

Research tracks tijdens EMDR congres 2017

# Vers onderzoek van Hollandse bodem

Tekst: **Ad de Jongh** en **Iva Bicanic** Foto inhoudsopgave: **Zout Fotografie**

EMDR is *hot* in onderzoeksland. Dat werd wel duidelijk tijdens het jaarlijkse EMDR congres in de memorabele locatie The Fabrique. De gepresenteerde studies in de druk bezochte *Research tracks* varieerden van *randomised controlled trials* (RCT's) tot experimentele studies uit het lab. Hieronder lees je de belangrijkste resultaten.

## EMDR bij autisme

*Ella Lobregt*

Mensen met autisme worden beschouwd als een lastige doelgroep binnen de GGz. Daarbij komt dat hulpverleners symptomen, zoals angst en traumatische stress, vaak niet herkennen als symptomen van autisme. Dit fenomeen wordt '*diagnostic overshadowing*' genoemd. Ella Lobregt wilde weten of EMDR bij deze doelgroep een effectieve behandeling voor PTSS-symptomen kan zijn. Zij onderzocht of acht wekelijkse sessies in aanvulling op *treatment as usual* (TAU) effectiever was dan alleen de gebruikelijke behandeling (TAU). Ella vond dat de patiënten EMDR goed aankonden. Daarnaast verminderden de hoeveelheid PTSS-symptomen in de behandelperiode met EMDR significant, ook na de behandeling, en significant meer dan wanneer alleen TAU werd toegepast. Ook kenmerken van autisme verminderden. De studie vond steun voor de hypothese dat EMDR een effectieve interventie is voor vermindering van traumagerelateerde klachten bij volwassenen met een autisme spectrum stoornis. Omdat Ella haar onderzoek onder moeilijke omstandigheden heeft moeten uitvoeren, kreeg ze van de VEN de 'Tegenwindprijs' uitgereikt.

## EMDR bij een negatief zelfbeeld

*Brecht Griffioen en Anneleen van der Vegt*

Een negatief zelfbeeld speelt een belangrijke rol in het ontwikkelen en voortbestaan van psychopathologie. Desondanks is er weinig onderzoek gedaan naar hoe een negatief zelfbeeld effectief kan worden behandeld. Brecht en Anneleen werken beiden bij de GGz-instelling Dimence. Ze onderzochten de effectiviteit van EMDR bij volwassenen met een negatief zelfbeeld, maar sloten mensen met een diagnose PTSS expliciet uit. Veel van deze mensen hadden een persoonlijkheidsstoornis. Cognitieve gedragstherapie als groepsinterventie (de 'Witboekmethode') diende als controlegroep. Voor de studie werden dertig mensen geïncludeerd. Daarvan kregen elf personen individuele EMDR en acht mensen kregen CGT groepstherapie. In beide condities daalde de geloofwaardigheid van de negatieve kernovertuigingen, terwijl de positieve kernovertuigingen in geloofwaardigheid juist toenamen. Er kon geen verschil tussen beide groepen worden vastgesteld. Daarnaast verminderde sociale angst en verbeterde sociale interactie in beide groepen. De resultaten suggereren dat bij een dosis van tien sessies zowel EMDR als CGT effectieve behandelingen kunnen zijn voor patiënten met een negatief zelfbeeld en co-morbide psychiatrische aandoeningen.

## EMDR bij verslaving

*Wiebren Markus*

Wiebren werkt als promovendus bij verslavingszorginstelling IrisZorg. Hij presenteerde de resultaten van een gerandomiseerde effectstudie naar de haalbaarheid en effectiviteit van EMDR gericht op alcoholverslaving. Meer dan honderd ambulante alcoholafhankelijke patiënten kregen een reguliere verslavingsbehandeling. De helft kreeg in aanvulling daarop zeven EMDR-sessies, waarbij verschillende EMDR-interventies (gericht op herinneringen, op positieve *flashforwards* en op negatieve *flashforwards*) werden ingezet. De resultaten lieten weliswaar zien dat EMDR net zo veilig en uitvoerbaar was als de reguliere verslavingsbehandeling, maar dat het geen toegevoegde waarde had op de trek en het alcoholgebruik. Enkele nieuwe onderzoeksvragen die zich aandienen zijn: moet er heel gericht, langdurig of intensief behandeld worden? Zijn bepaalde randvoorwaarden essentieel, bijvoorbeeld een zeer sterke trek of sterk positieve associaties (bijvoorbeeld gezelligheid) met het alcoholgebruik? Het onderzoek naar deze toepassing van EMDR gaat voorlopig dus weer even terug naar de tekentafel.

## Ouderlijke stress bij kinderen

*Sander de Vries*

Sander presenteerde zijn onderzoek naar het verband tussen ouderlijke stress en herinneringen aan opvoedsituaties die nog steeds veel spanning oproepen en zich dus lenen voor desensitisatie met EMDR. In dit correlatieve onderzoek werd met 35 ouders van kinderen die voor behandeling waren verwezen, een linksom-conceptualisatie gemaakt van de stress die zij ervaren in hun rol als ouder. De resultaten lieten zien dat het aantal 'onverwerkte' herinneringen (met een SUD van 7 of hoger) die werden gerapporteerd een sterke voorspeller was van het actuele stressniveau van de ouder, zoals gemeten met de Opvoedingsbelastingsvragenlijst. Het aantal onverwerkte herinneringen aan opvoedsituaties bleek positief samen te hangen met de mate van gevoelens van incompetentie als ouder, rolbeperking en met een lager niveau van fysiek en emotioneel welbevinden. Sander stelt voor dat eventueel vervolgonderzoek zich richt op de vraag of het behandelen van deze herinneringen met EMDR leidt tot een afname van ouderlijke stress. Het onderzoekverslag van deze studie zal verschijnen in het augustusnummer van het *Journal of EMDR Practice and Research*.

## Individuele verschillen voorspellend voor al dan niet succesvolle EMDR?

Suzanne van Veen

Suzanne werkt als promovendus bij de Universiteit van Utrecht. Ze onderzocht individuele variatie binnen EMDR en *prolonged exposure* door middel van een analogo traumaparadigma. Daartoe kregen studenten (N=100) de opdracht om herhaaldelijk een zeer negatieve herinnering op te halen (32 x 24s), terwijl tegelijkertijd al dan niet oogbewegingen werden uitgevoerd. Levendigheid en negatieve valentie van de herinnering werden, evenals SUD-scores, voorafgaand, tijdens en na de interventie gescoord. Ook was er 24 uur later een *follow-up* meting. De eerste analyses laten een direct- en langetermijneffect van de interventie zien voor beide condities. Opmerkelijk was dat de effecten van *prolonged exposure* een dag later nog aanwezig waren, maar dat die van EMDR een terugval lieten zien. De herinneringen in deze conditie werden 24 uur later als negatiever en meer stressvol beoordeeld dan direct na het experiment, al was deze beoordeling wel lager dan tijdens de voormeting. Suzanne is van plan om nog meer analyses te draaien om te onderzoeken hoe de reactiepatronen ('responders' en 'non-responders') kunnen worden voorspeld aan de hand van eigenschappen van de herinnering (leeftijd van de herinnering, cognitief thema van de herinnering, emoties) en van de persoon zelf (werkgeheugencapaciteit, aandachtregulatie, vermogen tot verbeelding). De resultaten kunnen leiden tot verdere verfijning van beide therapieën op basis van individuele verschillen.

## Modaliteitsspecifiek versus cross-modaal belasten

Suzy Matthijssen

Suzy werkt bij het Altrecht Academisch Angstcentrum en ze is promovenda bij Altrecht en de Universiteit van Utrecht. Ze onderzocht of het uitmaakt hoe het werkgeheugen wordt belast en of het belangrijk is om het werkgeheugen te belasten met een taak van dezelfde modaliteit als het traumatisch materiaal. Om deze vraag te beantwoorden vroeg zij aan studenten (N=96) eerst een visuele en auditieve reactietijdentaken uit te voeren, vervolgens moesten zij een negatieve emotionele visuele en auditieve herinnering ophalen en opnieuw de reactietijdentaken uitvoeren. De resultaten laten zien dat er een voordeel is van modaliteitsspecifiek belasten: de reactietijd wordt meer vertraagd wanneer we tijdens het ophalen van een auditieve nare herinnering een auditieve reactietijdentaken laten uitvoeren, dan wanneer we een visuele taak laten uitvoeren. Dit geldt ook bij visuele nare herinneringen. Dit laat onverlet dat ook hier sowieso een groot effect is gevonden van werkgeheugenbelasting.

## Kunnen oogbewegingen intrusieve herinneringen verminderen?

Kevin van Schie

Door het werkgeheugen door middel van oogbewegingen te belasten, daalt de levendigheid, de emotionaliteit van de 'hotspot' van een herinnering. Het is echter onduidelijk of duale taken ook effecten hebben op meer klinisch relevante uitkomstenmaten, zoals intrusies. Kevin zit net als Suzanne, Suzy en Arne, in een promotietraject van de Universiteit Utrecht. Hij onderzocht of een duale taak intrusies kan verminderen en of dat afhankelijk is van de modaliteit en duur van de taak. Deelnemers keken naar een intrusieopwekkende film, gevolgd door één van de volgende twee interventies: (1) een visuele interventie (herinnering ophalen en oogbewegingen), of (2) een verbale interventie (herin-

nering ophalen en terugtellen), dan wel: (3) geen interventie. Alle interventies hadden een standaardduur (experiment 1, N = 75) of een verlengde duur (experiment 2, N = 75). Gedurende een week hielden de deelnemers een dagboek bij waarin ze alle filmintrusies opschreven. Het bleek dat uitsluitend bij een verlengde duur de twee interventies tot minder intrusies leidden. Tegen de verwachting in daalden de levendigheid en de emotionaliteit niet sterker bij deze condities vergeleken met de 'geen interventie'-conditie. Dit roept vragen op over de theoretische onderbouwing van EMDR, in het bijzonder de vraag of het mechanisme van werkgeheugenbelasting gevolgd door dalen in levendigheid of emotionaliteit, betrokken is bij de vermindering van intrusies.

## Hoe oogbewegingen herinneringen veranderen

Arne Leer en Iris Engelhard

Wat gebeurt er precies met de herinnering ná een EMDR-sessie? Het onderzoek van Arne beoogt een objectieve meting van de 'prestatie' van een herinnering na de oogbeweginginterventie. Hij presenteerde een laboratoriumexperiment waarbij gebruik is gemaakt van een stimulusdiscriminatietaak. Gezonde proefpersonen werd gevraagd om een afbeelding van een gezicht te bestuderen en hiervan zoveel mogelijk details te onthouden. Ook werd hen gevraagd om de afbeelding gedurende korte tijd te visualiseren, tegelijkertijd met het maken van horizontale oogbewegingen (experimentele conditie) of zonder neventaak (controle conditie). Direct na de interventie én 24 uur later voerden de proefpersonen een stimulusdiscriminatietaak uit. Hierin werden zij blootgesteld aan een reeks afbeeldingen van nieuwe gezichten die in variërende mate gelijkenissen vertoonden met het eerder bestudeerde gezicht. De opdracht was om zo snel mogelijk aan te geven of de getoonde afbeelding 'hetzelfde' of 'anders' was, vergeleken met de afbeelding die de proefpersonen eerder visualiseerden. De resultaten lieten zien dat proefpersonen na het maken van de oogbewegingen de originele afbeelding minder helder voor de geest konden krijgen én – maar enkel na 24 uur – minder goed onderscheid konden maken tussen de nieuwe afbeeldingen en de eerder gevisualiseerde afbeelding. Dit suggereert dat de kwaliteit van hun herinnering achteruit was gegaan. De resultaten sluiten aan bij de reconsolidatiehypothese en suggereren dat EMDR, ten opzichte van imaginaire *exposure*, op efficiëntere wijze inspeelt op reconsolidatie van nare herinneringen.

## Is er een behandeling die nog beter werkt dan EMDR?

Suzy Matthijssen en Ad de Jongh

*Visual Schema Displacement Therapy* (VSDT) is een nieuwe vorm van traumatherapie en lijkt op het eerste oog op EMDR. Toch zijn er ook wezenlijke verschillen. Suzy en Ad onderzochten de effectiviteit van VSDT ten opzichte van EMDR en een controleconditie (*Recall Only*) bij gezonde studenten (N=36). Hen werd gevraagd om drie negatieve herinneringen op te halen. Deze herinneringen werden vervolgens opgehaald onder drie condities: EMDR, VSDT en een controleconditie. De resultaten zijn verbluffend: VSDT had een significant sterker effect op het verminderen van de SUD dan EMDR. Op een daling in levendigheid waren zowel EMDR als VSDT even effectief. De resultaten van deze studie kunnen bijdragen aan het verbeteren en verder ontwikkelen van bestaande traumabehandelingen en bijdragen aan onze kennis over onderliggende werkingsmechanismen. Suzy Matthijssen ontving voor haar beide studies en de presentatie daarvan op het Nederlandse EMDR congres 'de Pluim', ook wel 'de Kip' genoemd, de prijs van de VEN voor het beste onderzoek.