@dewaagnederland.nl](mailto:ntenhoor@dewaagnederland.nl)

### Nieuwe EMDR kit

Els van Rijn, EMDR-supervisor en eigenaar van Psy-zo! (een ggz-instelling gespecialiseerd in het behandelen van trauma en nare ervaringen) is betrokken bij de ontwikkeling van de nieuwe EMDR kit.

Deze EMDR kit 2 omvat een lichtbalk, trillers en een koptelefoon. Ze kunnen tegelijkertijd, of afzonderlijk, gebruikt worden. De snelheid, intensiteit, breedte en kleur van de lichtbalk kunnen aangepast worden, evenals de snelheid en intensiteit van de trillers en de koptelefoon. De EMDR kit 2 onderscheidt zich van zijn voorganger door het design met een moderne uitstraling, bovendien is de adapter nu compleet draadloos. De EMDR kit 2 is bestuurbaar met de EMDR kit app die gratis is te downloaden op *smartphone* of *tablet* (iOS of Android). De therapie kan starten na koppeling van *smartphone* of *tablet* met de EMDR kit. Als het apparaat eenmaal verbonden is, zal de app dit onthouden en de volgende keer automatisch verbinding maken. Tijdens een sessie kan de app de verschillende onderdelen aansturen en de instellingen wijzigen, zoals de snelheid aanpassen of een andere kleur voor de lamp kiezen.

De EMDR kit 2 is vanaf november 2016 beschikbaar via [www.EMDRkit.com](http://www.EMDRkit.com) en kost nu als pre-order €425,-. VEN-leden kunnen de kit bestellen met vijf procent korting. ■

*Alle genoemde producten zijn ook aan te schaffen via [emdrshop.com](http://emdrshop.com)*

