

FORTA

OPLEIDINGEN

Draaiboek

vierdaagse basiscursus schematherapie

Behandeling van persoonlijkheidsproblematiek

Samengesteld door Fieke Bosma
Copyright Forta Opleidingen. www.fortaopleidingen.nl

Algemeen

Inleiding

Schematherapie is een vorm van cognitieve gedragstherapie voor mensen met ernstige psychische stoornissen, ontwikkeld als behandeling van persoonlijkheidsproblematiek, maar inmiddels ook effectief gebleken bij bijv. een recidiverende depressie of angststoornis. Schematherapie helpt de cliënt om de oorsprong van disfunctionele gedragspatronen te doorgronden en te veranderen, gebruik makend van zowel de therapeutische relatie als cognitief gedragstherapeutische en experiëntiële technieken. De invloed van ervaringen uit de jeugd op patronen en het dagelijkse leven worden onderzocht. Doel is om de cliënt te laten voelen wat zijn/haar behoeften zijn, te verwerken wat hij/zij is tekortgekomen en om op een gezondere manier te leren reageren op behoeftes, problemen en frustraties en op die manier verandering te bewerkstelligen in gedrag, gevoelens en gedachten.

Doel en methode

De cursus richt zich inhoudelijk op het verkrijgen van kennis over schematherapie en opdoen van vaardigheden m.b.t. schematherapeutische (experiëntiële, cognitieve en gedragsmatige) technieken. In de cursus wordt de basis gelegd voor het opzetten en uitvoeren van een schematherapeutische behandeling. Er wordt dan ook ruim aandacht besteed aan diagnostiek en indicatiestelling. Daarnaast ligt de focus op de therapeutische relatie, het werken met schema's en modi, limited reparenting en experiëntiële technieken. Ook de invloed van de eigen schema's van de therapeut komt aan de orde. Aan het einde van de cursus is de cursist in staat om – onder supervisie – een schematherapeutisch traject vorm te geven en uit te voeren.

De basisprincipes van cognitieve gedragstherapie worden bekend verondersteld, waarbij de schematheorie in het leertheoretisch kader wordt geplaatst. Alle fases van het cognitief gedragstherapeutisch en schematherapeutisch proces en de uitvoering hiervan komen gedurende de cursus aan bod. Zo wordt in de diagnostische fase ingegaan op het inventariseren, analyseren en in kaart brengen van de problematiek door gebruik te maken van de casusconceptualisatie (holistische theorie) en het modusmodel, analyses van schema's en modi (door middel van functie en betekenisanalyses, maar ook meetinstrumenten en diagnostische oefeningen) en het opstellen van een behandelplan. Voor de veranderingsfase worden interventies geoefend zowel gericht op gedragsverandering als betekenis- en betrokkenheidsverandering. Er wordt geoefend met experiëntiële, cognitieve en gedragsmatige technieken. In de afsluitende fase komt terugvalpreventie en het beëindigen van de behandeling aan bod. Gedurende het gehele proces wordt aandacht besteed aan de therapeutische relatie, inclusief de schema's en modi van de therapeut.

Om te komen tot voldoende interactie, oefening en afwisseling, wordt iedere cursusdag gestart met het delen van ervaringen en gelegenheid tot vragen stellen. Ook wordt daarbij teruggekomen op het huiswerk waarin geoefend is met het geleerde uit de voorgaande lesdag. Daarna wordt geoefend met het vertalen van theoretische concepten naar praktische situaties en tenslotte worden experiëntiële, gedragsmatige en cognitieve technieken middels rollenspelen geoefend. Bij dit laatste wordt altijd een korte uitleg gegeven, waarna de oefening live of middels video wordt gedemonstreerd en de cursisten vervolgens in subgroepen of plenair de techniek gaan oefenen. Er wordt veel in subgroepen gewerkt, waarbij de docent gerichte feedback geeft. Werkvormen zijn onder andere demonstraties, rollenspellen, schriftelijke opdrachten en discussies. Van cursisten wordt verwacht dat ze casuïstiek inbrengen, oefenen met interventies en zelfstandig opdrachten uitvoeren voor de cursus. Om optimaal gebruik te maken van de cursus is het noodzakelijk dat cursisten werken met cliënten die bekend zijn met (kenmerken van) persoonlijkheidsproblematiek.

Onderwerpen

De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Theoretisch model van schemagerichte therapie en wetenschappelijke evidentie
- Diagnostiek en indicatiestelling
- Observatie en inzet van meetinstrumenten
- Maken van een casusconceptualisatie, functieanalyses en betekenisanalyses
- Schematherapeutisch model en behandeling bij verschillende (persoonlijkheids)problemen
- Schematherapeutische interventies: experiëntiële, cognitieve en gedragsmatige technieken
- Opstellen van een behandelplan in schema/modi termen
- Opzet van de schematherapeutische behandeling
- Therapeutische houding en hanteren van de therapeutische relatie
- Afsluiten van de behandeling en terugvalpreventie

Leerdoelen

Aan het eind van deze cursus

- Heeft de cursist inzicht in de leertheorie, schematheorie en het schematherapeutisch model
- Kan de cursist gebruik maken van observaties, meetinstrumenten en de anamnese om schema's en modi te inventariseren
- Kan de cursist schema's en modi herkennen en analyseren (functie- en betekenisanalyses)
- Kan de cursist een casusconceptualisatie en modusmodel opstellen
- Kan de cursist inschatten bij welke diagnose, problematiek en omstandigheden schematherapie geïndiceerd is
- Kan de cursist psycho-educatie geven over schematherapie en de specifieke schema's/modi van de cliënt
- Kan de cursist een schematherapeutisch behandelplan opstellen, evalueren en bijstellen
- Weet de cursist hoe een schematherapeutische behandeling af te ronden, met aandacht voor terugvalpreventie
- Heeft de cursist kennis van de verschillende basisbehoeften en kan de therapeutische relatie (limited reparenting) hierop afstemmen
- Kan de cursist de therapeutische relatie hanteren (limited reparenting, empathische confrontatie, limit setting, omgaan met eigen schema's)
- Kan de cursist experiëntiële technieken toepassen binnen schematherapie; meerstoelentechniek, imaginatie en rescripting, modusdialoog, etc.
- Kan de cursist cognitieve technieken toepassen binnen schematherapie; cognitief dagboek, flashcards, geldigheid van schema's toetsen etc.
- Kan de cursist gedragsmatige technieken toepassen binnen schematherapie; gedragsexperimenten, rollenspel, huiswerk, etc.
- Kan de cursist eigen schema's en modi herkennen die een rol spelen in de therapeutische relatie

Naast de algemene leerdoelen wordt van de cursisten verwacht dat zij voor aanvang van de cursus individuele leerdoelen opstellen (zie voorbereiding Bijeenkomst 1). Deze worden aan het einde van de cursus geëvalueerd.

Meer informatie: www.fortaopleidingen.nl