

EMDR

Kind en Jeugd

EMDR bij mensen met een VB of ZB

Liesbeth Mevissen



Amersfoort, 18-9-2026

Wie zijn wij?

Werkveld: Gehandicaptenzorg? GGZ? Eigen praktijk?

Ervaring met LVB?

Ervaring met EVB?

EMDR practitioner? Basis? Vervolg? Supervisor? Trainer?



Positief starten

(digitale bijlage 3 in Mevissen & Didden, 2025)



Een positieve herinnering activeren

De instructies aan de cliënt zijn schuingedrukt.

Sluit je ogen (niet bij te angstige cliënten). Denk aan [periode bijv de afgelopen week]. Maak er maar een film van in je hoofd.

-Welk stukje uit de film vind je het fijnst om naar te kijken?

Of:

-Wat is het beste moment (van de film) om aan terug te denken?

Of:

-Welke situatie uit de film is het fijnste om aan terug te denken?

Of:

-Welk beeld uit de film geeft je dan nu het sterkst een goed gevoel over jezelf?

Of:

-Welk moment geeft je dan nu een gevoel van "Dat heb ik best goed gedaan" of "Dat vind ik best goed van mezelf?"

Of:

-Op welk moment zie je dat [thema /doel waar in de therapie aan wordt gewerkt] al beter lukt?

Etc.

Welk plaatje of beeld zie je nu voor je? Alsof het een filmbeeld of foto is.

Hoe ziet dit plaatje eruit? Wat zie je allemaal? Waar ben jij in dit plaatje?

Als je naar dit plaatje kijkt welke positieve gedachte over jezelf past daar dan bij?

(probeer of je de persoon tot een uitspraak op identiteitsniveau kunt ontlocken, bijv. ik ben goed zoals ik ben, ik ben iemand om van te houden, ik ben de moeite waard, ik doe ertoe, ik ben sterk/dapper)

Concentreer je daarop (zonder afleidende taak!)

Na 30 tot 45 sec: Wat merk je?

Concentreer je daarop

Na 30 sec tot 45 sec: Wat merk je?

Herhaal totdat er niets meer verandert, er geen nieuwe dingen opkomen.

*Je kunt eventueel vragen naar welk gevoel er op komt, wat de cliënt voelt in zijn/haar lijf en waar hij/zij dat voelt als dat helpt om positieve ervaringen te versterken. Bij cliënten die niet komen tot een positieve uitspraak bij een gekozen beeld kun je directief te werk gaan en zelf passende positieve uitspraken doen waarbij je stiltes probeert in te bouwen om te faciliteren dat het goede gevoeld kan worden (bijv. *Let maar op het fijne gevoel dat daarbij hoort*).*

Als je deze oefening hebt gebruikt als positieve start van je EMDR-sessie, ga je nu verder waar je in de vorige sessie bent gebleven.

Voordelen positief starten

- ☐ Vanuit positief, krachtig gevoel aan de slag met wat moeilijk is
- ☐ Je voegt adaptieve informatie toe aan het geheugennetwerk
- ☐ Stappen in de richting van de doelen worden uitgelicht (dat stimuleert)
- ☐ Als verbeteringen uitblijven kun je tijdig bijstellen
- ☐ [Belangrijke ander wordt uitgenodigd positieve feed-back te geven]



Programma

- ❑ EMDR bij LVB wetenschappelijk onderzoek /aanpassingen
- ❑ EMDR bij EVB wetenschappelijk onderzoek / traumaverhaal
- ❑ Traumabehandeling van naasten
- ❑ EMDR Casusconceptualisatie op basis van de DITS-LVB (“gebeurtenissenroute”)

Wetenschappelijk onderzoek trauma bij LVB:

- ❑ Valide en betrouwbaar diagnostisch instrument: DITS-LVB (Mevissen et al., 2016, 2020; Versluis et al., 2025) <https://www.accare.nl/child-study-center/kennisdomein/dits-lvb>
- ❑ Traumascreener voor volwassenen: TS-LVB (Versluis et al., 2025) <https://www.sheerenloo.nl/kennis/expertisecentrum-lvb/trauma-screener-ptss-lvb>
- ❑ Evidence based behandeling: EMDR bij LVB toenemend bewijs voor effectiviteit (Mevissen et al., 2017, Ooms-Evers et al., 2021, Karazias et al., 2019, Penninx Quevedo, 2021, Verhagen et al., 2023, Versluis et al., 2025, Bierman et al., 2026)
- ❑ Invloed van trauma's versus stressoren: impact vergelijkbaar (Rouleaux et al., 2025)
- ❑ Literatuur review aanpassingen EMDR bij VB (Schipper-Eindhoven et al., , 2025)

Aanpassingen EMDR bij LVB

- ❑ K&J protocol óók bij volwassenen; cognitief niveau richtinggevend voor niveau instructies
- ❑ Uitleg over trauma & EMDR: metafoor ladenkast, filmpjes, Tim en het wonder EMDR...óf gebeurtenissenroute
- ❑ Rem-oefening (digitale bijlage 1 in Mevissen & Didden, 2025)
- ❑ Visuele ondersteuning: Silverkit kaarten SUD, VOC, RDI; tekeningen
- ❑ Voorkom herhalen/samenvatten tijdens SP
- ❑ Durf af te wijken

Essentie van de stappen van het EMDR standaardprotocol

- (1) de herinnering in werkgeheugen brengen
- (2) de spanning zo hoog mogelijk opvoeren
- (3) rustig blijven bij het targetbeeld
- (4) rustig blijven bij de hele herinnering
- (5) functionele gedachte bij beeld/ herinnering
- (6) lichaam ontspannen bij (5)
- (7) functioneel gedrag in gedachten zonder spanning kunnen uitvoeren

Minimaal nodig: herinnering in werkgeheugen (eigen verhaal of verhalenmethode) en afleidende taak



Gevolgen PTS(S) bij naasten:

- ☐ Geen grenzen durven stellen
- ☐ Overbeschermen
- ☐ Angsten aanwakkeren
- ☐ Sterke emoties
- ☐ Wantrouwen, ook tov hulpverlening
- ☐ Overbelasting → ziekte / uitval / scheiding /



Traumabehandeling van naasten

(ouder, begeleider, partner)

Waarom nodig?

Posttraumatische stress (stoornis) bij naasten belemmert

- ☐ Ondersteunen tijdens EMDR
- ☐ Bijdragen aan verder herstel en ontwikkeling ná EMDR

Wanneer?

trauma's en stressoren → opvoedstress/ begeleidingsstress/relatiestress

- ☐ Kind/cliënt/partner gebonden: samen meemaken/getuige zijn/horen dat.../blootstelling aan ernstige gedragsproblemen
- ☐ Eigen trauma dat getriggerd wordt

Effecten kortdurende EMDR-therapie ouders

(3-5 sessies op kind-gebonden ervaringen)

Conijn et. al., 2021, 2022 (kinderen met progressieve stofwisselingsziekte)

- ❑ Symptomen PTS< & Psychische problemen<
- ❑ Ouders voelden zich veerkrachtiger om toekomstige problemen aan te kunnen

Stekkinger-de Vries et al., 2025 (klinisch opgenomen adolescenten met ASS)

- ❑ Symptomen PTS< & PTSS in remissie & Ouderlijke stress<
- ❑ Gedragsproblemen kind <
- ❑ Ervaren kwaliteit van leven>

[Mevissen et al., 2018, 2020 (KINGS-LVB klinische traumabehandeling LVB gezinnen)]

De cliënt is aangemeld, toch niet de ouder(begeleider/partner)?!”

Oefening:



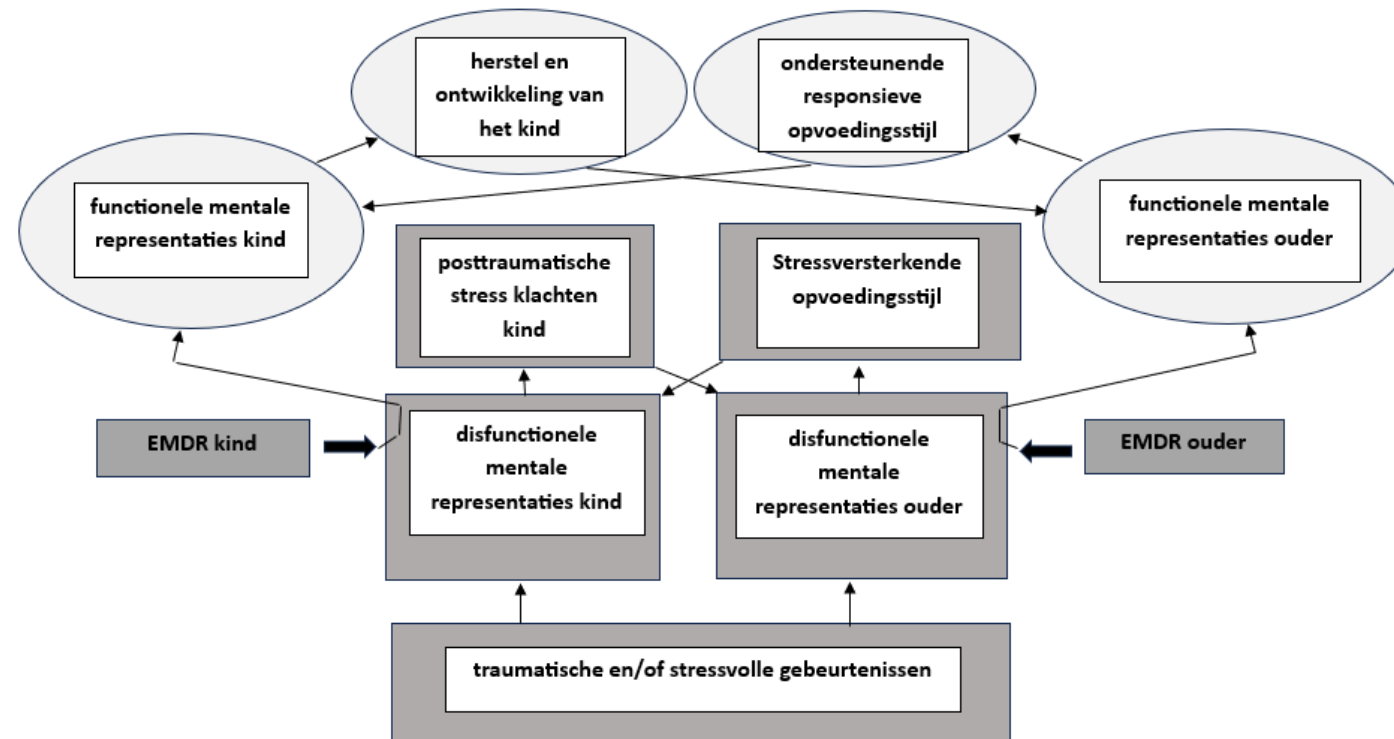
neem een cliënt in gedachten waarvan je sterk vermoedt dat ook de naaste posttraumatische stressklachten heeft die negatief uitwerken voor je cliënt

leg met behulp van de voorbeeldtekst uit dat je óók in gesprek wil met zijn/haar ouder(s)/begeleider/partner

Schema EMDR ouder-kind

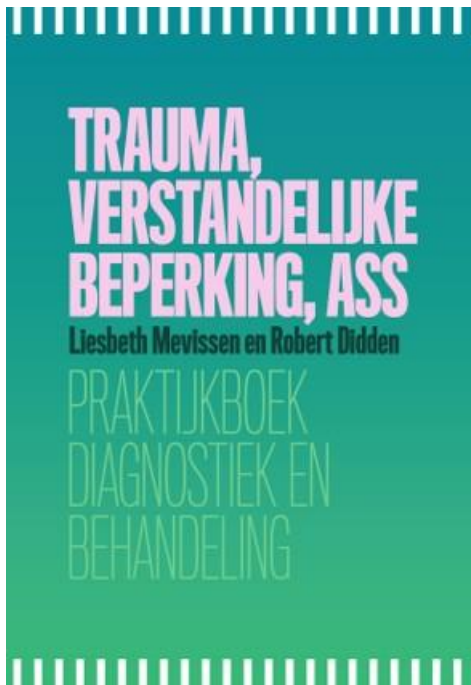
EMDR-therapie en gezamenlijk herstelproces van ouder en kind na trauma

Mevissen & Ross



Tijdlijnroute opvoedstress/begeleidingsstress/partnerstress

(digitale bijlage 4 in Mevissen & Didden, 2025)



Bijlage 4. Werkwijze tijdlijnroute voor opvoedstress/begeleidingsstress/relatiestress

De instructies aan de cliënt zijn schuingedrukt.

1. Vaststellen SMART behandelgoal(en)

*Als eerste gaan we uitzoeken wat voor jou het doel is van de behandeling. Wat zou je na deze behandeling graag anders willen doen in de omgang met je [kind; cliënt; partner]?
Indien nodig verder uitleggen: Als je na deze behandeling minder stress en spanning ervaart in de [opvoeding van je kind; omgang met je cliënt; omgang met je partner], wat zou je dan willen dat er anders gaat dan dat het nu gaat? Wat zou je anders willen doen?*

Formuleer elk doel in termen van zo concreet mogelijk gewenst gedrag.

Doel 1.

Doel 2.

....

2. EMDR-conceptualisatie

We hebben het eerder gehad over de stress die je ervaart en de nare dingen die je hebt meegemaakt met je [kind; cliënt; partner]. We gaan nu samen uitzoeken hoe de stress die je ervaart is ontstaan. We denken dat de stress die je als [ouder; begeleider; partner] voelt samenhangt met de nare gebeurtenissen die je hebt meegemaakt in de [opvoeding van je kind; begeleiding van je cliënt; relatie met je partner] of met de dingen die er in het leven van je [kind; cliënt; partner] zijn gebeurd. Wat je toen hebt meegemaakt, zit nu nog in je hoofd als een herinnering. En telkens als je nu iets moet doen wat je doet denken aan die gebeurtenis, popt je herinnering aan die gebeurtenis weer op in je hoofd. Zo ervaar je steeds weer opnieuw hoge stress. Met EMDR ruimen we dit soort herinneringen op en zorgen we ervoor dat je er geen last meer van hebt. Daardoor lukt het je straks beter om minder stress

Wetenschappelijk onderzoek trauma bij EVB:

- Valide en betrouwbaar diagnostisch instrument: DITS-EVB beschikbaar! (Hoogstad et al., 2026) [DITS-EVB – Eemhart](#)
- Evidence based behandeling: EMDR bij EVB eerste aanwijzingen voor effectiviteit (Hoogstad et al., 2024, 2026)
- Heb aandacht voor hoe verwanten beleven wat hun dierbare overkomen is (Hoogstad et al., 2025)

Ideographic signalering PTSS bij EVB en MVB

HOE SIGNALEREER JE EEN POSTTRAUMATISCHE STRESSSTOORNIS BIJ MENSEN MET EEN ERNSTIGE OF MATIGE VERSTANDELIJKE BEPERKING? EEMHART

Mensen met een ernstige of matige verstandelijke beperking (VB) maken relatief vaak nare gebeurtenissen mee. Na zo'n gebeurtenis is het normaal dat iemand last heeft van stress of angst. Soms houden de klachten aan en raakt het dagelijks leven ontregeld. Dan kan er sprake zijn van een posttraumatische stressstoornis (PTSS).

OP TIJD SIGNALEREN → OP TIJD PASSENDE BEGELEIDING EN BEHANDELING

Mensen met een ernstige of matige VB kunnen vaak moeilijk praten over wat ze ervaren. Daarom is het belangrijk om te letten op gedragsveranderingen.

SIGNALEN VAN PTSS ZIJN:

HERBELEVINGEN - Nachtmerries of schreeuwen in de slaap - Onrust als zich iets voordoet dat op de gebeurtenis lijkt - Steeds bezig zijn met wat er is gebeurd, bijvoorbeeld veel erover praten of zich eraan gedragen	VERMIJDING - Plaatsen, personen of situaties vermijden - Verzet in situaties die eraan doen denken, zoals wegduwen of hulp weigeren
VERANDERING IN STEMMING - Vaker bang, boos of verdrietig - Minder plezier of interesse hebben - Zich (meer) terugtrekken	VERHOOGDE SPANNING - Meer onrust of alertheid - Sneller prikkelbaar of agressief, een 'kort lontje' - Slechter slapen (Toename) van automutilatie - Snel schrikken

DENK JE DAT IEMAND MOGELIJK PTSS HEEFT?
Bespreek je zorgen met de betrokkenen, zoals verwanten, het begeleidend team en de betrokken orthopedagoog of psycholoog. Een getrainde diagnosticus, bijvoorbeeld een orthopedagoog of psycholoog, kan de DITS-EVB afnemen bij een verzorger die de persoon met een VB goed kent, zoals een verwant en/of een woonbegeleider.

De DITS-EVB geeft een duidelijk overzicht van de traumatische en andere nare gebeurtenissen en de klachten die daar het gevolg van zijn. Dit helpt om gedrag beter te begrijpen en om de begeleiding beter te laten aansluiten.

De DITS-EVB laat zien of iemand PTSS heeft en of traumabehandeling nodig is. Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt EMDR-therapie toepasbaar en helpend bij mensen met een ernstige of matige VB en PTSS.

De DITS-EVB is gratis beschikbaar via WWW.EEMHART.NL/KENNIS-EN-DESKUNDIGHEID/DITS-EVB OF SCAN DE QR CODE →



EMDR casusconceptualisatie_1

DITS-LVB:

Trauma's en stressoren en daaraan gerelateerde klachten zijn duidelijk

EMDR:

Dysfunctioneel gedrag → Doelen

Welke herinneringen moeten dan achtereenvolgens met het SP behandeld worden?

De zoekstrategieën



EC met de DITS-LVB_1

Gebeurtenissenroute

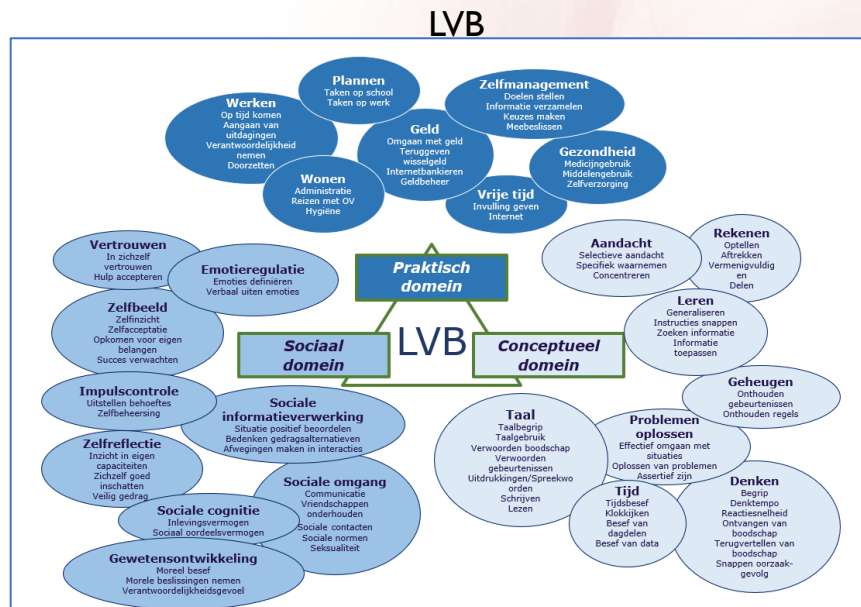
(digitale bijlage 3 in Mevissen & Didden, 2025)



1. Het is geen zoekstrategie uit schema want gebeurtenissen zijn vertrekpunt, niet een specifieke klacht of symptoomcluster
2. Het is een traumasensitieve zoekstrategie want uitgangspunt bij de gebeurtenissen is het geheel aan symptomen/klachten dat aan alle gebeurtenissen wordt gerelateerd
3. De gebeurtenissenroute is compatibel met het AIP model want dysfunctioneel gedrag is het uitgangspunt en de aansturende onverwerkte herinneringen worden opgespoord en onschadelijk gemaakt

Waarom de gebeurtenissenroute?

Diagnostic overshadowing traumasymptomen en symptomen van neurobiologische ontwikkelingsstoornissen:
traumasymptomen opheffen → organiciteit blijft over



ASS

Autisme	Overlap / Buitenkant	Posttraumatische stress
Tekortschietende sociale en communicatieve vaardigheden	Zich terugtrekken / problemen in relaties / eenzaamheid	Moeite om anderen te vertrouwen
Overgevoeligheid voor prikkels	Overreactie op geluid, licht, onverwachte prikkels	Overaltheid, snel schrikken
Ondergevoeligheid voor prikkels	Niet reageren op prikkels	Vermijding / Dissociatie
Rumineren, piekeren en perseveren	Steeds terugkerende gedacht/egsaprcksonderwerpen	Negatieve gedachten of herbelevingen
Moeite met het reguleren van emoties	Sterke emotionele reacties	Verhoogde reactiviteit zaab prikkelbaarheid, agresie

Gebeurtenissenroute

Een nieuwe zoekstrategie dus?

Is die efficiënt?

- ☐ Mevissen et al, 2017; Mevissen-et al., 2020; Ooms-Evers et al., 2021
- ☐ Versluis et al., 2025
- ☐ Hoogstad et al, 2024, 2026 (EMDR bij EVB, DITS-EVB)

Geen onderscheid tussen Type A trauma's en stressoren?

- ☐ Onderzoek Marielle Rouleaux

Take home message EMDR bij (L)VB

☐ EMDR bij (L)VB:

- ✓ K&J protocol uitgangspunt
- ✓ Vereenvoudig zo nodig
- ✓ Durf af te wijken maar weet wat je doet

☐ Heb oog voor trauma bij naasten en behandel zo nodig

☐ Maak gebruik van de DITS-LVB of DITS-EVB vanwege “diagnostic overshadowing”

Dank voor jullie deelname

