

ONDERZOEK

Innovatief onderzoek naar werkingsmechanismen en toepassing van EMDR

Het wetenschappelijk tijdschrift van de *European Society for Traumatic Stress Studies (ESTSS)* is het *European Journal of Psychotraumatology (EJPT)*, opgericht door prof. Miranda Olf. EJPT publiceerde op 4 juli 2016 een special issue over onderzoek naar de behandeling met EMDR. Mirjam Nijdam trad op als gasthoofdredacteur en bespreekt voor de onderzoeksrubriek de meest actuele inzichten over EMDR als behandelmethode en de onderliggende werkingsmechanismen.

Belang van een special issue

Het doel van dit special issue in de EJPT was om onderzoek van goede kwaliteit te vinden met nieuwe bevindingen over EMDR als behandelmethode en over het werkingsmechanisme. De Europese EMDR vereniging, EMDR Europe Association, vindt het belangrijk dat er onderzoek naar EMDR plaatsvindt en gepubliceerd wordt, en trad daarom op als sponsor van dit special issue. Naast het feit dat het belangrijk is om te publiceren over evidence-based behan-

dmethoden voor PTSS, is het ook van belang dat de artikelen toegankelijk zijn voor behandelaren, onderzoekers en cliënten om de meest recente onderzoeksresultaten op te kunnen zoeken. De EJPT is een open access tijdschrift, wat betekent dat iedereen die interesse heeft in de nieuwe studies toegang heeft tot de volledige artikelen via www.ejpt.net. Drie artikelen gaan over innovatieve manieren om het werkingsmechanisme van EMDR te onderzoeken en een artikel betreft een nieuwe toepassing van EMDR bij kinderen met epilepsie-gerelateerde angst- en PTSS-klachten; een editorial completeert het special issue.

Nieuwe studies over de werkingsmechanismen van EMDR

EMDR is een behandeling waarbij oogbewegingen worden ingezet direct na het ophalen van de meest emotionele momenten van een traumatische herinnering. In afwisseling met de eigen associaties van de cliënt worden zo de meest nare momenten van de trauma's doorgewerkt, wat

leidt tot veranderingen in de gedachtegang over, en emotionele beleving van, het trauma. Er bestaan verschillende hypothesen over het werkingsmechanisme van EMDR, maar de meeste evidentie wijst in de richting van de werkgeheugenhypothese. Deze stelt dat het in gedachten houden van de traumatische herinnering en op hetzelfde moment een andere taak uitvoeren, het werkgeheugen belast en dat de ene taak lijdt onder het uitvoeren van de andere (Gunter & Bodner, 2008). De traumatische herinnering wordt als gevolg daarvan minder levendig en minder emotioneel. Oogbewegingen worden in dit verklaringsmodel gezien als een essentiële factor in de werkzaamheid van de therapie doordat zij het werkgeheugen belasten. De drie hieronder beschreven studies onderzoeken elk specifieke aspecten van de werkgeheugenhypothese.

Van Schie en collega's (2016) onderzochten het effect van de snelheid van oogbewegingen die wordt toegepast bij EMDR. De auteurs waren benieuwd of de capaciteit van het werkgeheugen van de deelnemers invloed had op de mate waarin zij van snelle of langzame oogbewegingen konden profiteren. Werkgeheugencapaciteit werd vooraf gemeten met een neuropsychologische test waarin de leessnelheid een belangrijke rol speelde. Gebaseerd op de hierboven beschreven werkgeheugenhypothese verwachtten zij dat deelnemers met een beperkte werkgeheugen-

ONDERZOEK

gencapaciteit meer zouden profiteren van langzame oogbewegingen, terwijl deelnemers met een grotere werkgeheugencapaciteit meer profijt zouden hebben van snelle oogbewegingen. Voor een optimaal effect zouden de oogbewegingen aangepast moeten worden aan iemands werkgeheugencapaciteit. In hun experiment bij studenten vonden zij echter geen aanwijzingen dat het aanpassen van de snelheid van oogbewegingen aan iemands werkgeheugencapaciteit zinvol was. Snelle oogbewegingen hadden beter effect bij zowel beperkte als grotere werkgeheugencapaciteit.

Van Veen en collega's (2016) bestudeerden de cognitieve belasting van de herinneringen aan ingrijpende gebeurtenissen tijdens EMDR. De cognitieve belasting werd op objectieve wijze nagegaan met behulp van een reactietijdtaak. In hun experiment werd deelnemers gevraagd om te reageren op tonen die op onvoorspelbare momenten optraden terwijl ze een nare herinnering ophaalden en oogbewegingen maakten (experimentele groep) of geen oogbewegingen maakten (controlegroep). Een tweede controleconditie, waarbij deelnemers een andere nare herinnering opriepen en oogbewegingen maakten, maakte deel uit van dit experiment. De auteurs verwachtten dat het ophalen van de nare herinnering met oogbewegingen tot de grootste daling zou leiden in de werkgeheugenbelasting, levendigheid en emotionaliteit van de herinnering in vergelijking met de controlecondities. Bij de studenten

die deelnamen aan het experiment bleek dat het werkgeheugen inderdaad wordt belast door het ophalen van nare herinneringen en leidde tot langere reactietijden op de taak. Het ophalen van nare herinneringen met oogbewegingen bleek ook te leiden tot een daling in de levendigheid en emotionaliteit van de herinnering in vergelijking met de controlegroepen. De werkgeheugenbelasting daalde ook bij het ophalen van de herinnering met oogbewegingen, maar niet consistent meer dan in de controlegroepen.

Matthijssen en Van den Hout (2016) stellen in hun artikel vraagtekens bij een procedure die in het Nederlandse EMDR protocol wordt toegepast, het zogenaamde 'positief afsluiten'. Zij vroegen zich af of de oogbewegingen bijdroegen aan het effect van positief afsluiten. Deze procedure wordt aan het einde van de EMDR sessie toegepast en houdt in dat de cliënt reageert op de vraag wat hij/zij tijdens de sessie heeft geleerd over zichzelf met betrekking tot de traumatische gebeurtenis of het thema van de sessie. Uitgaande van de werkgeheugenhypothese van EMDR die stelt dat ook positieve herinneringen kunnen vervagen met behulp van oogbewegingen, veronderstelden de auteurs dat de positieve eigenschap minder geloofwaardig zou zijn na oogbewegingen in vergelijking tot geen oogbewegingen. Bij de cliënten met PTSS die zij onderzochten, bleek echter dat het niet uitmaakte voor de geloofwaardigheid van de positieve

eigenschap of er oogbewegingen werden toegepast bij het positief afsluiten of niet. Wat wel invloed had, was de afname in Subjective Units of Distress (SUDs) gedurende de sessie. Als de SUD bij het behandelen van de traumatische herinneringen meer omlaag ging, werd de positieve eigenschap als geloofwaardiger ingeschat aan het eind van de sessie.

Nieuwe toepassingen van EMDR

Dautovic en collega's (2016) gaan in hun artikel in op een nieuwe toepassing van EMDR. De auteurs pasten EMDR toe bij kinderen met epilepsie-gerelateerde angstklachten of PTSS klachten die zich hadden aangemeld bij SEIN, een gespecialiseerd centrum voor epilepsie-gerelateerde stoornissen. Vanwege een moeizaam verlopende inclusie voor het onderzoek konden er slechts vijf kinderen worden geïncludeerd, maar deze serie casusbeschrijvingen laat duidelijke verbeteringen in de psychische klachten van de kinderen zien. Een sterke kant van deze studie is dat de auteurs nagingen of de veranderingen van een dusdanige grootte waren dat er gesproken kon worden van een 'reliable change', ofwel een verandering tussen de scores voor en na de behandeling die statistisch significant is. Dit bleek zo te zijn voor de veranderingen in psychische klachten bij de onderzochte kinderen. Deze studie laat daarmee zien dat kinderen met epilepsie-gerelateerde PTSS en angststoornissen mogelijk goed kunnen profiteren van EMDR.

ONDERZOEK

Ideeen voor een onderzoeksagenda

Een innovatief kenmerk van het onderzoek door Van Schie en collega's (2016) en Van Veen en collega's (2016) is de toepassing van neuropsychologische tests om aspecten van de werkgeheugenhypothese op meer objectieve wijze vast te stellen. Beide studies zijn uitgevoerd onder studenten en er dient dus nog een vertaalslag naar de klinische praktijk plaats te vinden. De studie van Matthijssen en Van den Hout (2016) laat zien dat niet de oogbewegingen cruciaal zijn bij het 'positief afsluiten', maar de daling van de emotionele lading tijdens de sessie die de cliënten met PTSS ervaren. Dautovic en collega's (2016) geven met hun serie casusbeschrijvingen een belangrijke aanzet tot vervolgonderzoek op grotere schaal bij kinderen met epilepsiegerelateerde angst en PTSS. In het editorial van het special issue wordt tevens ingegaan op waar we nu staan in het onderzoek naar EMDR en waar het onderzoek zich in de toekomst op kan richten (Nijdam & Olf, 2016). EMDR wordt toegepast bij verscheidene traumagerelateerde psychische stoornissen zoals verslaving en persoonlijkheidsstoornissen, maar onderzoek naar de effecten blijft achter bij de praktijk. Momenteel worden er op diverse plekken in Nederland intensieve korte EMDR programma's aangeboden, maar onderzoek naar de effecten op korte en lange termijn ontbreekt nog. Daarnaast is de discussie of patiënten met complexe PTSS direct traumagerichte therapie zouden moeten krijgen of meer baat

zouden hebben bij een combinatie van emotieregulatie-training en traumatherapie nog steeds actueel (de Jongh et al., 2016; Cloitre, 2016).

Tot slot verdient onderzoek naar specifieke voorspellers voor behandelingsucces bij EMDR en naar neurobiologische processen in de loop van de behandeling een belangrijke plek in de toekomst. Het special issue is dan ook een oproep

om meer onderzoek te doen, ten dienste van de cliënten die we op dagelijkse basis zien.

MIRJAM J. NIJDAM is GZ-psycholoog en coördinator ontwikkellijn 'Evidence-Based Behandeling' bij Stichting Centrum '45 | Arq Psychotrauma Expert Groep, en tevens verbonden aan het Academisch Medisch Centrum aan de Universiteit van Amsterdam.

Referenties

- Cloitre, M. (2016). Commentary on De Jongh et al. (2016) critique of ISTSS complex PTSD guidelines: Finding the way forward. *Depression and Anxiety*, 33(5), 355–356. doi: <http://dx.doi.org/10.1002/da.22493>
- Dautovic, E., De Roos, C., Van Rood, Y., Dommerholt, A., & Rodenburg, R. (2016). Pediatric seizure-related posttraumatic stress and anxiety symptoms treated with EMDR: A case series. *European Journal of Psychotraumatology*, 7, 30123. doi: <http://dx.doi.org/10.3402/ejpt.v7.30123>
- De Jongh, A., Resick, P.A., Zoellner, L.A., Van Minnen, A., Lee, C.W., Monson, C.M., ... Bicanic, I.A. (2016). Critical analysis of the current treatment guidelines for complex PTSD in adults. *Depression and Anxiety*, 33(5), 359–369. doi: <http://dx.doi.org/10.1002/da.22469>
- Gunter, R.W., & Bodner, G.E. (2008). How eye movements affect unpleasant memories: Support for a working-memory account. *Behaviour Research and Therapy*, 46(8), 913–931. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2008.04.006>
- Matthijssen, S.J.M.A., & Van den Hout, M. (2016). The use of EMDR in positive verbal material: Results from a patient study. *European Journal of Psychotraumatology*, 7, 30119. doi: <http://dx.doi.org/10.3402/ejpt.v7.30119>
- Nijdam, M.J., & Olf, M. (2016). Erasing memory traces of trauma with Eye Movement Desensitization and Reprocessing therapy. *European Journal of Psychotraumatology* 2016, 7: 32545. <http://dx.doi.org/10.3402/ejpt.v7.32545>
- Van Schie, K., Van Veen, S.C., Engelhard, I.M., Klugkist, I., & Van den Hout, M. (2016). Blurring emotional memories using eye movements: Individual differences and speed of eye movements. *European Journal of Psychotraumatology*, 7, 29476. doi: <http://dx.doi.org/10.3402/ejpt.v7.29476>
- Van Veen, S.C., Engelhard, I.M., & Van den Hout, M.A. (2016). The effects of eye movements on emotional memories: Using an objective measure of cognitive load. *European Journal of Psychotraumatology*, 7, 30122. doi: <http://dx.doi.org/10.3402/ejpt.v7.30122>