

EMDR BASISOPLEIDING

Inleiding

Eye Movement Desensitization and Reprocessing, afgekort tot EMDR, is een kortdurende, geprotocolleerde en cliëntgerichte behandelmethodede voor traumagerelateerde angstklachten. Dit zijn klachten die zijn ontstaan als direct gevolg van een concrete, akelige gebeurtenis, waarbij het denken aan deze gebeurtenis nog steeds een emotionele reactie oproept, en waarbij een causale relatie tussen deze ervaring en de huidige symptomatologie (angst, somberheid, herbelevingen, slaapproblemen etc.) aannemelijk is.

Er zijn inmiddels een twintig-tal gecontroleerde effectstudies verricht naar de werkzaamheid van EMDR bij Posttraumatische Stress-stoornis (PTSS). Uit de resultaten van deze studies en uit meta-analyses blijkt dat cliënten goed op EMDR reageren. Volgens de meest recente internationale richtlijnen is EMDR, met imaginaire exposure, de 'treatment of choice' voor psychotrauma (Chemtob, Tolin, van der Kolk & Pitman, 2000; Bisson et al., 2007; Seidler & Wagner, 2006). Een Nederlandse richtlijncommissie onder auspiciën van het Trimbos instituut kwam in 2003 met een soortgelijk advies (Landelijke stuurgroep multidisciplinaire richtlijnen in de GGZ (zie: www.ggzrichtlijnen.nl; www.emdr.nl))

Doel en duur van de opleiding

De EMDR basisopleiding is in principe gericht op het leren toepassen van EMDR bij ongecompliceerde posttraumatische stress-stoornis (zogenaamd type I trauma) en andere 'aan trauma gerelateerde' angststoornissen. Hoogstens zijdelings kan aandacht worden besteed aan specifieke doelgroepen en/of stoornissen, zoals complexe PTSS. Om deze problematiek te kunnen behandelen wordt de EMDR vervolgraining noodzakelijk geacht.

De opleiding kent een stapsgewijze opbouw waarbij gebruik wordt gemaakt van korte theoretische inleidingen, presentatie van het EMDR-protocol, videodemonstraties, (semi-) plenaire oefeningen en *hands on* oefenen van EMDR in drie-tallen. Bij deze laatste oefeningen wordt gebruik gemaakt van min of meer emotioneel beladen herinneringen van de deelnemers.

De EMDR basisopleiding beslaat vier en een halve dag. De eerste twee dagen vinden opeenvolgend plaats, de derde dag na ongeveer drie weken. In deze drie weken dienen de deelnemers EMDR toe te passen bij hun cliënten, zodat daarop op de derde dag kan worden ingegaan. Voorts wordt op de derde dag opnieuw veel geoefend. De vierde dag vindt na wat langere tijd plaats (circa twee maanden). Tijdens de vierde dag is er ruimte om stil te staan bij vragen die leven bij de deelnemers naar aanleiding van (hun) ervaringen met EMDR in de praktijk. Veel tijd wordt besteed aan het plenair bekijken en bespreken van door de deelnemers gemaakte (en geselecteerde) video-fragmenten van EMDR-zittingen.

Literatuur

'Handboek EMDR, een geprotocolleerde behandelmethodede voor de gevolgen van psychotrauma'. [Auteurs: De Jongh, A. & Ten Broeke, E. (2003). Uitgever: Swets & Zeitlinger: Lisse [ISBN 90 265 1724 6].

Wij vragen van de deelnemers voor aanvang van de eerste bijeenkomst het boek te lezen.

Vooropleidingseisen

Voor deelname geldt als eis dat de deelnemers aan de cursus in de wet BIG zijn geregistreerd als GZ-psycholoog (eventueel in de overgangsregeling of in opleiding), psychotherapeut of psychiater en (enige) ervaring hebben met het behandelen van (aan trauma gerelateerde) angststoornissen. Pas afgestudeerde psychologen, artsen, maatschappelijk werkenden en SPV-en kunnen dus *niet* aan de cursus deelnemen. Zij zouden overigens wel het eerste dagdeel aanwezig kunnen zijn om in ieder geval informatie over (de werkwijze van) EMDR te kunnen opdoen.

Aanwezigheid

Het is absoluut noodzakelijk dat de deelnemers de gehele cursus volgen. Afwezigheid gedurende een deel van de eerste twee dagen van de cursus betekent uitsluiting van verdere deelname. De cursus is te compact en de informatiedichtheid zo groot dat het missen van een gedeelte van de training het adequaat kunnen toepassen van EMDR in de weg staat. Het niet deelnemen aan een gedeelte van de training betekent dat deze deelnemer geen certificaat krijgt uitgereikt.

Na deelname aan de training kan men lid worden van de 'Vereniging EMDR Nederland'. Informatie hierover wordt in de loop van training verstrekt.

Docenten/trainers

Prof. dr. Ad de Jongh is (GZ-)psycholoog en als bijzonder hoogleraar 'Angst- en gedragsstoornissen' verbonden aan de Universiteit van Amsterdam en als honorary professor aan de School of Health Sciences van Salford University in Manchester (UK). Hij is daarnaast onder andere directeur van het Centrum voor Psychotherapie en Psychotrauma (CPP) te Bilthoven en van slachtofferorganisatie D.O.E.N. te Druten.

drs. Erik ten Broeke is klinisch psycholoog (NIP) en psychotherapeut (BIG) en als supervisor erkend door EMDRIA. Voorts is hij opleider/supervisor voor de VGt. Hij maakt deel uit van VISIE, praktijk voor eerste lijnspsychologie, psychotherapie en assessment te Deventer.

Accreditatie

Deze EMDR basisopleiding is de enige basisopleiding EMDR die erkend is door de Vereniging EMDR Nederland (VEN). Beide docenten zijn door EMDR-Europe geaccrediteerd als trainer, hetgeen betekent dat de cursus internationaal erkend is als zogenaamde basistraining, en derhalve - na een geldige supervisieverklaring - toegang geeft tot een vervolgraining, ook in het buitenland.

Aantal deelnemers

Minimum aantal is 12 deelnemers.

Website

www.emdropleiding.nl

Kosten

De kosten van de basisopleiding EMDR bedragen 995 Euro (inclusief lunches, thee/koffie en diner, maar exclusief BTW). Het cursusboek en een CD met audiostimulatie zijn bij de cursusprijs inbegrepen. Na aanmelding ontvangt de

deelnemer een bevestigingsbrief met nadere gegevens en instructies, onder andere over de wijze van betaling. Bij annulering vier weken voorafgaande aan de opleiding wordt het inschrijfgeld minus de administratiekosten (25 Euro) gerestitueerd. Bij annulering tussen vier en twee weken voor aanvang wordt 50% (minus 25 Euro) gerestitueerd. Bij afmelding binnen twee weken vindt geen restitutie plaats. Annulering dient schriftelijk te geschieden.

Globaal overzicht van het programma

• Eerste dag

| | |
|--|-----------|
| Algemene inleiding op de cursus | 9.30 uur |
| EMDR model | 9.45 uur |
| Voorbeeld casus, o.a. video | 10.15 uur |
| Diagnostiek psychotrauma (inleiding) | 10.30 uur |
| Koffiepauze | 11.00 uur |
| Indicatiestelling EMDR | 11.15 uur |
| EMDR model (vervolg) | 11.30 uur |
| Vorbereiding op de behandeling | 11.45 uur |
| Lunch | 12.15 uur |
| Diagnostiek : Exploreren van negatieve en positieve overtuigingen cliënt | 13.15 uur |
| Oefening eerste 5 stappen van het protocol (in groepjes van 9) | 13.45 uur |
| Theepauze | 14.45 uur |
| Desensitatiefase en installatiefase | 15.00 uur |
| Pauze | 17.30 uur |
| Diner | 18.00 uur |
| Practicum | 19.30 uur |
| Sluiting | 22.00 uur |

• Tweede dag

| | |
|---|-----------|
| Beantwoorden van vragen en uitleg | 9.30 uur |
| Diagnostiek psychotrauma (vervolg) | 10.30 uur |
| Koffiepauze | 11.00 uur |
| Desensitatie en installatiefase (incl. video) | 11.10 uur |
| Lunch | 12.15 uur |
| 'Future template' en positief afsluiten | 13.15 uur |
| Practicum II (in groepjes van 3) | 13.45 uur |
| Theepauze | 14.45 uur |
| Practicum III (in groepjes van 3) | 15.00 uur |
| Nabespreken practicum | 16.45 uur |
| EMDR bij kinderen (incl. video) | 17.00 uur |
| Sluiting | 17.30 uur |

• Derde en vierde dag

| | |
|--|-----------|
| Rondje ervaringen met de procedure en herhaling protocol | 9.30 uur |
| Koffiepauze | 10.20 uur |
| Presentatie video's door de deelnemers en feedback (eventueel in subgroepen) | 10.30 uur |
| Lunch | 12.15 uur |
| Presentaties | 13.15 uur |
| Theepauze | 14.45 uur |
| Presentaties | 15.00 uur |
| Nabespreking en evaluatie | 17.15 uur |

Sluiting

17.30 uur