

# 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 dertig-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 (De Jongh et al., 2019). Een Nederlandse richtlijncommissie onder auspiciën van het Trimbos instituut kwam in 2003 en 2010 met een soortgelijk advies (Landelijke stuurgroep multidisciplinaire richtlijnen in de GGZ (zie: [www.ggzrichtlijnen.nl](http://www.ggzrichtlijnen.nl); [www.emdr.nl](http://www.emdr.nl)).

## Referentie:

De Jongh, A., Amann, B.L., Hofmann, A., Farrell, D. & Lee, C.W (2019). The Status of EMDR Therapy in the Treatment of Posttraumatic Stress Disorder 30 Years after its Introduction. *Journal of EMDR Practice and Research*, 13 (4), 261-269. <http://dx.doi.org/10.1891/1933-3196.13.4.261>

## 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 vervolgtraining 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.

## **Toetsing en supervisie**

Tijdens de laatste twee dagdelen vindt een toets plaats over de behandelde stof gedurende de training; deze wordt ten behoeve van een maximaal leerrendement meteen na afloop besproken met de deelnemers. Bij becommentariëring van het ingebrachte videomateriaal worden de deelnemers actief betrokken. Het materiaal betreft behandeling van echte cliënten en aan de hand hiervan vindt nogmaals uitleg plaats van het EMDR Standaardprotocol en de adequate toepassing ervan. Deelnemers bereiden hun inbreng voor met commentaar op hun materiaal en na vertoning wordt commentaar gegeven door de docent en in de loop van de dag daarnaast door deelnemers, nadat ze dat in groepjes hebben voorbereid. De docent bewaakt continu het proces van feedback geven opdat dit didactisch optimaal gebeurt.

## **Literatuur**

De Jongh, A. & Ten Broeke, E. (7<sup>e</sup> druk 2019). Handboek EMDR: een geprotocolleerde behandelmethode voor de gevolgen van psychotrauma. Pearson Assessment and Information B.V.: Amsterdam [ISBN 978 90 265 2257 4].

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

## **Leerdoel**

- Het kunnen toepassen van het Standaardprotocol in de klinische praktijk
- Het kunnen toepassen van het Flashforwardprotocol in de klinische praktijk
- Het kunnen toepassen van de Mental Video Check in de klinische praktijk

## **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**

Ad de Jongh is gz-psycholoog en als bijzonder hoogleraar angst- en gedragsstoornissen verbonden aan de Universiteit van Amsterdam. Daarnaast is hij *honorary professor* aan de Salford University in Manchester, de University of Worcester, en Queen's University in Belfast. Ook is hij hoofd van de afdeling onderzoek van de PTSS kliniek PSYTREC. Hij is (co-)auteur van ruim 400 publicaties over psychologische onderwerpen en geaccrediteerd EMDR trainer voor EMDR Europe.

Dhr. drs. J.J. Berendsen is BIG geregistreerd klinisch psycholoog – psychotherapeut, en EMDR trainer voor EMDR Europe. Hij is directeur Zorg bij PSYTREC, Psychotrauma Expertise Centrum. Hiervoor was hij werkzaam bij het Instituut voor Psychotrauma als adjunct-directeur en coördinator van het landelijk dekkende netwerk van BIG geregistreerde klinisch, GZ-psychologen en psychotherapeuten.

## **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 vervolgtraining, ook in het buitenland.

## **Aantal deelnemers**

Minimum aantal is 12 deelnemers.

## **Website**

[www.fortaopleidingen.nl](http://www.fortaopleidingen.nl)

## **Kosten**

De kosten van de basisopleiding EMDR bedragen 1050 Euro (inclusief lunches, thee/koffie en diner).

## **Overzicht van het programma**

### ***Eerste dag***

Algemene inleiding op de cursus  
EMDR model  
Voorbeeld casus, o.a. video  
Diagnostiek psychotrauma (inleiding)  
Indicatiestelling EMDR  
Vorbereiding op de behandeling  
Diagnostiek: Exploreren van negatieve en positieve overtuigingen cliënt  
Oefening eerste 5 stappen van het protocol  
*in kleine groepen*

Desensitatiefase en installatiefase

Practicum *in kleine groepen*

Einde

***Tweede dag***

Beantwoorden van vragen en uitleg

Diagnostiek psychotrauma (vervolg)

Ervaringen van practicum, abreactions etc.

(incl. video)

Practicum *in kleine groepen*

'Future template' en positief afsluiten

Practicum *in kleine groepen*

EMDR bij kinderen (incl. video)

Sluiting

***Derde dag en vierde dag:***

Ervaringen met de procedure

en herhaling protocol

Presentatie video's door de deelnemers

Toets

Nabespreking en evaluatie

Sluiting