

Studiedag Simple Therapy

Datum: 10 juni 2017
Tijd: 10.00 - 17.00 uur
Locatie: De Eenhoorn, Regardz - Amersfoort
Organisator: sectie OCGt

Oplossingsgerichte CGt



In deze therapie, dient de therapeut niets te doen wat de patiënt zelf even goed of beter kan. Het volgen van de spiraal van de vragen van de patiënt en de antwoorden van de patiënt is de snelweg naar oplossingen. De Bulgaarse psychiater Plamen Panayotov leerde van zijn patiënten dat hun eigen wegen de snelwegen naar oplossingen waren. Hij laat ze in feite hun eigen therapeut zijn. Het uitgangspunt van zijn therapie is dat het proces van 'denken, vragen stellen, antwoorden geven, dingen doen, observeren, en terugblikken' helemaal gevolgd moet worden. Het is de taak van de therapeut de cliënt te helpen de spiraal te herontdekken en weer te gaan bewandelen.

De cliënt bepaalt

De openingsvraag in simple therapy 'wat denk je dat de nuttigste vraag is die we het eerst moeten beantwoorden?' definieert bij voorbaat alles wat volgt in het gesprek als nuttigst voor de cliënt. De vraag dient als basis voor wat de cliënt van het gesprek zelf wil, alvorens over te gaan naar wat de cliënt in zijn of haar leven wil veranderen.

De vraag impliceert onwetendheid van de therapeut, richt de aandacht op het gesprek zelf en neemt druk op de cliënt weg. De vraag impliceert ook: het is allemaal jouw tijd die je kunt organiseren zoals je wilt. Alleen als de cliënt van de therapeut eist dat deze zijn professionele training en vragen gebruikt, stelt hij nog vragen naar uitzonderingen, de wondervraag, copingvragen, schaalvragen, relationele vragen, vragen naar hoop, competentievragen en vragen naar wat er beter is. Maar ook dan houden de vragen van de cliënt zelf de hoogste prioriteit en wordt elke vraag voorafgegaan door 'wat denk je'.

Het lastige van zo simpel zijn is dat de therapeut zijn macht als expert, als vragensteller en zijn identiteit als 'helper' met een training in 'goede' vragen verliest, nu echt niets weet en dat de cliënt het hele gespreksverloop bepaalt. Vragen en antwoorden komen nu van dezelfde partij: de cliënt. Als de therapeut vastzit, deelt hij dat met de cliënt en rekent erop dat die hem eruit helpt.

Meer informatie over zijn aanpak;

Simple Therapy. Rousse Bulgaria: Solutions Brief Therapy and Counseling Centre, 50p. Gratis te downloaden (of gedrukt te bestellen): <http://en.solutions-centre-rousse-bulgaria.org>

Praktische informatie

Accreditatie is aangevraagd bij de VGCT en de FGzPt.

De deelnamekosten bedragen € 125,- voor leden van de VGCT en € 175,- voor niet leden.

Meld je direct aan

Op alle verenigingsactiviteiten zijn de [algemene voorwaarden evenementen](#) van de VGCT van toepassing.