



EMDR kit on tour

Tekst: **Jacqueline de Groot**

Eerlijk is eerlijk, de beste aanschaf in mijn leven als therapeut was toch wel de EMDR Kit. Het tijdperk van *frozen shoulders* en slijmbeursontstekingen behoort nu tot het verleden. Dit stukje technisch vernuft biedt veel mogelijkheden en heeft zelfs een zekere allure. Het bijbehorende statief is misschien niet van wereldklasse, maar de Chinezen diep in de binnenlanden van Quandong hadden waarschijnlijk niet op het eclatante succes van hun product gerekend. Ik spreek nog altijd over EMDR Kit 1, hoewel deze inmiddels al lang en breed vervangen is door EMDR Kit 2. Zelf kan ik mijn geluk over EMDR Kit 1 nog steeds niet op en ik raak er, zoals u merkt, niet over uitgepraat.

Omdat ik in twee praktijken werkzaam ben, heb ik er de bijbehorende 'speciaal ontworpen' tas in de kleur rood bij genomen. Handig om aan je fietsstuur te hangen of om mee te nemen in tram of metro.

De EMDR Kit roept allerhande reacties en associaties op bij onze medemens. "Ga je biljarten?", vroeg de tramchauffeur onlangs aan mij. Alsof ik iedere dag met mijn keu onder de arm naar mijn werk ga om in de pauze wat te snookeren. Maar ook 'werphengel', 'aspergeprikker' en 'Kalasjnikov' werden gesuggereerd als mogelijke inhoud van deze nieuwsgierig makende tas.

Niet lang geleden heb ik hem eens in een restaurant laten staan, waar ik een succesvolle sessie had gevierd met appeltaart met slagroom. Ik werd overspoeld door zorgen: 'Als er maar niets met de EMDR Kit is gebeurd.' Gelukkig hadden ze er netjes op gepast en kreeg ik hem van de ober terug. Uiteraard met een vragende blik, die leek te zeggen: "Wat zit hier in godsnaam in?"

Onlangs vergat ik hem mee naar binnen te nemen, nadat ik mijn fiets op slot zette en de speciaal ontworpen tas achteloos op de tuintafel had gezet. Na een nacht in de vrieskou te hebben doorgebracht zat er een laag witte rijp op de fleurige hoes. Het exemplaar bleek gelukkig onverwoestbaar, want de lampjes vlogen de volgende ochtend in alle kleuren nog altijd van links naar rechts en de tactiele handentrillertjes vibreerden dat het een lieve lust was.

Langzamerhand trad er toch een zekere verving op om dat ding iedere keer mee te moeten sjouwen. Ik besloot een EMDR Kit 2 aan te schaffen, al was het alleen maar om van dat gezeul af te zijn. Wat een design en wat een luxe. Draadloos en aansluitbaar op je *smartphone* en je hoeft niet de stroeve uittrekbare pootjes van het statief vloekend met een schoen naar binnen te slaan, want ze zijn vervangen door een min of meer solide statief.

Onlangs vroeg een vriendin die in Parijs woont of ik een Franse EMDR-therapeut ken. Ze wilde graag EMDR doen, omdat ze al zeven jaar lang last had van een trauma. De nare situatie blokkeerde haar zodanig dat ze niet meer kon functioneren en ze op het punt stond haar baan op te geven. Omdat Franse EMDR-therapeuten bekend staan om het werken met 'een Franse slag', besloot ik het zelf maar te doen.

Gewapend met mijn EMDR Kit toog ik in de Thalys naar Parijs. De sessies verliepen voorspoedig en op de terugweg had ik mijn lamp wederom zorgvuldig in mijn reistas opgeborgen. Om terroristische acties te voorkomen moeten treinreizigers zich, je waant je op een vliegveld, door de intensieve veiligheidsprocedure werken. Ik werd, nadat ik mijn markante reistas in het elektronische gluurapparaat had gedaan, door een imposante douanier uit de rij gevestigd. "Qu'est ce que c'est?", vroeg hij, zenuwachtig wijzend op de EMDR Kit. "C'est une lumiere psychologique", zei ik. "Ahh, mais oui", mompelde de man en hij knikte instemmend, alsof hij net dertig EMDR-sessies achter de rug had.

Goddank, ik mocht door! In de trein las ik een mail van mijn Franse vriendin. "Ik heb nog een aantal mensen voor je die EMDR willen doen, wanneer ben je weer in Parijs?", schreef ze. Je komt nog eens ergens met zo'n EMDR Kit!

Jacqueline de Groot is psycholoog en seksuoloog NVVS.

Haar specialisatie is EMDR bij seksuele problemen.