

## **Posttraumatische stress bij kind in een paar uur succesvol te behandelen**

**Kinderen en jongeren met een post-traumatische stressstoornis (PTSS) kunnen met slechts een paar uur therapie - met EMDR of schrijftherapie succesvol behandeld worden. Dit blijkt uit onderzoek van de Universiteit van Amsterdam (UvA) en GGZ Rivierduinen in Leiden, dat op [donderdag 29 juni 2017] is gepubliceerd in het wetenschappelijke tijdschrift *Journal of Child Psychology and Psychiatry*.**

PTSS kan ontstaan na een schokkende gebeurtenis zoals een gewelddadige aanslag, een verkeersongeval, seksueel misbruik of fysieke mishandeling. Ook plotseling verlies door een overlijden of moord kan posttraumatische reacties geven. Uit eerder onderzoek is gebleken dat PTSS bij volwassenen effectief kan worden behandeld met Eye Movement Desensitization and Reprocessing-therapie (EMDR) of traumagerichte cognitieve gedragstherapie/imaginaire exposure. Bewijs voor de effectiviteit van EMDR bij kinderen was er echter nog onvoldoende.

Klinisch psycholoog en UvA-promovendus Carlijn de Roos en collega's vergeleken het effect van EMDR met dat van schrijftherapie (WRITEjunior) bij kinderen en jongeren in de leeftijd van 8 tot 18 jaar die eenmalig getraumatiseerd waren, bijvoorbeeld door een verkeersongeval of een bijna-verdrinking. In beide behandelingen wordt een confrontatie aangegaan met de traumatische herinnering, zonder voorbereidende sessies. Bij EMDR wordt de traumatische herinnering geactiveerd, terwijl tegelijkertijd het kind een afleidende taak krijgt aangeboden (oogbewegingen). Bij schrijftherapie maakt het kind samen met de therapeut een verhaal over de gebeurtenis en de gevolgen op de computer, waarbij alle akelige aspecten van de herinnering door het kind worden beschreven. In de laatste sessie deelt het kind het verhaal over wat er met hem/haar gebeurd is met anderen.

### **Aan een paar uur genoeg**

In totaal namen 103 kinderen en jongeren deel aan de studie. Gemiddeld bleken vier sessies voldoende te zijn voor succesvolle behandeling. 'EMDR en schrijftherapie waren even effectief in het verminderen van posttraumatische stressreacties, angst- en depressieve klachten en gedragsproblemen. Bovendien bleek dat de benodigde behandeltijd kort is en daardoor veel minder kostbaar' vertelt De Roos. 'We hebben letterlijk met een stopwatch de duur van de traumabehandelingen geklokt. Hieruit kwam naar voren dat met EMDR het effect significant sneller werd bereikt, gemiddeld in 2 uur en 20 minuten, dan met schrijftherapie met een gemiddelde van 3 uur en 47 minuten. En het allerbelangrijkste is natuurlijk dat de resultaten blijvend waren, zo wees de follow-upmeting een jaar na behandeling uit.'

### **Betekenis voor het veld**

Ongeveer 16% van de kinderen die zijn blootgesteld aan traumatische gebeurtenissen, ontwikkelt PTSS. De Roos: 'Kinderen met PTSS die niet worden behandeld, lijden onnodig, ontwikkelen steeds meer problemen en lopen verhoogd risico om opnieuw getraumatiseerd te worden. De uitdaging voor het veld is om zo snel mogelijk symptomen van PTSS te herkennen en direct door te verwijzen voor evidence-based traumabehandeling.' Het screenen op PTSS zou volgens De Roos in de jeugdzorg standaard voor alle stoornissen moeten plaatsvinden. 'Als PTSS wordt vastgesteld, kan een kortdurende traumabehandeling leiden tot grote klachtvermindering. Snel ingrijpen en snel behandelen vermindert het lijden van kind en gezin en levert bovendien een enorme kostenbesparing op in de zorg.'

Volgens De Roos is het nu zaak om in vervolgonderzoek te kijken naar de effecten van EMDR en schrijftherapie bij kinderen met PTSS-symptomen na chronisch trauma met complexe problematiek, en bij kinderen onder de 8 jaar.

De Roos voerde het onderzoek uit als onderdeel van haar promotie aan het Academisch Centrum Tandheelkunde Amsterdam (ACTA). Prof. dr. Ad de Jongh, bijzonder hoogleraar Angst- en gedragsstoelingen in de tandheelkundige praktijk, en prof. dr. Paul Emmelkamp, hoogleraar Klinische psychologie, zijn haar promotoren. De Roos was werkzaam bij GGZ Rivierduinen en is sinds kort klinisch psycholoog bij het Centrum voor trauma en gezin van de Bascule in Amsterdam .

### **Publicatiegegevens**

Carlijn de Roos, Saskia van der Oord, Bonne Zijlstra, Sacha Lucassen, Sean Perrin, Paul Emmelkamp & Ad de Jongh: 'Comparison of EMDR Therapy, Cognitive Behavioral Writing Therapy and Wait-list in Pediatric PTSD Following Single-Incident Trauma: A Multi-Center Randomized Clinical Trial', in: *Journal of Child Psychology and Psychiatry* (29 juni 2017).

---

**Noot voor de redactie:**

Voor meer informatie en interviewverzoeken kunt u contact opnemen met UvA Persvoorlichting, telefoon: 020 525 2695 of e-mail: [persvoorlichting@uva.nl](mailto:persvoorlichting@uva.nl).