

EMDR en hervonden herinneringen

Tekst: Carlijn de Roos, Rik Knipschild, Ad de Jongh & Iva Bicanic

Recent kwam het thema 'hervonden herinneringen' verschillende keren in de media naar voren. Al sinds de jaren negentig worden er met enige regelmaat publieke discussies hierover gevoerd. Er zijn klinici die vinden dat herinneringen aan gebeurtenissen, waar de patiënt zich niet eerder bewust van was, verwijzen naar trauma's die daadwerkelijk hebben plaatsgevonden, maar waarvan de herinnering was verdrongen, vergeten of gedissocieerd. Aan de andere kant laten klinici en experimenteel psychologen ruimte voor andere reconstructies en scenario's van 'hervonden' herinneringen, zoals pseudo- of fictieve herinneringen, die door eigen fantasie of door het toepassen van suggestieve vragen of technieken van therapeuten tot stand zijn gekomen.

In de hernieuwde discussie over hervonden herinneringen doet zich de vraag voor of traumagerichte behandeling, zoals EMDR, kan bijdragen aan het ontstaan van dergelijke pseudoherinneringen (Wessel e.a., 2017) en dus schadelijk kan zijn voor de patiënt. Met name zijn er zorgen over de toepassing van 'de Verhalenmethode' (Lovett, 1999; 2015). Deze methode, ook wel *Lovett-methode* genoemd, wordt gebruikt om herinneringen te activeren en te desensibiliseren als de therapeut en de ouders de hypothese hebben dat de aangemeldklachten gerelateerd zijn aan 'preverbaal trauma'. Het gaat dan om traumatische gebeurtenissen, zoals een ongeluk, mishandeling of een ingrijpende medische ingreep, die in een tijd plaatsvonden waarin het kind er nog geen woorden voor had. Bij toepassing van de Verhalenmethode schrijven de ouders/verzorgers een verhaal over de gebeurtenis die het kind heeft meegemaakt. Een belangrijk uitgangspunt hierbij is dat de feiten, gedragsobservaties van de betreffende gebeurtenis(sen) in het verhaal centraal staan en niet de beleving van de (pleeg-)ouder/verzorger. Vervolgens wordt het opgestelde verhaal aan het kind verteld. Dit gebeurt in het bijzijn van de therapeut die tegelijkertijd een werkgeheugen belastende taak aanbiedt waardoor na activering van de geïdentificeerde herinnering(en) kan worden gedesensibiliseerd. Deze methode wordt vooral bij

kinderen onder de vier jaar ingezet, maar soms ook bij oudere kinderen en volwassenen met een verstandelijke beperking, functionerend op een ontwikkelingsleeftijd in de range tussen 0 en 18 jaar, wanneer de behandelaar een relatie veronderstelt tussen de actuele klachten en traumatische gebeurtenissen in het verleden.

Voorkomen van foutieve herinneringen

Naar aanleiding van de hernieuwde discussie over de betrouwbaarheid van herinneringen vraagt het VEN-bestuur aan de leden om te handelen in lijn met de adviezen uit het rapport van de Gezondheidsraad (2004) over *Omstreden herinneringen*. Eerder verscheen in EMDR Magazine een artikel waarin de auteurs verwezen naar deze adviezen (de Jongh, Bicanic & Eimers, 2016). Ook adviseert het bestuur van de VEN de beroepscode van de *Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie (NVP)* (Dalewijk e.a., 2017) te volgen. In deze beroepscode is onder andere opgenomen dat een therapeut zijn patiënten expliciet dient te informeren dat (nieuwe) herinneringen die tijdens, of als gevolg van, de behandeling opkomen niets hoeven te zeggen over het waarheidsgehalte van deze herinneringen. *"Veel vormen van psychotherapie stimuleren het opkomen van herinneringen en*

dragen bij aan herinterpretatie ervan. De psychotherapeut dient zich er steeds van bewust te zijn dat de in een psychotherapeutisch contact opkomende herinneringen wel mogelijkwijs maar niet noodzakelijkerwijs een accurate weergave van de werkelijkheid vormen” (Dalewijk e.a., 2017 p. 14). Kortom, het is van belang om terughoudend te zijn met suggesties over wat er gebeurd zou kunnen zijn en therapeuten moeten er voor zorgen dat de kans op het creëren van foutieve herinneringen zo klein mogelijk is.

De Verhalenmethode

Met betrekking tot het gebruik van de Verhalenmethode moet de therapeut voorzichtigheid betrachten als niet alle informatie beschikbaar is, met het beschrijven van

het verhaal, bijvoorbeeld bij een geadopteerd kind van wie de adoptieouders niet precies weten wat het kind in het land van herkomst heeft meegemaakt. Feiten kunnen in het verhaal beschreven worden, maar wat niet bekend is wordt opengelaten. Ook moeten therapeuten terughoudend zijn met het zelf schrijven van het verhaal over de traumatische gebeurtenissen die het kind heeft meegemaakt. Zij waren er immers niet bij, waardoor de kans op het induceren van nieuwe details groot is.

Het VEN-bestuur heeft een projectgroep ingesteld die aanbevelingen zal formuleren over het omgaan met hervonden herinneringen om nadelige effecten in de klinische praktijk te voorkomen. Dit geldt zowel voor het gebruik van het EMDR-Standaardprotocol in het algemeen als voor de inzet van de Verhalenmethode in het bijzonder.

Voorbeeld van juiste hantering van de Verhalenmethode

De dokter moest een slangetje in Tom's neus doen. Er waren veel ziekenhuismensen die hem vasthiel- den. Tom schrok heel erg, ging schreeuwen en trap- pen, moest hoesten en spugen. Hij probeerde de slang uit zijn neus te trekken, maar dat lukte niet. Zijn handen werden heel stevig vastgehouden en hij kon zich niet bewegen. Maanden daarna was Tom nog steeds bang, huilde lang en vaak, sliep slecht en had geen zin meer in eten.

Voorbeeld van verkeerde hantering van de Verhalenmethode

Maaike wilde niet meer naar de crèche gaan. Ze verstopte zich onder tafel als ze naar de crèche moest, wilde steeds dicht bij papa en mama zijn en had nare dromen. Het kan zijn dat er iets heel naars is gebeurd op de crèche. Misschien is Maaike wel geslagen of gepest.

Referenties

- Dalewijk, H.J., Nobel, L., Berkvens, E.D., Geertjens, L. J. J. M., Lange, A., & Buitenhuis, M. L. (2017) Beroepscode voor Psychotherapeuten. Utrecht: Nederlandse Vereniging voor Psychotherapie.
- De Jongh, A., Bicanic, I. & Eimers, D. (2016). Verhalen over ritueel en satanisch ritueel misbruik. Hoe moeten we er mee omgaan? EMDR Magazine, 3 (12), 36-41. https://psycho-trauma.nl/wp-content/uploads/2015/11/EMDR12_Research_Hoe_omgaan_met_verhalen_over_satanisch_en_ritueel_misbruik.pdf
- Gezondheidsraad (2004). Omstreden herinneringen. Den Haag: Gezondheidsraad; publicatienummer 2004:02.
- Lovett, J. (1999). *Small Wonders. Healing Childhood Trauma with EMDR*. New York: The Free Press.
- Lovett, J. (2015). *Trauma-Attachment Tangle: Modifying EMDR to Help Children Resolve Trauma and Develop Loving Relationships*. New York: Routledge.
- Wessel, I., Raymaekers, L., Nierop, N., van den Eshof, P., Otgaar, H., & Jelacic, M. (2017). Hervonden herinneringen. In P. J. van Koppen, J. W. de Keijser, R. Horselenberg, & M. Jelacic (Eds.). *Routes van het Recht: Over de rechtspsychologie* (pp. 553–571). Den Haag: Boom Juridisch.