

## ***Algemene informatie over Reinier Consultancy***

Uw therapeut is ook buiten kantooortijden bereikbaar. Ontwikkelingen en ideeën vinden immers niet alleen tussen 09.00 en 17.00 uur plaats.

Naast begeleiding bij de ondersteunings-trajecten kunt u bij Reinier Consultancy ook terecht voor IRO-trajecten, Jobcoaching, het helpen met het opzetten van een eigen bedrijf (een ZZP-traject), voor individuele coaching en counseling met betrekking tot o.a. ADHD, relatieproblematiek en stress.

Aangesloten bij de ABvC, RBNG en NFG. Tevens BRIG geregistreerd. De meeste zorgverzekeraars geven, afhankelijk van de polis, een vergoeding voor de consulten.

### ***Adresgegevens en bezoekadressen***

Post kunt u sturen aan:

Reinier Consultancy  
Postbus 116  
6900 AC Zevenaar

Hoofdvestiging:  
Reinier Consultancy, De Pelikaan,  
Ringbaan Zuid 8, 6905 DB Zevenaar.

Voor informatie over bezoekadressen en overige informatie over Reinier Consultancy kunt u terecht op:

**[www.reinierconsultancy.nl](http://www.reinierconsultancy.nl)**

U kunt ook mailen naar:

**[Reinier@reinierconsultancy.nl](mailto:Reinier@reinierconsultancy.nl)**



### ***Traumaverwerking EMDR therapie***



***De geest is als een parachute,  
hij werkt het beste wanneer hij open is.***



## EMDR therapie

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) betekent letterlijk: door oogbeweging minder gevoelig worden en opnieuw verwerken.

Reinier Consultancy biedt u deze vorm van therapie, bedoeld voor mensen die psychische klachten hebben als gevolg van een traumatische ervaring (bijvoorbeeld een ernstig verkeersongeval of een geweldsmisdrijf).

Bepaalde gebeurtenissen kunnen diep ingrijpen in uw leven en leiden tot psychische klachten. Het gaat vooral om zich opdringende herinneringen en angstwekkende beelden aan de traumatische gebeurtenis. Dat kan zich uiten in herbelevingen, flashbacks, nachtmerries, stress en vermijdingsgedrag. Er is dan sprake van een post traumatische stress-stoornis (PTSS). EMDR is bedoeld voor de behandeling van mensen met PTSS en andere angstklachten. Voor het slagen van de therapie is het belangrijk dat de ontstane klachten een direct gevolg zijn van een concrete, akelige gebeurtenis en het denken aan deze gebeurtenis nog steeds een emotionele reactie oproept. Uit de resultaten van uitgebreid wetenschappelijk onderzoek blijkt dat cliënten goed op EMDR reageren.

Als het gaat om een eenmalige ingrijpende gebeurtenis kunnen mensen vaak na drie

sessies alweer klachtenvrij functioneren. Alvorens met EMDR therapie te beginnen wordt er uitgebreid aandacht besteed aan de oorzaak en achtergronden van uw klachten. Bovendien wordt er gekeken naar een aantal individuele kenmerken waaronder uw persoonlijke draagkracht en de hinder die u van de klachten ondervindt. Vervolgens zal blijken of een gerichte traumabehandeling nodig is, en of EMDR therapie daarvoor geschikt is.

EMDR is een snelwerkende therapie. Hierdoor is de behandeling voor de patiënt vaak



zeer intensief. De therapeut vertelt u niet alleen wat hij gaat doen en waarom, maar hij legt u ook uit wat u zelf moet doen om de emoties zo goed mogelijk de baas te blijven. Dit wordt ook geoefend. De therapeut zal u vragen terug te gaan naar de traumatische herinnering. Dit compleet met de bijbehorende beelden, gedachten en gevoelens. Hierdoor wordt er meer informatie verkregen over de traumatische beleving. Daarna zal de therapeut u vragen om de gebeurtenis opnieuw voor de geest te halen. Tijdens deze confrontatie met de beelden wordt u afgeleid door prikkels, zoals de heen en weer bewegende vinger van de therapeut of tikjes via een koptelefoon. Daarbij vraagt de therapeut u wat er aan gedachten naar boven komt.

De EMDR procedure brengt een stroom van gedachten en beelden op gang, maar ook gevoelens en lichamelijke gewaarwordingen. Na een serie vragen zal u gevraagd worden u te concentreren op de meest opvallende verandering. Aansluitend volgt een nieuwe serie. Op een bepaald moment verliest de herinnering haar kracht en emotionele lading en kunnen er nieuwe gedachten of inzichten ontstaan, die een andere, minder bedreigende betekenis aan de oorspronkelijke situatie geven.