**Aanbevelingen voor het gebruik van online EMDR-therapie tijdens de Covid-19-pandemie**

**Introductie**

Aangezien de Covid-19-pandemie zich snel blijft ontwikkelen en de bij EMDR-Europe aangesloten landen in ‘lockdown’ zijn of andere maatregelen nemen, is het noodzakelijk om de eerder uitgegeven richtlijnen voor online EMDR-therapie bij te werken.

We zullen deze informatie indien nodig voortdurend herzien en bijwerken in het licht van toekomstige ontwikkelingen.

Als EMDR-therapeuten staan ​​we voor een nieuwe uitdaging die we nog niet eerder zijn tegengekomen. Velen van ons zullen niet in staat zijn om face-to-face consultaties of therapie aan te bieden aan cliënten in nood. Er is echter een aanzienlijke hoeveelheid bestaande informatie van beoefenaars die al vele jaren online EMDR-therapie toepassen. Wij vinden dat, in de huidige omstandigheden waarin het onmogelijk is om face-to-face te werken, deze ervaringen moeten worden erkend en gedeeld.

**Gebruik van EMDR online therapie**

**Onderzoek**

Er bestaan momenteel nog geen onderzoeksresultaten die een verschil in effectiviteit aantonen tussen online en face-to-face EMDR-therapie. Er zijn enkele kleine, ongecontroleerde onderzoeken - die geen EMDR gebruiken - die aangeven dat er geen verschil zou zijn tussen online en face-to-face EMDR-therapie.   
Om statistische redenen zou het uitvoeren van gecontroleerd onderzoek naar het verschil tussen face-to-face en online EMDR-therapie een enorme onderneming zijn, waarvoor een aanzienlijk aantal deelnemers nodig zou zijn. Een dergelijk onderzoek zal waarschijnlijk niet snel plaatsvinden.

* **Het is daarom onmogelijk om uit bestaand onderzoek te concluderen of er al dan niet verschillen zijn tussen face-to-face en online EMDR-therapie.**

**Anekdotisch bewijs**

Er is een aanzienlijke hoeveelheid anekdotische informatie van ervaren EMDR-beoefenaars in heel Europa waaruit blijkt dat online EMDR-behandeling even effectief is als face-to-face EMDR-therapie. Het anekdotische bewijs lijkt net zo sterk voor online EMDR-behandeling bij kinderen als bij volwassenen. Gezien het gebrek aan beschikbaar onderzoek en het feit dat de crisis enige tijd aanhoudt, is het redelijk om nu op de anekdotische informatie te vertrouwen. Het zou in lijn hiermee ook redelijk zijn om het gebruik van EMDR-onlinetherapie aan te bevelen voor elke **zorgvuldig beoordeelde en geschikt bevonden cliënt**, zowel bestaande cliënten als nieuwe cliënten.

Inderdaad, er is een duidelijk voordeel bij het gebruik van online EMDR-therapie in de huidige crisis. Want hierdoor kan EMDR-therapie worden aangeboden aan veel cliënten die deze anders niet zouden kunnen ontvangen.

* **Tijdens de huidige coronacrisis wordt daarom online EMDR-therapie aanbevolen die het standaard EMDR-therapieprotocol volgt, voor alle cliënten voor wie EMDR-therapie de geschikte behandeling is.**
* **Daarnaast willen we het volgende benadrukken:**
  + We ondersteunen het gebruik van EMD-, EMDr- en recent trauma-protocollen, evenals stabilisatie en aarding, psycho-educatie, veilige plaats en installatie van bronnen.
  + Voorzichtigheid is geboden bij het werken met complexe cliënten.
  + Therapeuten moeten hun nationale voorschriften en voorzorgsmaatregelen met betrekking tot online therapie volgen.
  + Het is van belang om vast te houden aan de basis van onze praktijk, dat is de *EMDR Europe Code of Ethics*, onze ethische code. Dit is vooral van belang als het ons aan ervaring en kennis ontbreekt.

**Behandelvaardigheden en risico's**

Zijn er speciale behandelvaardigheden vereist bij het online toepassen van het EMDR-protocol?   
Nogmaals, onderzoek kan ons niet helpen om deze vraag te beantwoorden. We moeten voorlopig vertrouwen op het anekdotische bewijs en praktische ervaringen, en dit lijkt aan te tonen dat het standaardprotocol online goed werkt; het is niet nodig dit standaardprotocol te wijzigen.   
Het belangrijkste is, dat clinici alleen mogen werken met cliënten die *binnen hun competentieniveau vallen* en dat behandelaars *op de juiste manier worden begeleid.* Net zoals gebruikelijk is bij het normale face-to-face werken.

* **Alle risico's van online EMDR-therapie lijken vergelijkbaar met die van clinici die face-to-face werken. Niettemin zijn de acties, die een therapeut bij online therapie kan inzetten om zich aan verschillende risico's aan te passen, beperkt.**

**Technische en praktische vaardigheden die nodig zijn bij het uitvoeren van een online sessie**

Er is een reeks technische en praktische vaardigheden die een therapeut nodig heeft om een ​​productieve online EMDR-sessie te houden. De meeste EMDR-clinici hebben waarschijnlijk nog niet online gewerkt en zullen hierbij hulp kunnen gebruiken.   
Er is toch al een aanzienlijke hoeveelheid bestaande informatie van beoefenaars die al vele jaren online werken. Sommige nationale verenigingen verzamelen deze informatie al om met hun leden te delen en organiseren webinars voor het delen van vaardigheden over het houden van een online EMDR-sessie.

* **Het Uitvoerend Comité van EMDR-Europe is, in samenwerking met de *Standards and Practice Committees*, bezig met het benaderen van de nationale verenigingen die al informatie hebben verzameld van clinici die ervaring hebben met online werken. We zullen zo snel mogelijk verdere aanbevelingen doen over de technische en praktische vaardigheden die nodig zijn om online te werken aan alle nationale verenigingen.**