

# Patiënt met een bijzonder groot werkgeheugen

Tekst: Marike de Ruijter - van de Hel

**Vera, een veertigjarige internationaal concertpianiste, wordt vanuit de GGZ doorverwezen voor een intensieve vorm van traumabehandeling. Zij is bekend met een autisme spectrumstoornis, ADD, recidiverende depressies, dwangklachten en psychoses. Sinds jaren kampt zij met een PTSS als gevolg van seksueel misbruik. Er doen zich diverse complicaties voor. Zo is Vera bang voor de traumatherapie en beschikt ze over een enorm werkgeheugen dat zich moeilijk laat belasten. Deze casus beschrijft hoe met deze uitdagingen is omgegaan.**

Op haar twintigste is Vera vrijwilligerswerk in Thailand gaan doen, waar zij haar eerste traumatische ervaring opdeed. De man die een weeshuis runde, deed een gewelddadige poging haar te verkrachten. Deze traumatische gebeurtenis *triggerde* bij haar een acute psychose. Ze ervoer dat het hele universum tegen haar was, en stemmen gaven haar opdrachten suicide te plegen. Ze bereidde haar suicide zorgvuldig voor. Nadat zij met een vriend een concert had gegeven van Debussy en de staande ovatie in ontvangst had genomen, vertrok zij naar een door haar uitgekozen plek. Toen zij op de rand van het dak stond, kreeg zij een kort helder moment waarop zij een vriendin belde waarna de crisisdienst werd ingeschakeld. Sindsdien, iedere nacht als zij wil gaan slapen, dringt het beeld van deze suicidepoging zich in gedachten aan haar op. Maar ook de herbelevingen aan de gewelddadige aanranding en drie andere brute verkrachtingen door een huisgenoot houden haar 's nachts wakker. Zij heeft traumabehandeling langere tijd vanuit angst vermeden, maar is er volgens de verwijzer nu klaar voor om haar verleden in de ogen kijken.

## De behandeling

Er wordt een PTSS vastgesteld en volgens de richtlijnen

wordt gestart met een gerichte traumabehandeling door middel van EMDR-therapie. Ongeveer tien sessies verder blijven de herbelevingen echter onverminderd aanwezig. Vera wordt vervolgens verwezen naar een traject van intensieve behandeling van tweemaal vier dagen, waarbij imaginaire exposure, EMDR-therapie, sport en psycho-educatie elkaar afwisselen.

## Vera's veiligheidsgedrag en flashforward

Vera is ontzettend bang om naar de traumatische herinnering van de verkrachting toe te gaan en zich open te stellen voor alle emoties die daarbij opkomen. Zij is ervan overtuigd dat zij dit niet aankan en is bang voor een psychotische decompensatie. Om deze reden is zij overdag veelvuldig bezig met het uitvoeren van veiligheidsgedrag en cognitieve vermijdingsstrategieën. Dat doet ze door hele composities op de piano in haar hoofd te spelen zodra de herinnering geactiveerd wordt. Om haar herbelevingen verder de baas te blijven, telt Vera letters. Wanneer zij met iemand in gesprek is, telt zij alle letters van een woord, de letters per zin, het aantal letters per lettergreep, het aantal lettergrepen per woord en het aantal woorden per zin. Inclusief hun gemiddeldes. 'Ze noemen dit dwang, maar het is eigenlijk gewoon mijn



vermijding', legt zij mij uit. De behandelaar gaat daarom over op het bewerken van Vera's *flashforward*, om zo ruimte vrij te maken om de daadwerkelijke herinnering aan te kunnen pakken. Vera's *flashforward* is het plaatje waarop te zien is dat zij zich tijdens een psychose zal suïcidieren. Ze ziet zichzelf op de grond liggen: "Ik ben dood. Ik zie de fles wasmiddel die ik gedronken heb en allemaal bloed om mij heen door een bierflesje dat ik tegen mijn hoofd heb geslagen."

### Vera's werkgeheugen

Vera gebruikt al jaren zelfgekozen werkgeheugentaken om de traumatische herinneringen weg te drukken. Mogelijk is dat mede een verklaring waarom ze een enorm werkgeheugen heeft. In het verslag van de eerste EMDR-sessie lees ik hierover een lichte frustratie terug bij de behandelaar: "Van alles geprobeerd", schrijft die.

Nadat Vera op de eerste dag in het multidisciplinair overleg is besproken, gaat de behandelaar gedreven aan de slag met het advies: 'Een groot werkgeheugen, dus flink belasten!' De koptelefoon, V-step, butterflytaps op *We will rock you* en het spellen van zinnen gooit de therapeut in de strijd tegen de herinnering. Maar de angst voor het aangaan van de herinnering is er nog steeds. Vera grijpt steeds naar haar hoofd, volgt de balk niet meer en met de teldrang neemt zij de controle over uit angst zo overspoeld te raken door emoties dat zij weer in een psychose belandt. De SUD daalt niet. Vera raakt echter geïnspireerd door deze voortvarende therapeut en oppert dat het tappen op de simpele melodie haar weinig uitdaging biedt. Bach is een ander verhaal. "Bach is zo gecompliceerd, dat zet mij wel aan het werk", is haar conclusie. In plaats van het tappen van links-links-rechts en rechts-rechts-links, wat voor de meesten al best veel concentratie vergt, stelt zij voor de muziek van Bach te analyseren. Bach's WTC1 No.22 in b flat minor BWV 867 schalt door de speakers van de computer en Vera gaat geconcentreerd aan de slag. Het analyseren van de muziek doet zij door in haar hoofd alle noten op te schrijven, inclusief akkoorden, preludes en fuga's, hun verhoudingen en hun interne structuur. Tegelijkertijd voert zij de V-step uit en volgt zij met haar ogen de balk. De SUD op de *flashforward* zakt van 9 naar 1.

### De behandeling van de trauma's

Ik zie haar in het kader van het therapeutenrotatiesysteem op dag vier van het behandeltraject voor EMDR-therapie. Aan ons de taak om vandaag de verkrachting door een huisgenoot aan te pakken. Ondanks de EMDR-therapie die gericht was op Vera's belangrijkste *flashforward* vertelt Vera met enige tegenzin wat zij zich kan herinneren van de gebeurtenis. De SUD start hoog en tijdens de eerste set duiken *abreactions* de kop op; al happend naar adem, met verstijfde ledematen en een schuddende hand probeert zij de V-step uit de voeren, de balk te volgen en de muziek te analyseren. Gedurende de sessie komen er meer details naar voren, zoals de nare woorden die hij tijdens de verkrachting in haar oor fluistert. "Je hebt een groot werkgeheugen", zeg ik. "Daar ben ik niet trots op", is de reactie. ▶

### Cognitive interweaves

Om wat beweging in gang te zetten, pas ik enkele *cognitive interweaves* toe. Ik vraag Vera wat ze nu tegen deze man zou willen zeggen. Ze reageert met weerstand. Ze is bang dat als ze dit doet, er andere herinneringen naar boven komen. Het blijkt te gaan om de herinnering waarbij zij met een mes is aangevallen bij een poging tot verkrachting. Hier heeft zij zich namelijk wel verweerd. "Stel je voor dat je durft te zeggen wat je nu tegen hem zou willen zeggen", leg ik haar voor. Dat werkt. Er volgen inhoudelijke associaties, zoals zelfverwijt: "Waarom heb ik niet teruggevochten? Ik heb nota bene de zwarte band van karate!" De bevroren herinnering lijkt wat te ontdoeien. Er lijken verbindingen te worden gelegd met gezondere delen in het brein, zoals de kennis over overlevingsreacties: "Ik kwam natuurlijk in een *freeze* terecht." De SUD zakt gestaag, wat zichtbaar is; ze straalt meer rust uit. Opeens barst ze in tranen uit. Enigszins verrast kijk ik haar vertwijfeld aan. "Opgelucht?", vraag ik. Ze kijkt me door haar tranen heen vol blijde verbazing aan en roept uit: "Het werkt!"

### De laatste behandeldag

Op dag acht, de laatste behandeldag van het programma, zie ik Vera terug. Ze is opvallend meer in contact en heeft ook non-verbaal een meer open houding. Op de planning staat een herhaling van de aanranding onder bedreiging van een mes door de baas van het weeshuis. Vera is sinds deze gebeurtenis gevlucht om zichzelf in veiligheid te brengen en nooit meer teruggekeerd. Zij voelt zich verantwoordelijk voor de kwetsbare meisjes die achter zijn gebleven. De SUD start hoog. Er is veel spanning zichtbaar waarbij zij huilt met een verkramppt gezicht.

"Wat komt er op?"

"Ik barst van schuldgevoel."

"Wat had je anders kunnen doen?"

"Ik kon niet anders."

"Wat zou je tegen de meisjes willen zeggen nu?"

"Het spijt me."

Nadat het zelfverwijt is omgevallen, zakt de lading van 10 naar 2. De laatste restjes worden weggewerkt en zodra zij de SUD 0 voelt, raakt zij wederom geëmotioneerd.

Ik bekijk het behandelplan, de zogenoemde Rode Draad. "De ervaring van de psychose is nog niet rustig hè?" Ze verstijft enigszins, draait haar lichaam weg en kijkt me daarna verschrikt aan. Ze glimlacht vervolgens. "Oké, dan." Als ook deze herinnering gedesensitiseerd is, welken de tranen weer op. "Ik heb 20 jaar rondgelopen met

dit beeld. Ik kan weer leven!" En al lopend naar de deur is er zelfs ruimte voor een grapje "Het is dat het coronatijd is, maar anders had ik je een autistenknuffel gegeven."

### Evaluatie van de behandeling

Twee weken na het einde van de behandeling bel ik haar op. Ze neemt direct en met een opgewekt humeur de telefoon op. Iets wat zij al vijf jaar niet meer deed, de telefoon opnemen. Dit heeft haar heel wat boze mensen en het mislopen van opdrachten opgeleverd, zegt ze gekscherend. Het Klinisch Interview PTSS geeft een score van 14 weer, een daling van 26 punten. Hiermee voldoet zij niet meer aan de classificatie PTSS. Wat betekent dit voor haar? De introverte vrouw die ik in de behandeling heb leren kennen, vertelt ronduit en vol enthousiasme hoe haar leven is veranderd. Sinds elf jaar slaapt zij zonder medicatie de hele nacht aan één stuk door. Haar zelfverwijt is verdwenen en haar concentratie is weer terug. Sinds de behandeling heeft zij al zes boeken uitgelezen, roept zij nog met enig ongeloof door de telefoon. Door het afnemen van de hyperalertheid en nu het basale vertrouwen in de medemens weer is hersteld, durft zij de deur weer uit en met het openbaar vervoer te reizen. Zij voelt nu vrijheid bij het kiezen van een zitplek en raakt niet meer in paniek als er iemand dicht bij haar gaat zitten.

## 'Het is dat het coronatijd is, anders had ik je een autistenknuffel gegeven'

"Suïcidale gedachten waren altijd aanwezig, want ik was non-stop aan het overleven. Maar nu kan ik leven. Heb ik ineens een toekomst, met mogelijkheden waarin ik zelfs keuzes moet maken." Door de behandeling waarin zij haar enorme werkgeheugen op een positieve manier heeft kunnen inzetten, heeft zij vertrouwen gekregen in haar brein. Zij heeft besloten twee studies te gaan doen en wil graag muziek gaan doceren. Waar zij haar grote werkgeheugen gebruikte om het verleden te vermijden, zet zij hem nu in om te werken aan haar toekomst. Dan hoor ik toch een beetje trots doorklinken in haar stem. En terecht. ■

Marika de Ruijter – van de Hel is GZ-Psycholoog en EMDR Supervisor en werkzaam bij PSYTREC.