

# Boksen als werkgeheugenbelastende taak bij een elfjarige jongen met PTSS

Beantwoord door: Ad de Jongh

Vorig jaar had ik een elfjarige jongen in behandeling. Hij werd aangemeld met seksuele gedragsproblemen en PTSS en had recent verteld dat hij langere tijd seksueel was misbruikt door zijn zeven jaar oudere pleegbroer in het pleeggezin waar hij had gewoond. Hij had onder andere last van herbelevingen, woede-uitbarstingen en zelfbeschadigend gedrag. De jongen had een zeer belaste voorgeschiedenis met uithuisplaatsing vanaf zijn babytijd, waarna hij in verschillende pleeggezinnen woonde. Inmiddels woonde hij sinds een jaar in een gezinshuis.

In overleg met alle betrokkenen en de jongen zelf zijn we gestart met EMDR op de herinneringen aan het seksueel misbruik. Bij het bepalen van de targets kwamen zijn negatieve cognities naar voren: "Ik ben een rotkind, een hoer, een viezerik. Ik doe nooit iets goed." Tijdens de desensitisatie van het eerste target, waarvan hij een tekening had gemaakt, gebruikte ik zowel oogbewegingen als de buzzers, maar hij gooide deze na een aantal sets van zich af en wilde niet verder. Hij gaf aan zich erg onrustig en boos te voelen. Aangezien de sessies in een spelkamer plaatsvonden, heb ik toen een bokszak opgehangen en zijn we verder gegaan met EMDR, waarbij ik het standaardprotocol volgde, maar de oogbewegingen verving door hem steeds dertig seconden te laten boksen, waarna ik hem vroeg wat er in hem opkwam. *Back to target* gaan deed ik aan de hand van zijn tekening. Ik hield deze kort voor hem en vroeg hem om aan te geven wat nu nog het naaste was, waarna hij weer dertig seconden ging boksen. In het verwerkingsproces zag ik een duidelijke verandering plaatsvinden in zowel zijn fysieke *arousal* (van er op los slaan naar

een meer gecontroleerde uiting van zijn woede) als in zijn zelfwaardering ("Ik ben oké"). Op die manier heb ik alle targets van het seksueel misbruik behandeld met positief resultaat (allen SUD 0) en vermindering van de PTSS-klachten. Mijn vraag is nu of een dergelijke afleiding ook ingezet mag worden als patiënten de reguliere afleiding (oogbewegingen met of zonder buzzers) niet willen of als onzin wegzetten. Dit zal met name spelen bij jongeren met externaliserende problemen en soms ook bij jongeren die eerder EMDR hebben geprobeerd maar er geen positieve ervaring mee hadden en daardoor moeilijk te motiveren zijn om toch weer een traumabehandeling op te pakken; deze groep spreekt denk ik fysieke afleiding als werkgeheugenbelasting meer aan.

## Antwoord

**Je hebt een uitstekende creatieve oplossing bedacht en een variant op de werkgeheugenbelastende taak die bij EMDR meestal de oogbewegingen betreft. Het is in feite voldoende om de herinnering in gedachten te laten nemen en een werkgeheugenbelastende taak uit te laten voeren, zeker in het geval van kinderen en mensen met een verstandelijke beperking. Aan die voorwaarde is voldaan. Heel slim bedacht om in dit geval juist voor boksen te kiezen!**

**Nog wel een vraag: kun je wat meer over je casusconceptualisatie vertellen? Was dit een casusconceptualisatie volgens 'Rechtstreeks', waarbij je kiest voor herinneringen aan A-criteriawaardige trauma's en je begint met de herinnering met de hoogste SUD?**

## Reactie

Ja, de route was rechtstreeks vanwege de herbelevingen. Ik heb eigenlijk nog een supervisie vraag... Jonge kinderen laat ik soms staan tijdens EMDR, zodat ze kunnen bewegen. Ik heb bijvoorbeeld bij een jong slachtoffer van seksueel misbruik die boosheid en woede ging voelen in de EMDR-sessie, de *cognitive interweave* uit het Woede- en wraak-protocol toegepast ("Let op je boosheid, waar voel je die nu het sterkst in je lijf; kijk hem maar aan en laat maar zien wat je lijf nu wil doen of zeggen"). Hierop ging ze vertellen en uitbeelden wat er in haar opkwam. Aangezien ik hierover een keer een presentatie op mijn werk heb gegeven, heb ik een deel hiervan letterlijk op een *slide* gezet: "Een klap op zijn hoofd geven. Een trap in zijn kruis geven. Zijn kop eraf hakken. Zijn broek naar beneden trekken. Hem wegknikkeren met mijn vingers. Hem in een badkuip stoppen met stenen, zodat hij veel pijn heeft. Hem wegduwen met mijn billen. Dat hij dood is."

Ook ging zij wraak nemen op de dader op dezelfde manier als haar was aangedaan. De dader was met zijn vinger in haar billen gegaan en zij kon duidelijk zeggen en uitbeelden wat zij wilde doen: ze stak hem met een hark met veel kracht in zijn billen.

## Antwoord

**Echt heel mooi gedaan! Ik hoop dat dit een bron van inspiratie is voor andere therapeuten die dit lezen.**

