

EMDR-therapie *add on* module *Eye Movement Desensitization and Reprocessing*

Wat is EMDR-therapie en voor wie?

EMDR-therapie kan geschikt zijn wanneer je last hebt van traumagerelateerde klachten die een belemmering vormen voor je behandeling bij het NPI. Herinneringen aan een schokkende gebeurtenis kunnen zich blijven opdringen, bijvoorbeeld in de vorm van angstwekkende beelden (herbelevingen, flashbacks) en nachtmerries. Andere klachten die vaak voorkomen, zijn voortdurende alertheid en schrik- en vermijdingsreacties. EMDR-therapie kan worden ingezet voor de behandeling van klachten, die zijn ontstaan als direct gevolg van concrete, akelige gebeurtenissen, waarbij het denken aan deze gebeurtenissen nog steeds een emotionele reactie oproept. Het doel van deze kortdurende module is het verminderen van de levendigheid van de traumatische herinneringen, waardoor zij geen belemmering meer vormen voor je behandeling van persoonlijkheidsproblematiek binnen het NPI.

Behandeling

De *add on* module EMDR-therapie is een kortdurende aanvulling op je lopende behandeling bij het NPI en bestaat uit maximaal 8 sessies. In een indicatiegesprek wordt aandacht besteed aan de inventarisatie van de traumatische gebeurtenis(sen), inschatting van je persoonlijke draagkracht en draaglast en uitleg over EMDR-therapie. Er wordt gekeken of EMDR-therapie kan bijdragen aan de behandeling van de persoonlijkheidsproblematiek, en of kortdurend traject haalbaar is.

De behandelingsessies bestaan uit het oproepen van de traumatische herinnering waarbij gelijktijdig de aandacht naar het 'hier en nu' wordt getrokken middels het volgen van een (hand)beweging met de ogen. EMDR brengt doorgaans een stroom van gedachten en beelden op gang, maar soms ook gevoelens en lichamelijke sensaties. Na verloop van tijd verliest de herinnering haar kracht en emotionele lading en vindt er verwerking plaats. De behandelingsessie wordt afgerond met een oefening om weer rustig af te sluiten.

Bewezen effectief

De effectiviteit van EMDR-therapie is wetenschappelijk bewezen. De multidisciplinaire richtlijn voor angststoornissen onderschrijft EMDR-therapie als een eerste keus behandeling voor posttraumatische stressklachten. Tevens is er steeds meer bewijs voor de effectiviteit van deze therapie bij het behandelen van persoonlijkheidsproblematiek.

Publicaties

- Cusack, K., Jonas, D. E., Forneris, C. A., Wines, C., Sonis, J., Middleton, J. C., ... & Weil, A. (2016). Psychological treatments for adults with posttraumatic stress disorder: A systematic review and meta-analysis. *Clinical psychology review*, 43, 128-141. [Link naar het artikel.](#)
- Hafkemeijer LCS, de Jongh A, van der Palen J, Starrenburg A. Eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) in patients with a personality disorder. *Eur J Psychotraumatol*. 2020;11(1):1838777. [Link naar het artikel.](#)

Kosten

Ben je in Nederland verzekerd, dan wordt de behandeling bij het NPI vergoed via de Zorgverzekeringswet. Het NPI is een specialistische GGZ-instelling, wat inhoudt dat de behandelingen onderdeel zijn van de basisverzekering en vergoed worden door de zorgverzekeraars. Wel geldt bij behandeling in de specialistische GGZ het eigen risico. In je polisvoorwaarden staat precies beschreven voor welke vergoeding je in aanmerking komt.

In sommige gevallen kan je verzekeraar melden dat er geen contract is met het NPI. Het NPI is echter onderdeel van Arkin en er is een contract met Arkin. De zorg van het NPI wordt via dit contract vergoed.