

**5-daagse EMDR-vervolgopleiding
Hornsveld Psychologen Praktijk
2019**

- Dag 1** **Update, algemene inleiding, werkwijze EMDR 'linksom', *flashforwards***
- 09.30 Algemene inleiding en EMDR-*update*
EMDR is evidence based voor PTSS en inmiddels niet controversieel meer. Er verschijnen regelmatig studies waarbij EMDR succesvol wordt toegepast bij verschillende doelgroepen, stoornissen en indicatiegebieden. Op deze eerste dag wordt begonnen met een theoretische rationale voor deze brede toepassingen en met een overzicht van actuele empirische evidentie. Ook nieuwe ontwikkelingen op het gebied van EMDR (zoals kennis over werkingsmechanismen) en op het gebied van traumabehandeling (bijvoorbeeld intensieve traumabehandeling) zullen worden besproken.
- 11.00 Koffie/thee/fris
- 11.15 Introductie EMDR bij situatie-gebonden specifieke klachten ('linksom').
Overzicht van verschillende routes om te komen tot een zinvolle casusconceptualisatie vanuit de klachten. Uitgebreide toelichting op het in kaart brengen van de leergeschiedenis van de betreffende klacht; het zogeheten 'linksom'-model. Voor- en nadelen van het 'linksom'-model in relatie tot bestaande evidence based methodes worden toegelicht. Papieren oefening met het onderzoeken van de leergeschiedenis (conditionerende ervaringen) van een fictieve casus en het maken van een tijdlijn met de ernst van de klachten. Het selecteren van kerngebeurtenissen op hun relevantie voor het ontstaan en voortbestaan van de klachten.
- Flashforwards*
Uitleg over *flashforwards* (rampscenario's) en de relatie met leertheorie en CGt. Indicatie voor EMDR bij *flashforwards* en de keuze om in sommige gevallen direct met een *flashforward* te starten. Oefenen in tweetallen met *flashforwards*.
- 12.45 Lunch
- 13.45 Oefening in subgroepen
In subgroepen van ongeveer 12 deelnemers wordt het 'linksom'-protocol plenair stapsgewijs doorlopen en toegelicht. Er wordt gebruik gemaakt eigen voorbeelden van de cursisten (meestal angst of ongemak bij spinnen, autorijden, hoogtes e.d.).
- 14.45 Tijd voor vragen, aandachtspunten, tips en valkuilen.
- 15.15 Koffie/thee/fris
- 15.30 Practicum (in tweetallen, 1 docent per 6 tweetallen)
Deelnemers oefenen in tweetallen op elkaar en krijgen zo praktische vaardigheden om het geleerde ('linksom') goed toe te kunnen passen. Bij het oefenen worden de verschillende stappen vaak pas echt duidelijk. Vervolgens oefenen de deelnemers met een flashforward en een mental video check.
- 16:45 Einde

**5-daagse EMDR-vervolgopleiding
Hornsveld Psychologen Praktijk
2019**

Dag 2 'Rechtsom', RDI, en toets.

- 09.30 Inleiding werkwijze 'rechtsom'
Uitleg van 'rechtsom' (opvattingen-route). De eerste stap is het identificeren van (kern)opvattingen die bepalend zijn voor de problematiek van de patiënt. (Kern)opvattingen worden geactiveerd door dagelijkse situaties (*triggers*) en levend gehouden door herinneringen. Het identificeren van de belangrijkste herinneringen, leidt tot een (cognitieve) casusconceptualisatie met mogelijkheden voor EMDR. De nadruk zal liggen op het verbeteren van een negatief zelfbeeld. Deze werkwijze wordt vergeleken met andere methoden voor het behandelen van persoonlijkheidsproblematiek/ kernopvattingen zoals CGT, COMET en schematherapie (theoretische overeenkomsten en empirische evidentie).
- 11.00 Koffie/thee/fris
- 11:15 *Resource Development and Installation* (RDI).
Deze procedure is een soort omgekeerde EMDR. Het maakt gebruik van positieve herinneringen om eigenschappen op te roepen, deze te versterken en meer toegankelijk en beschikbaar te maken voor moeilijke momenten (waaronder het volhouden van de EMDR-therapie).
- 12.15 Toets.
- 12.45 Lunch
- 13.45 Werkwijze 'rechtsom' plenair in subgroepen
In de subgroep (1 docent per maximaal 12 personen) wordt de 'rechtsom'-werkwijze plenair stapsgewijs doorlopen en toegelicht. Er wordt gebruik gemaakt van eigen (kern)opvattingen van de cursisten. Aan de hand van een voorbeeld wordt het 'bewijsmateriaal' in kaart gebracht (archieven/ losse ervaringen/ boodschappen) waaruit mogelijke targets voor EMDR tevoorschijn komen. Deelnemers kunnen hun twijfels bespreken over eigen casuïstiek en de geschiktheid voor een 'rechtsom'-benadering.
- 15.00 Nakijken toets.
- 15.15 Koffie/thee/fris
- 15.30 Practicum (in tweetallen, 1 docent per 6 tweetallen)
Bij voorkeur met eigen materiaal, anders met een eigen casus wordt het 'rechtsom'-protocol doorlopen in tweetallen (1 docent per 6 tweetallen). Vervolgens oefenen de deelnemers met RDI. Met het oefenen worden de verschillende stappen vaak pas echt duidelijk. De docent is erbij om vragen te beantwoorden en te zorgen dat iedereen voldoende praktische ervaring opdoet.
- 16:45 Einde

**5-daagse EMDR-vervolgopleiding
Hornsveld Psychologen Praktijk
2019**

Dag 3	Ernstige (complexe) PTSS en <i>cognitive interweaves</i>.
09:30	Ernstige (complexe) PTSS De volgende onderwerpen komen aan bod: definiëring en diagnostiek van complexe PTSS; voorbereiding en stabilisatie; clustering en ordening bij meervoudige traumatisering; samenhang met persoonlijkheidsstoornissen en DIS, de <i>window of tolerance</i> en de vraag hoe je omgaat met erg hoge en erg lage arousal (dissociatie). Het inzetten van diverse werkgeheugen belastingstaken, kortere associatie-ketens, titratie-technieken en rescripting en alternatieven voor EMDR. Ook zal aandacht worden besteed aan intensieve traumabehandeling.
11:00	Koffie/thee/fris
11:15	Vervolg ochtend. Tijd voor casuïstiek en beeldmateriaal van deelnemers.
12:45	Lunch
13:45	<i>Cognitive interweave</i> Hoe ernstiger het trauma en hoe zwakker de patiënt, hoe meer interweaves nodig zijn. Video-demonstraties worden gegeven van diverse vormen van interweaves, waaronder combinaties van EMDR met imaginaire rescripting. Allerlei mogelijke interventies worden besproken om vastgelopen EMDR-behandelingen 'vlot te trekken'. Het verschil tussen <i>looping</i> , <i>blocking</i> en herbelevingen en dissociatie komt ter sprake en de overeenkomsten en verschillen met imaginaire rescripting. Oefening met papieren voorbeelden en eigen casuïstiek.
15:00	Koffie/thee/fris
15:15	Tijd voor casuïstiek en beeldmateriaal van deelnemers.
16:30	Afsluiting en voorbereiding en instructies voor dag 4 en dag 5.
16:45	Einde

5-daagse EMDR-vervolgopleiding Hornsveld Psychologen Praktijk 2019

Dag 4 en 5 Presentaties van de deelnemers, afgewisseld met herhaling en verdieping van de stof en oefeningen

Toelichting (dag 4 en dag 5).

Aan alle deelnemers is gevraagd een opname van een EMDR-sessie te maken en hierover presentatie voor te bereiden. De opname moet betrekking hebben op een van de volgende onderwerpen: complexe PTSS, RDI, cognitive interweave, 'linksom' of 'rechtsom'. Op dag 4 en dag 5 zullen de opnames worden bekeken en besproken, niet beoordeeld.

Er is ruim tijd voor vragen van deelnemers; ook vragen die betrekking hebben op sessies waar geen beeldfragmenten van zijn. Allerlei kwesties waar men in de toepassing tegen aan is gelopen kunnen worden besproken.

Doelstelling is om de deelnemers te motiveren EMDR op een verantwoorde wijze vaker en breder te gaan toepassen. De deelnemers krijgen vertrouwen in hun eigen kunnen en worden gestimuleerd om opnames te blijven maken en zichzelf voortdurend te verbeteren.

Tussendoor zullen enkele praktische opdrachten worden gegeven, zoals

- In drie/viertallen feedback geven op een voorbeeld 'rechtsom'-casusconceptualisatie
- idem 'linksom'
- opvattingen formuleren bij diverse as I en as II stoornissen

Eveneens zullen tussendoor enkele korte presentaties door de docent worden gegeven -bij voorkeur indien dit aansluit op de betreffende casuïstiek - zoals

- EMDR bij verslaving
- EMDR bij obsessief-compulsieve stoornis
- EMDR bij boosheid

09.30	Presentaties
11.00	Koffie/thee/fris
11.15	Presentaties vervolg
12.45	Lunch
13.45	Presentaties vervolg
15.15	Koffie/thee/fris
15.30	Presentaties vervolg
16.30	Afsluiting van de dag/ evaluatie
16:45	Einde