



## Informatie voor ouder(s) en jongeren

Altrecht Autisme, Jeugd

## EMDR

EMDR is een effectieve behandelmethode om nare ervaringen (trauma's) te verwerken.

Nare ervaringen kunnen schokkende ervaringen zijn, zoals een verkeersongeval of een geweldsmisdrijf. De methode kan ook gebruikt worden voor andere ervaringen die veel invloed hebben gehad op de ontwikkeling van iemands leven. Met name wanneer ervaringen, zoals pesterijen of ingrijpende gebeurtenissen in de jeugd, nu nog steeds invloed hebben op het dagelijks functioneren.

### Wanneer is EMDR een geschikte methode?

EMDR komt in aanmerking wanneer een kind of jongere problemen heeft, die vermoedelijk te maken hebben met eerder meegemaakte ingrijpende gebeurtenissen.

Bepaalde gebeurtenissen kunnen diep ingrijpen in het leven van kinderen en jongeren. Een groot deel van de kinderen en jongeren 'verwerkt' deze ervaringen op eigen kracht. Bij anderen ontwikkelen zich psychische klachten. Vaak gaat het om herinneringen aan de schokkende gebeurtenis die zich blijven opdringen, waaronder angstwekkende beelden (herbelevingen, flashbacks) en nachtmerries. Andere klachten die vaak voorkomen zijn schrik- en vermijdingsreacties.

### Vanaf welke leeftijd kan EMDR toegepast worden?

EMDR kan al bij kinderen vanaf de leeftijd van 2 jaar toegepast worden. Ook ingrijpende gebeurtenissen die nog voor de taalontwikkeling plaats vonden, kunnen met behulp van EMDR worden verwerkt. Als ouder bent u nauw betrokken bij de behandeling van uw zoon of dochter. Bij heel jonge kinderen krijgen ouders of verzorgers een belangrijk aandeel in de behandeling.

### Meer informatie over EMDR

[www.emdr.nl](http://www.emdr.nl) en [www.emdrkinderenjeugd.nl](http://www.emdrkinderenjeugd.nl)

### Kosten:

De behandeling wordt vergoed door de zorgverzekering. Echter bij afzegging binnen 24 uur brengen wij een deel van de kosten (40 euro) bij u in rekening.

### Adresgegevens

Altrecht Autisme, Jeugd  
Nieuwe Houtenseweg 2  
3524 SH Utrecht  
030 - 2809311