

Herken trauma bij verstandelijke beperking, zwakbegaafdheid en autisme

Interview met Liesbeth Mevissen en Robert Didden

21 november 2025

Boek: Trauma bij mensen met een verstandelijke beperking of autisme

Veel mensen met een verstandelijke beperking, zwakbegaafdheid of autisme hebben te maken gehad met ingrijpende ervaringen. Toch blijft trauma bij deze groepen vaak onder de radar, of wordt het verkeerd begrepen. In hun nieuwe boek 'Trauma, verstandelijke beperking, zwakbegaafdheid, autisme' brengen klinisch psycholoog en EMDR-therapeut Dr. Liesbeth Mevissen en hoogleraar Robert Didden wetenschap en praktijk samen.

Een samenwerking die vanzelfsprekend voelde

Het boek is ontstaan uit een gedeelde frustratie én fascinatie. "Al jaren zagen we in de praktijk dat trauma bij mensen met een verstandelijke beperking of autisme vaak niet wordt herkend," vertelt Liesbeth Mevissen. "Gedrag dat voortkomt uit angst, schaamte of herbelevingen wordt nogal eens gezien als 'typisch autistisch gedrag' of als een uiting van de beperking zelf. Daardoor missen we de kern: het onderliggende trauma."

Voor Robert Didden was dat een herkenbaar uitgangspunt. "In onderzoek zagen we hetzelfde patroon: trauma is er vaak wel, maar het wordt niet als zodanig benoemd. We wilden een boek maken dat kennis en handvatten biedt, niet alleen voor behandelaren, maar ook voor begeleiders in de gehandicaptenzorg."

De samenwerking verliep volgens beiden heel natuurlijk. "Robert bracht de wetenschappelijke verdieping, ik de klinische vertaling naar de behandelkamer," zegt Mevissen. "We vullen elkaar goed aan. Waar ik denk in voorbeelden en emoties, denkt hij in concepten en modellen." Didden lacht: "En samen zorgen we dat het boek zowel onderbouwd als praktisch bruikbaar is."

Robert bracht de wetenschappelijke verdieping, ik de klinische vertaling naar de behandelkamer.
Liesbeth Mevissen

Trauma dat niet herkend wordt

Een belangrijk uitgangspunt van het boek is dat traumasymptomen bij mensen met autisme of een verstandelijke beperking niet anders zijn, maar soms anders tot uiting komen.

Mevissen: "Een cliënt met autisme die plots veel herhalingsgedrag vertoont of extreem controle wil houden, kan dat doen uit angst die voortkomt uit een traumatische ervaring. Maar als behandelaar moet je dat leren zien. Anders werk je aan symptoombestrijding in plaats van herstel."

Volgens Didden speelt 'diagnostische overshadowing' hier een rol: "Professionals schrijven nieuw gedrag vaak toe aan de beperking of het autisme, in plaats van te denken aan trauma. Daardoor blijft passende behandeling uit."

Het boek bevat voorbeelden uit de praktijk waarin kleine signalen, zoals plotselinge agressie, teruggetrokken gedrag of slaapproblemen, uiteindelijk bleken te wijzen op traumatische ervaringen. "Het vraagt van behandelaren dat ze nieuwsgierig blijven, ook als gedrag op het eerste gezicht 'past' bij de beperking," zegt Mevissen. "Herkenning is echt de eerste stap naar herstel."

Handelingsverlegenheid bij professionals

Veel behandelaren herkennen trauma inmiddels beter, maar voelen zich nog onzeker over de behandeling. Didden: "Er heerst terughoudendheid, vooral uit zorg dat EMDR of andere trauma-interventies te heftig zouden zijn voor deze doelgroepen. Dat is begrijpelijk, maar onderzoek en ervaring laten zien dat het juist goed mogelijk is, mits je de behandeling zorgvuldig aanpast."

Mevissen vult aan: "We willen professionals bemoedigen. Je hoeft niet altijd de behandeling zelf te doen; soms is het al waardevol als je trauma herkent en weet wanneer je moet doorverwijzen. Ons boek biedt daarvoor een kader én praktische richtlijnen."

EMDR: effectief, mits aangepast

Beide auteurs benadrukken dat EMDR ook bij mensen met een verstandelijke beperking of autisme effectief kan zijn, zolang het aansluit bij de cognitieve en communicatieve mogelijkheden van de cliënt. “Je moet denken in eenvoud, duidelijkheid en herhaling,” legt Mevissen uit. “Gebruik visuele hulpmiddelen, korte zinnen en neem meer tijd. Soms zijn meerdere korte sessies beter dan één lange.”

Didden wijst erop dat de wetenschappelijke basis groeit: “Steeds meer studies tonen aan dat EMDR veilig en effectief kan worden ingezet bij deze doelgroepen. Maar we moeten blijven onderzoeken wat werkt, voor wie en onder welke omstandigheden.”

Volgens de auteurs is het belangrijk dat behandelaars zich niet laten afschrikken door complexiteit. “De kern van traumabehandeling blijft hetzelfde,” zegt Mevissen. “Het is onze taak om de methode toegankelijk te maken, niet om de cliënt uit te sluiten.”

Vooruitkijken: meer onderzoek, meer bewustzijn

De auteurs hopen dat hun boek bijdraagt aan een cultuuromslag in zowel de GGZ als de VG-zorg en ze bij dichterbij elkaar brengt. “Trauma is geen zeldzaam verschijnsel, ook niet bij mensen met een beperking,” zegt Didden. “We willen dat behandelaars en begeleiders dat vanzelfsprekend meenemen in hun diagnostiek en behandeling.”

Mevissen ziet nog veel werk aan de winkel: “We weten inmiddels dat traumabehandeling *kán* bij deze doelgroepen. De volgende stap is dat het ook overal gebeurt waar het nodig is, met voldoende scholing, intervisie en ondersteuning.”

Op onderzoeksgebied willen ze verder verdiepen in wat werkt voor specifieke subgroepen, bijvoorbeeld mensen met autisme en een hoge mate van sensorische gevoeligheid. “Er is nog veel te ontdekken,” aldus Didden. “Maar de richting is duidelijk: trauma verdient altijd aandacht.”

‘Blijf kijken voorbij het gedrag’

Tot slot hebben beiden een duidelijke boodschap voor professionals die zich soms machteloos voelen bij complexe problematiek.

“Blijf nieuwsgierig,” zegt Mevissen. “Gedrag is nooit zomaar gedrag. Achter woede, angst of teruggetrokkenheid kan een geschiedenis van pijn schuilgaan.”

Didden besluit: “Je hoeft het niet allemaal alleen te kunnen. Maar je kunt *wél* het verschil maken door te zien wat er speelt en te weten waar je hulp kunt halen. Dat begint bij kennis, compassie en samenwerking.”

Directe toepassing van het boek

Liesbeth Mevissen verzorgt bij RINO Groep twee cursussen waarin de inzichten uit het boek direct terugkomen.

- [EMDR bij mensen met autisme](#); In deze cursus leer je wanneer en hoe je EMDR kunt toepassen bij mensen met ASS.
- [Traumadiagnostiek en EMDR therapie bij mensen met een verstandelijke beperking](#); In deze cursus leer je als EMDR therapeut om kinderen en volwassenen met een verstandelijke beperking of zwakbegaafdheid op een efficiënte en effectieve wijze van hun traumagerelateerde klachten af te helpen.

Wat ze van cursisten terug hoort, stemt hoopvol. “Veel behandelaars zeggen na afloop: ik kijk nu anders. Ze durven trauma sneller te benoemen en voelen zich zekerder in het contact met cliënten. Dat is precies wat we willen bereiken.”

Didden vult aan: “Onze gezamenlijke missie is dat kennis over trauma niet in boeken blijft, maar echt landt in de behandelkamer.”

Meer informatie over het boek:

[Trauma bij mensen met een verstandelijke beperking of autisme – Herkennen en behandelen door Liesbeth Mevissen & Robert Didden \(2025\)](#)



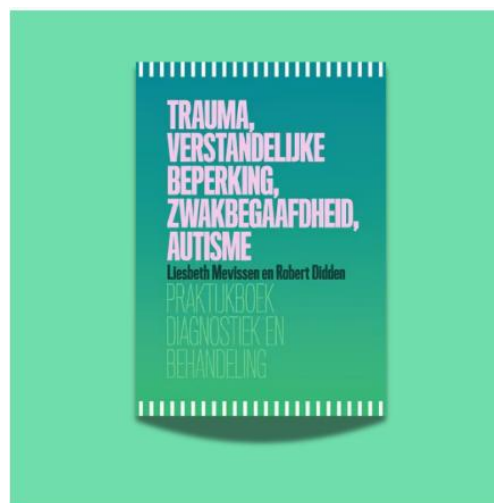
Liesbeth Mevissen

Dr. Liesbeth Mevissen is klinisch psycholoog, orthopedagoog-generalist, psychotraumatherapeut (NtVP), EMDR Europe Consultant en docent, met uitgebreide ervaring in de praktijk.



Robert Didden

Prof. dr. Robert Didden is orthopedagoog en onderzoeker bij het Kenniscentrum van Trajectum, een gespecialiseerde (forensische) zorginstelling voor mensen met een licht verstandelijke beperking en complexe problematiek. Daarnaast is hij hoogleraar 'Verstandelijke beperking, leren en gedrag' aan de Radboud Universiteit Nijmegen.



Boek: Trauma bij mensen met een verstandelijke beperking of autisme